

INTERVENSI KEBERSYUKURAN TERHADAP *SUBJECTIVE WELL-BEING* WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN PEREMPUAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN “X”

oleh:

¹Maulida Edlin Pratiwi, ²Ratna Supradewi

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: [1edlinlida@std.unissula.ac.id](mailto:edlinlida@std.unissula.ac.id), [2supradewi@unissula.ac.id](mailto:supradewi@unissula.ac.id)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi kebersyukuran terhadap *subjective well-being* warga binaan pemasyarakatan di lembaga pemasyarakatan “X”.. Desain penelitian ini menggunakan metode eksperimen *pre-test - post-test control group design*. Subjek penelitian terdiri dari dua kelompok warga binaan pemasyarakatan yaitu 12 kelompok eksperimen dan 12 kelompok kontrol (data subjek setelah gugur). *Pre-test* dan *post-test* dalam penelitian ini menggunakan skala kebersyukuran dan skala kesejahteraan subjektif. Intervensi kebersyukuran dilaksanakan selama 1 minggu dengan 5 kali pertemuan (5 sesi). Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan yang signifikan pada skala *subjective well-being* warga binaan pemasyarakatan antara kelompok eksperimen dan kontrol menggunakan uji *Independent Sample T-test (gain-score)*, nilai $t = 2,762$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,011 < 0,05$.

Kata Kunci: intervensi kebersyukuran, *subjective well-being*, warga binaan pemasyarakatan perempuan

THE GRATITUDE INTERVENTION ON SUBJECTIVE WELL-BEING OF FEMALE PRISONERS IN "X" CORRECTIONAL INSTITUTION

oleh:

¹Maulida Edlin Pratiwi, ²Ratna Supradewi

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: [¹edlinlida@std.unissula.ac.id](mailto:edlinlida@std.unissula.ac.id), [²supradewi@unissula.ac.id](mailto:supradewi@unissula.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of gratitude interventions on subjective well-being of female prisoners in "x" correctional institution. The design of this study uses the experimental method of pre-test - post-test control group design. The research subjects consisted of two groups of female prisoners, 12 experimental groups and 12 control groups (the data post-test). The pre-test and post-test in this study used a thankfulness scale and a subjective well-being scale. The intervention is held for 1 week with 5 meetings (5 sessions). The results showed that there were significant differences in subjective well-being scale of prisoners between the experimental and control groups using the Independent Sample T-test (gain-score), t value = 2.762 with a significance value of $0.011 < 0.05$.

Keywords: gratitude intervention, subjective well-being, female prisoners