

**P ISSN : 2503 - 1708**

**E ISSN : 2722 - 7340**

# **REALITA**

*Jurnal Bimbingan dan Konseling*

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 11</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2026</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

# **REALITA**

## **JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING**

### *Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*

#### **DEWAN REDAKASI**

- Pelindung** : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika  
**Penasehat** : Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
**Penanggung Jawab** : Ka. Program Studi Bimbingan dan Konseling

#### **Editors in Chief**

Hariadi Ahmad, M.Pd (Sinta ID: 259141) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

#### **Editors**

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6703866) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Prof. Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd (SINTA ID: 6027283) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Malang, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd (SINTA ID: 6003969) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Roro Umy Badriyah, M.Pd., Kons. (SINTA ID: 6672737) Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Mahadewa Indonesia, Bali, Indonesia

Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd. (SINTA ID: 6894856) Pendidikan Guru Sekolah Dasar Institut Sains dan Pendidikan Kie Raha Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Mustakim, M.Pd. (Sinta ID: 6875136) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

#### **Section Editors**

Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd (SINTA ID: 6011203) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia

Dr. Muthmainah, M.Pd (SINTA ID: 6040364) Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd (SINTA ID: 6110492) Teknologi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6158243) Administrasi Pendidikan Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Ahmad Muzanni, M.Pd (SINTA ID: 6074667) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

#### **Reviewers**

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D, (SINTA ID: 6720430) Matematika Universitas Jember, Jember, Jawa Timur, Indonesia

Prof. Dr. Sutarto, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 5986995) Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Prof. Dr. Ahmad Sukri, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5986955) Pendidikan Biologi Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Prof. Dr. I Ketut Sukarma, M.Pd. Pendidikan Matematika Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. A. Hari Witono, M.Pd. Kons (SINTA ID: 6147134) Bimbingan dan Konseling Pendidikan Dasar Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 5978981) Pendidikan Matematika Universitas Mathla'ul Anwar Banten, Banten, Indonesia
- Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6665219) Pendidikan Bahasa Inggris Universitas Borneo Tarakan, Kalimantan Utara, Indonesia
- Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6697553) Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon, Cirebon, Jawa Barat, Indonesia
- Dr. Gunawan, M.Pd. (SINTA ID: 5980767) Pendidikan Fisika Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ginang Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or. (SINTA ID: 6725241) Pendidikan Jasmani Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
- Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6004815) Pendidikan Ekonomi Universitas Mahaputra M. Yamin Solok, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
- Rahmawati M, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6129818) Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, Indonesia
- Dita Kurnia Sari, M.Pd. Bimbingan dan Konseling Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Surabaya, Jawa Timur, Indonesia
- St. Muriati, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6113561) Pendidikan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bosowa Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia
- Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd. (SINTA ID: 6657679) Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Jawa Barat, Indonesia
- M. Samsul Hadi, M.Pd. (SINTA ID: 6901605) Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Universitas Mataram, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- B. Fitria Maharani, M.Si (SINTA ID: 6743948) Farmasi Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Aluh Hartati, M.Pd. (SINTA ID: 6789075) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ahmad Zainul Irfan, M.Pd. (SINTA ID: 6663273) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd. (SINTA ID: 6188156) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd. (SINTA ID: 6165599) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Eneng Garnika, M.Pd. (SINTA ID: 6162854) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

- Farida Herna Astuti, M.Pd (SINTA ID: 6162869) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Ichwanul Mustakim, M.Pd (SINTA ID: 6797055) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Jessica Festi Maharani, M.Pd, (SINTA ID: 6699324) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Lalu Jaswandi, M.Pd (SINTA ID: 6190316) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nuraeni, S.Pd., M.Si (SINTA ID: 6166292) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Nurul Iman, M.Pd (SINTA ID: 6168197) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Najamuddin, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Zainuddin, M.Pd (SINTA ID: 6809112) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- M. Chaerul Anam, M.Pd (Sinta ID: 6102038) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Mujiburrahman, M.Pd (SINTA ID: 6102026) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Raden Fanny Printi Ardi, M.Sn. (SINTA ID: 5992672) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Reza Zulaifi, M.Pd (Sinta ID: 6809087) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Suharyani., M.Pd. (SINTA ID: 6162836) Pendidikan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Copyedit dan Layout**

- Adam Bachtiar, S.Kom., M.Mt. (SINTA ID: 5992965) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Akbar Juliansyah, ST., M.Mt. (SINTA ID: 6070577) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dewi Rayani, S.Psi., MA (SINTA ID: 6178454) Kesehatan Masyarakat Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Sarilah, S.PdI., M.Pd (SINTA ID: 6189104) Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia
- Dr. Khairul Huda, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6663284) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)**

Volume 11 Nomor 1 Edisi April 2026

Bimbingan dan Konseling FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita>

P-ISSN: 2503 – 1708

E-ISSN: 2722 – 7340

Ni Made Sulastri, S.Pd., M.Pd (SINTA ID: 6196335) Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika, Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

Drs. I Made Gunawan, M.Pd Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Mandalika Mataram, Nusa Tenggara Barat, Indonesia

**Alamat Redaksi:**

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (JRbk)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)

Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling** menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document* dengan *Submission* langsung di akun penulis yang telah dibuat melalui:

<https://e-journal.undikma.ac.id/index.php/realita/user/register>

**Diterbitkan Oleh:** Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

**DAFTAR ISI**

**Halaman**

<b>Diana Zumrotus Sa'adah, Nurselly, Betry Afrin Siska, dan Bayu Brhawijaya</b> Fenomena Pergeseran Terminologi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) ke <i>Neurodivergent: Literature Review</i> .....	1-8
<b>Astri Ramadani, A. Ainun Fadillah, Nur Aulia Rahma, Nurhikmah, Abdul Hakim, dan Citra Prasiska Puspita Tohamba</b> Korelasi antara Integritas Terapi Musik dengan Tingkat Ekspresi Emosi Mahasiswa .....	9-20
<b>Ishmatul Maula, Nadjwa Asyuraina, dan Naeila Rifatil Muna</b> Peran Konseling Reality terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa BKI Semester 5 UIN Cirebon .....	21-28
<b>Asti Haryati, Nurselly, Betry Afrin Siska, Ami Kurnia Melinsi, Nia Zazqiah Novarianti, Reka, dan Revandi Hadikusuma</b> Integrasi <i>Trauma-Informed Care</i> Berbasis Nilai Islam dalam Pendampingan Mahasiswa dengan Trauma Perceraian Orang Tua: Studi Kasus di Bengkulu .....	29-40
<b>Falihah Nur Nafiah, Een Paniah, Farrel Hengkara Adi Putra, dan Naeila Rifatil Muna</b> Penerapan Teori dan Teknik Modeling dalam Konseling Islam: Konsep, Tahapan, dan Efektivitasnya .....	41-49
<b>Anastasya Restuningsih, dan Elwas Berdha Krismona</b> Perkembangan Identitas dan <i>Self-Esteem</i> Siswa Menurut Teori Erikson .....	50-56
<b>Yenita Dini Indah Sari, Lesis Andre dan Nurhusna Kamil</b> Profil dan Analisis Kebutuhan: Pengukuran Multidimensi Perilaku Kesantunan Siswa Sebagai Dasar Integrasi Layanan Bimbingan dan Konseling di SDN 03 Sembilan Koto .....	57-67
<b>Tri Indah Yuli Astuti, Cemara Ayu, Novi Zakiah Rohmah, Faradiba Dwi Rahayu, Rizka Fatonah, dan Mumtaz Afridah</b> Penerapan RET untuk Mengatasi Perilaku Menyendiri yang Disebabkan oleh Pikiran Irasional .....	68-79
<b>Rahmad Aditya, Lesis Andre, dan Nurhusna Kamil</b> Pengaruh Layanan Bimbingan Konseling terhadap Kejujuran Siswa Sekolah Dasar SDN 03 Sembilan Koto .....	80-90
<b>Mohammad Mahri Naelul Marom, Najwa Ineza, Rahmah Salsabila Putri, dan Windy Lameria Simanullang</b> Penerapan Model Evaluasi CIPP dalam Mengevaluasi Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah .....	91-104

**Muhamad Fahri Husaeni**

Setrategi Guru BK dalam Menangani Perilaku Bullying di Sekolah Menengah Pertama ..... 105-109

**Alif Maulana Akbar Khan, Bintang Hafidz Fadhillah, dan Naya Shafira Putriana**

Prespektif Guru Bimbingan Konseling Terhadap Peran Guru PAI dalam Membantu Siswa Bermasalah di SMK Islamiyah Ciputat ..... 110-118

**Reyna Thaharah, Mirrah Nazmi, Gevira Nur Anisa, Nur'aeni Putri, dan Mumtaz Afridah.**

Stres Akademik Pada Mahasiswa Dewasa Awal dan Penanganannya Melalui Intervensi Relaksasi dan *Mindfulness*: Studi Kasus Konseling ..... 119-125

**Nanda Eka Yusfira dan Uman Suherman**

Stigma dan Persepsi Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Sebuah *Systematical Literature Review* ..... 126-133

**Zikri Neni Iska dan Hulwah Khoirunnisa**

Konseling Traumatik sebagai Upaya Penanganan Trauma Pasca Pengeboman ..... 134-143

**Nepita Sari, Tiara Segita Putri, dan Rina Yulitri**

Peran Komunikasi Efektif dan Mendengar Aktif dalam Membangun Hubungan Konseling ..... 144-149

**Husnul Ariyanti, Fajri Pratama, Endang Surtiyoni, dan Syska Purnama Sari**

Peran Mahasiswa BK dalam Mendampingi Anak Tunarungu Mengelola Emosi Selama Latihan Artikulasi ..... 150-156

**Olfat Algodi, Zainap, Endang Surtiyoni, dan Syska Purnama Sari**

Upaya Peningkatan Motorik Halus Melalui Kegiatan Melukis pada Siswa Tunadaksa ..... 157-166

**Khaerunniswah, Hariadi Ahmad, dan Muhammad Zainal Mustamiin**

Pengaruh Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Kecemasan Sosial pada Siswa ..... 167-183

**Muhammad Iqbal, Agus Jayadi, Nuraeni, dan Sunandar Apriawan Mulyanto**

Analisis Pola dan Tren Metodologi Penelitian pada Skripsi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling ..... 184-195

**Yushini Hasya Nuha, dan Yusi Riska Yustiana**

*Descriptive Book Review of Understanding Human Nature: The Psychology of Personality by Alfred Adler* ..... 196-200

**Fairuz Rizka Ghazalah, dan Yusi Riksa Yustiana**

Review Kritis Buku *Theories of Personality* Karya Feist & Feist dalam Perspektif Mahasiswa Bimbingan dan Konseling ..... 201-204

**Refina Athira Zahra, Syaiful Bahri, dan Evi Rahmiyati**

Persepsi Guru Bidang Studi Terhadap Kinerja Guru Bimbingan dan Konseling Kota Takengon ..... 205-212

**Reza Zulaifi**

Efektifitas Bimbingan Klasikal Menggunakan Pendekatan CBT untuk Mengkonsolidasikan Budaya Siswa di Era Sosial Media ..... 213-219

**Maulida Ahsanul Laili, Aluh Hartati, dan Ni Made Sulastri**

Pengaruh Konseling Individu Terhadap Perilaku Sopan Santun Siswa Kelas VIII di SMPN 4 Mataram ..... 220-228

**Achmad Ariq Robbani, dan Turhamun**

Peran Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi Psikologis Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto ..... 229-235

**Jaini, Farida Herna Astuti, Ni Made Sulastri dan Aluh Hartati**

Pengaruh Teknik *Cognitive Restructuring* terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMPN 8 Mataram ..... 236-242

**Leni Faradisa, Martunis, dan Evi Rahmiyati**

Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Sosial Remaja Pesantren di Kecamatan Peusangan ..... 243-262

**M. Doni Tri Lestari, Hariadi Ahmad, Sarilah, dan Mustakim**

Pengaruh Teknik Identifikasi Pikiran Negatif terhadap Kecemasan Sosial Pada Siswa SMAN 1 Keruak ..... 263-276

**Qoriah, Ni Ketut Alit Suarti, Jessica Festy Maharani, dan Mustakim**

Hubungan antara Empati dengan Sikap Hormat Siswa SMP Negeri 3 Mataram ..... 277-284

## PERAN KONSELING SEBAYA DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI PSIKOLOGIS WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIA PURWOKERTO

Oleh:

**Achmad Ariq Robbani dan Turhamun**

Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri (UIN) Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, Indonesia

Komunikasi dan Penyiaran Islam, Universitas Islam Negeri (UIN) Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto, Indonesia

Email: [arigrobban@gmail.com](mailto:arigrobban@gmail.com), dan [turhamun@uinsaizu.ac.id](mailto:turhamun@uinsaizu.ac.id)

Info Artikel : Dikirim: 12-02-2026; Direview: 04-03-2026; Dipublis: 10-04-2026.

Cara Sitasi : Robbani. A. A., dan Turhamun. 2026. *Peran Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi Psikologis Warga Binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto*. Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling, Volume 11 Nomor 1 Edisi April 2026.

**Abstrak.** Lembaga pemasyarakatan tidak hanya berfungsi sebagai tempat menjalani hukuman, tetapi juga sebagai ruang pembinaan agar warga binaan mampu kembali berfungsi secara sosial setelah masa pidana berakhir. Namun, realitas menunjukkan bahwa warga binaan usia muda rentan mengalami tekanan psikologis berupa kehilangan kebebasan, stigma sosial, keterpisahan dari keluarga, serta ketidakpastian masa depan yang memicu penurunan semangat hidup, perasaan putus asa, dan hilangnya tujuan hidup. Kondisi ini berpotensi menurunkan resiliensi psikologis, yaitu kemampuan individu untuk bangkit, bertahan, dan beradaptasi secara positif dalam menghadapi tekanan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran konseling sebaya dalam meningkatkan resiliensi psikologis warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian adalah warga binaan usia muda serta pegawai magang yang terlibat dalam pelaksanaan konseling sebaya. Data dikumpulkan melalui observasi partisipatif dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mengikuti konseling sebaya, warga binaan mengalami penurunan motivasi, kecemasan terhadap masa depan, serta kehilangan harapan. Setelah mengikuti konseling sebaya, terjadi peningkatan semangat hidup, munculnya kembali harapan dan cita-cita, kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, serta meningkatnya rasa percaya diri. Kedekatan emosional dan kesamaan pengalaman menjadi faktor utama keberhasilan program. Dengan demikian, konseling sebaya terbukti berperan dalam meningkatkan resiliensi psikologis warga binaan dan dapat menjadi strategi pembinaan yang efektif dalam mendukung rehabilitasi dan reintegrasi sosial.

**Kata Kunci:** *konseling sebaya, resiliensi psikologis, warga binaan, lembaga pemasyarakatan, dukungan sosial.*

**Abstract.** *Correctional institutions do not merely function as places for serving sentences, but also as spaces for rehabilitation to enable inmates to reintegrate socially after completing their imprisonment. However, in reality, young inmates are vulnerable to experiencing significant psychological distress, including loss of freedom, social stigma, separation from family, and uncertainty about the future. These conditions often lead to decreased life motivation, feelings of hopelessness, and loss of life purpose. Such circumstances may reduce psychological resilience, defined as an individual's ability to recover, endure, and adapt positively in the face of stress and adversity. This study aims to examine the role of peer counseling in enhancing the psychological resilience of inmates at Class IIA Purwokerto*

*Correctional Institution. This research employed a qualitative method with a case study approach. The participants consisted of young adult inmates and internship staff involved in the implementation of peer counseling. Data were collected through participatory observation and documentation and analyzed using thematic analysis. The findings indicate that prior to participating in peer counseling, inmates demonstrated low motivation, anxiety about the future, and a sense of hopelessness. After engaging in peer counseling sessions, participants showed increased life motivation, renewed hope and future aspirations, improved emotional regulation, and enhanced self-confidence. Emotional closeness and shared experiences were identified as key factors contributing to the program's effectiveness. Therefore, peer counseling plays a significant role in strengthening inmates' psychological resilience and can serve as an effective rehabilitative strategy to support their social reintegration.*

**Keywords:** *peer counseling, psychological resilience, inmates, correctional institution, social support.*

## PENDAHULUAN

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah institusi yang menjadi bagian dari sistem peradilan pidana yang berfungsi sebagai tempat pembinaan bagi narapidana agar dapat kembali menjadi anggota masyarakat yang baik dan bertanggung jawab. Lembaga Pemasyarakatan merupakan tempat untuk melaksanakan pembinaan terhadap narapidana dan anak binaan melalui sistem pemasyarakatan. Sistem ini menekankan pada proses pembinaan, bukan semata-mata penghukuman (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 tentang Pemasyarakatan 2022).

Lembaga pemasyarakatan (Lapas) bukanlah semata tempat untuk menjalani hukuman, akan tetapi juga menjadi ruang untuk membina warga binaan agar mampu berfungsi secara sosial setelah masa pidana berakhir (Prayoga, Muhamad, and Edi Tando 2023). Namun kenyataannya banyak warga binaan khususnya yang tergolong masih muda mengalami tekanan psikologis cukup berat. Mereka merasakan kehilangan kebebasan, stigma sosial, terpisah dengan keluarga, serta juga ketidakpuasan masa depan. Kondisi ini yang memunculkan penurunan semangat hidup, perasaan putus asa, dan juga kehilangan tujuan hidup (Pramana et al. n.d.).

Pada fase perkembangan remaja akhir dan dewasa awal, individu seharusnya berada pada tahap pencarian identitas dan perencanaan masa depan (Denckla et al. 2020). Tetapi, menjadi warga binaan dapat menghambat proses perkembangan tersebut. Jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat berdampak pada rendahnya resiliensi psikologis, yaitu kemampuan individu untuk bangkit, bertahan dan beradaptasi secara positif dalam menghadapi tekanan dan kesulitan hidup (Chmitorz et al. 2018).

Salah satu pendekatan yang bisa digunakan untuk membantu agar meningkatkan resiliensi psikologis warga binaan adalah dengan konseling sebaya (*peer counseling*). Konseling sebaya adalah layanan bantuan yang diberikan oleh individu dengan latar belakang atau pengalaman yang relatif sama, sehingga tercipta rasa empati, kedekatan emosional, dan saling memahami (Jordan 2022). Dalam penelitian ini khususnya lapas, konseling sebaya memungkinkan warga binaan saling berbagi pengalaman, memberikan dukungan moral, serta membangun harapan dan tujuan hidup yang lebih tetata.

Maka dari itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran konseling sebaya dalam meningkatkan resiliensi psikologis warga

binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto, khususnya warga binaan usia muda yang mengalami penurunan semangat hidup dan perasaan putus asa.

### **KAJIAN PUSTAKA**

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) dalam sistem pemasyarakatan di Indonesia tidak hanya berfungsi sebagai tempat menjalani hukuman, tetapi juga sebagai institusi pembinaan yang bertujuan untuk mempersiapkan warga binaan agar mampu kembali berfungsi secara sosial setelah menyelesaikan masa pidananya. Konsep pemasyarakatan menekankan pada rehabilitasi dan reintegrasi sosial sebagai tujuan akhir pemidanaan, bukan semata-mata pembalasan (Prayoga, Muhamad, & Tando, 2023). Namun demikian, kehidupan di dalam Lapas seringkali menghadirkan tekanan psikologis yang cukup berat, terutama bagi warga binaan yang masih berada pada usia muda. Kehilangan kebebasan, stigma sosial, keterpisahan dari keluarga, serta ketidakpastian masa depan menjadi faktor yang memicu munculnya kecemasan, penurunan motivasi hidup, dan perasaan putus asa (Pramana et al., n.d.). Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya intervensi psikologis yang mampu mendukung proses pembinaan secara komprehensif.

Dalam kajian psikologi, kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit dari tekanan dikenal dengan istilah resiliensi psikologis. Resiliensi dipahami sebagai kemampuan untuk beradaptasi secara positif ketika menghadapi situasi sulit, trauma, maupun tekanan hidup yang signifikan (Chmitorz et al., 2018). American Psychological Association (2015) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan proses adaptasi yang baik dalam menghadapi adversity, yang ditandai dengan kemampuan mengelola emosi,

mempertahankan optimisme, serta memaknai pengalaman negatif secara konstruktif. Resiliensi bukan berarti tidak merasakan penderitaan, melainkan kemampuan untuk tetap berfungsi secara adaptif di tengah keterbatasan. Dalam konteks warga binaan, resiliensi menjadi faktor penting agar mereka mampu menjalani masa pidana dengan sikap yang lebih positif dan mempersiapkan diri untuk kehidupan setelah bebas.

Secara perkembangan psikososial, remaja akhir dan dewasa awal merupakan fase pencarian identitas dan perencanaan masa depan (Denckla et al., 2020). Pada tahap ini, individu seharusnya mulai membangun arah hidup, merencanakan karier, serta memperkuat relasi sosial yang lebih matang. Ketika seseorang berada di Lapas pada fase perkembangan tersebut, proses pencarian identitas dan perencanaan masa depan dapat terhambat. Situasi ini berpotensi memunculkan krisis identitas serta menurunkan rasa percaya diri dan harapan terhadap masa depan. Oleh karena itu, dukungan yang tepat sangat dibutuhkan untuk membantu warga binaan tetap berkembang secara psikologis meskipun berada dalam lingkungan yang terbatas.

Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mendukung peningkatan resiliensi adalah konseling sebaya (peer counseling). Konseling sebaya merupakan layanan bantuan yang diberikan oleh individu dengan latar belakang atau pengalaman yang relatif sama, sehingga tercipta empati, kedekatan emosional, dan rasa saling memahami (Jordan, 2022). Pendekatan ini menekankan kesetaraan hubungan, dukungan emosional, serta penguatan positif melalui pengalaman bersama. Dalam konteks Lapas, kesamaan pengalaman sebagai warga binaan memungkinkan terjadinya keterbukaan

yang lebih tinggi dibandingkan dengan relasi formal antara warga binaan dan petugas. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan kelompok atau support group dapat meningkatkan resiliensi narapidana melalui penguatan dukungan sosial (Artistin et al., 2023). Kesamaan pengalaman juga menciptakan rasa memiliki (sense of belonging) yang membantu mengurangi perasaan terisolasi dan putus asa (Gopalan et al., 2022).

Dalam perspektif konseling Islam, penguatan resiliensi tidak hanya bersifat psikologis tetapi juga spiritual. Nilai-nilai seperti sabar, tawakal, taubat, dan harapan (raja') menjadi fondasi dalam membangun makna hidup baru. Konseling sebaya yang dipadukan dengan pendekatan spiritual dapat membantu warga binaan memaknai pengalaman masa lalu sebagai pembelajaran (ibrah) dan bukan sebagai akhir dari kehidupan. Dengan demikian, konseling sebaya tidak hanya berfungsi sebagai dukungan emosional, tetapi juga sebagai sarana transformasi diri yang mendorong optimisme serta keyakinan akan kemungkinan perubahan.

Berdasarkan uraian teoritis tersebut, dapat dipahami bahwa tekanan psikologis yang dialami warga binaan usia muda berpotensi menurunkan resiliensi psikologis mereka. Dukungan sosial menjadi faktor protektif utama dalam membangun ketahanan tersebut, dan konseling sebaya menyediakan bentuk dukungan sosial yang berbasis pada kesamaan pengalaman serta kedekatan emosional. Oleh karena itu, secara konseptual konseling sebaya memiliki potensi yang signifikan dalam meningkatkan resiliensi psikologis warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis pendekatan studi

kasus. Pendekatan ini dipilih karena peneliti bisa memahami secara mendalam fenomena psikologis yang dialami warga binaan serta dinamika pelaksanaan konseling sebaya di lingkungan Lapas Kelas IIA Purwokerto (Wulandari, Arivia, and Saragih 2025). Subjek penelitian ini adalah warga binaan yang tergolong usia muda atau dewasa awal dan juga pegawai magang yang juga dapat menerapkan konseling sebaya. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif, dan dokumentasi konseling sebaya. Data diperoleh dianalisis menggunakan teknik analisis tematik, yaitu dengan mengidentifikasi pola-pola makna, pengalaman, serta perubahan psikologis yang muncul setelah mengikuti konseling sebaya (Wulandari, Arivia, and Saragih 2025).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan beberapa temuan utama sebagai berikut: Kondisi awal warga binaan, sebagian besar warga binaan yang berusia muda menunjukkan gejala penurunan motivasi hidup, rasa bersalah berlebihan, kecemasan terhadap masa depan, serta perasaan tidak memiliki harapan. Beberapa di antaranya menyatakan kehilangan tujuan hidup dan merasa hidupnya telah usai. Hal ini terungkap dari pernyataan salah satu warga binaan berinisial (F) yang mengungkapkan rasa putus asanya: *"Awal masuk sini saya merasa dunia sudah kiamat, saya malu sama keluarga dan rasanya tidak ada masa depan lagi karena cap sebagai narapidana"*. Kondisi psikologis yang tertekan ini memicu hilangnya tujuan hidup dan kecemasan yang mendalam terhadap stigma sosial setelah bebas nanti.

Proses konseling sebaya, konseling sebaya dilakukan dalam bentuk diskusi kelompok kecil maupun

percakapan individual. Konselor sebaya umumnya adalah warga binaan yang dianggap lebih stabil secara emosional dan memiliki pengaruh positif di lingkungan blok hunian. Proses konseling menekankan pada empati, berbagi pengalaman hidup dukungan moral, serta saling menguatkan.

Perubahan psikologis, Setelah mengikuti konseling sebaya, sebagian besar partisipan menunjukkan: meningkatnya semangat hidup, munculnya kembali harapan dan cita-cita setelah bebas, kemampuan mengelola emosi yang lebih baik, peningkatan rasa percaya diri, kesadaran untuk memperbaiki diri. Dalam proses konseling sebaya yang mengedepankan empati dan kesamaan pengalaman, warga binaan mulai merasa memiliki ruang aman untuk berekspresi. Salah satu subjek penelitian menyatakan bahwa berbicara dengan sesama rekan binaan terasa lebih melegakan: *"Kalau ngobrol sama teman senasib itu rasanya lebih plong karena mereka benar-benar paham apa yang saya rasakan, beda kalau ngomong sama petugas yang rasanya kaku dan formal"*.

Faktor pendukung, kedekatan emosional dan kesamaan pengalaman menjadi faktor utama keberhasilan konseling sebaya. Warga binaan merasa lebih nyaman terbuka kepada sesama warga binaan dibandingkan dengan petugas lapas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling sebaya memiliki peran signifikan dalam meningkatkan resiliensi psikologis warga binaan usia muda. Secara teoritis, dapat dikatakan resiliensi apabila mampu beradaptasi terhadap pengalaman hidup yang sulit atau menantang, meregulasi emosi, optimis, dan kemampuan memaknai pengalaman negatif secara konstruktif atau dengan kata lain mampu menyesuaikan terhadap tuntutan dari dalam ataupun luar.

(American Association Psychological 2015) Melalui konseling sebaya, warga binaan mendapatkan ruang aman untuk mengekspresikan emosi dan memperoleh dukungan sosial.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor protektif utama dalam membangun resiliensi. Dalam Konteks Lapas, lingkungan yang terbatas dan penuh tekanan membuat dukungan dari sesama warga binaan menjadi sangat bermakna (Artistin et al. 2023). Kesamaan pengalaman menciptakan rasa dipahami (*sense of belonging*), yang pada akhirnya mengurangi perasaan isolasi dan putus asa (Gopalan et al. 2022).

Jika dikaitkan dengan perspektif konseling Islam, konseling sebaya juga dapat menjadi sarana untuk menumbuhkan kesadaran spiritual, taubat, serta makna hidup baru. Warga binaan dapat diarahkan untuk meliha masa lalu sebagai jalan pelajaran, bukan sebagai akhir dari kehidupan (Kusuma 2021; Saparwadi and Syafiq 2025). Proses ini membentuk mereka membangun harapan dan keyakinan bahwa perubahan masih sangat mungkin dilakukan.

Namun demikian, konseling sebaya tetap membutuhkan supervisi dari konselor profesional agar tidak terjadi penyampaian informasi yang keliru atau penguatan perilaku negatif. Oleh karena itu, program konseling sebaya sebaiknya dirancang secara sistematis dan berkelanjutan. (Nuha, Hidayah, and Wahyuni 2024)

## **SIMPULAN**

Konseling sebaya memiliki peran penting dalam meningkatkan resiliensi psikologis warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIA Purwokerto, khususnya pada warga binaan usia muda yang mengalami penurunan semangat hidup dan perasaan putus asa. Melalui proses berbagi pengalaman, dukungan emosional, dan penguatan harapan,

konseling sebaya mampu membantu warga binaan meningkatkan semangat hidup, menumbuhkan kembali tujuan dan cita-cita, mengelola emosi secara lebih adaptif, mengembangkan keyakinan untuk berubah. Dengan demikian, konseling sebaya dapat menjadi strategi pembinaan psikologis yang efektif dalam mendukung proses rehabilitasi dan reintegrasi sosial narapidana.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Artistin, Adisty Rose, Eny Purwandari, Shoim Muhammad Sulaiman, Depy Eka Rachmawati, Rr Pujiastuti, Sri Endang, Nursing Study Program, et al. 2023. "Increasing Inmate's Resilience with Support Group Therapy."
- Chmitorz, A, A Kunzler, I Helmreich, O Tüscher, R Kalisch, and T Kubiak. 2018. "Intervention Studies to Foster Resilience – A Systematic Review and Proposal for a Resilience Framework in Future Intervention Studies." *Clinical Psychology Review* 59(January 2017): 78–100. doi:10.1016/j.cpr.2017.11.002.
- Denckla, Christy A, Dante Cicchetti, Laura D Kubzansky, Soraya Seedat, David R Williams, and Karestan C Koenen. 2020. "Psychological Resilience: An Update on Definitions, a Critical Appraisal, and Research Recommendations ABSTRACT." *European Journal of Psychotraumatology* 11(1). doi:10.1080/20008198.2020.1822064.
- Gopalan, Maithreyi, D Ph, Ashley Linden-carmichael, D Ph, Stephanie Lanza, and D Ph. 2022. "College Students' Sense of Belonging and Mental Health Amidst the COVID-19 Pandemic." *Journal of Adolescent Health* 70(2): 228–33. doi:10.1016/j.jadohealth.2021.10.010.
- Jordan, Leonora Micah. 2022. "Peer Counseling: Method, Metaphor, or Mindset?" 3(July): 1–9. doi:10.3389/fresc.2022.822484.
- Kusuma, Fauzia. 2021. "Konseling Sebaya (Peer Counseling) Berbasis Islam." Universitas Islam Negeri Walisongo. [https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/14878/1/1701016130\\_Fauzia\\_Kusuma\\_Lengkap\\_Tugas\\_Akhir\\_-\\_Fauzia\\_Kusuma.pdf](https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/14878/1/1701016130_Fauzia_Kusuma_Lengkap_Tugas_Akhir_-_Fauzia_Kusuma.pdf)
- Nuha, Moch. Syihabudin, Nur Hidayah, and Fitri Wahyuni. 2024. "Model Pelatihan Peer-Counseling Pada Mahasiswa: Tinjauan Literatur Sistematis Moch." 8(2): 818–40.
- Pramana, Ida, Sang Semaraputri, Putu Putri, Ratna Winayati, Ni Anggreni, and Putu Pratidina. "EFEKTIVITAS ART THERAPY UNTUK MENURUNKAN GEJALA DEPRESI PADA NARAPIDANA DENGAN RIWAYAT PERCOBAAN BUNUH DIRI." : 266–79.
- Prayoga, Ayom, Ali Muhamad, and Cahyoko Edi Tando. 2023. "Peran Lembaga Pemasarakatan Dalam Sistem Peradilan Pidana Pada Proses Pembinaan Sebagai Tujuan Akhir Pemidanaan." 5: 5987–93.
- Psychological, American Association. 2015. "Resilience. In APA Dictionary of Psychology."
- Saparwadi, and Mohamad Syafiq. 2025. "Peranan Bimbingan Konseling Kecerdasan Spiritual Siswa Islam Dalam Menumbuhkan." 1(1): 22–32.
- "Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2022 Tentang Pemasarakatan." 2022.
- Wulandari, Erny, Anisa Arivia, and Amanda Saragih. 2025. "Desain Penelitian Studi Kasus Dalam Metodologi Kualitatif." *Qala, Lil*

*Athfal 3.*



**UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI**  
**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling**

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id); web: [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

---

## PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi.
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain.
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), kajian teori (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

**Judul** secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

**Nama-nama penulis** ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

**Alamat instansi** penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

**Abstrak** ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 500 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

**Kata kunci** (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

**Daftar Pustaka** ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

<b>JURNAL REALITA</b>	<b>VOLUME 11</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2026</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	----------------------	--------------------	-----------------------------	--



*Alamat Redaksi:*

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika  
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram  
Telp. (0370) 638991  
Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)  
Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

