

HUBUNGAN ANTARA *SELF-FORGIVENESS* DAN REGULASI EMOSI DENGAN KESIAPAN REINTEGRASI SOSIAL WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN (WBP) DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS IIB KLATEN

Lestari¹, Athia Tamyizatun Nisa²

¹Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Email Korespondensi: lattematcha983@gmail.com

Info Artikel

Riwayat Artikel

Diterima:

7 May 2026

Disetujui:

3 Mei 2026

Publikasi:

1 Juli 2026

Abstrak

Kesiapan reintegrasi sosial merupakan faktor penting yang menentukan keberhasilan Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) dalam beradaptasi kembali dengan kehidupan bermasyarakat setelah menjalani masa pidana. Proses tersebut sering kali dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, terutama kemampuan memaafkan diri (*self-forgiveness*) dan regulasi emosi. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan *self-forgiveness* dan regulasi emosi dengan kesiapan reintegrasi sosial WBP di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Klaten. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian terdiri atas 100 WBP yang dipilih melalui teknik quota-random sampling dari populasi sebanyak 341 WBP. Data dikumpulkan menggunakan Skala *Self-forgiveness*, Skala Regulasi Emosi, dan Skala Kesiapan Reintegrasi Sosial, kemudian dianalisis menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dan korelasi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-forgiveness* dan regulasi emosi memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesiapan reintegrasi sosial ($p < 0,05$). Secara simultan, kedua variabel juga berkontribusi signifikan terhadap kesiapan reintegrasi sosial WBP. Temuan ini menegaskan bahwa kemampuan memaafkan diri dan mengelola emosi secara adaptif merupakan sumber daya psikologis penting dalam mendukung proses reintegrasi sosial narapidana.

Kata Kunci: *Self-forgiveness*, Regulasi Emosi, Kesiapan Reintegrasi Sosial, Warga Binaan Pemasyarakatan

Abstract

Social reintegration readiness is a crucial factor influencing inmates' successful adaptation to community life after serving their sentences. This process is often affected by psychological factors, particularly self-forgiveness and emotional regulation. This study aimed to examine the relationship between self-forgiveness, emotional regulation, and social reintegration readiness among inmates at the Class IIB Klaten Correctional Institution. A quantitative correlational design was employed. The sample consisted of 100 inmates selected through quota-random sampling from a population of 341 inmates. Data were collected using the Self-forgiveness Scale, Emotional Regulation Scale, and Social Reintegration Readiness Scale and analyzed using Pearson Product Moment correlation and multiple correlation analyses. The findings revealed that self-forgiveness and emotional regulation were positively and significantly associated with social reintegration readiness ($p < .05$). Simultaneously, both variables significantly contributed to inmates' readiness for social reintegration. These results highlight the importance of self-forgiveness and adaptive emotional regulation as psychological resources that facilitate successful reintegration into society.

Keywords: Self-forgiveness, Emotional Regulation, Readiness for Social Reintegration, Inmates.

PENDAHULUAN

Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) merupakan individu yang menjalani masa pidana di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas). Lapas tidak hanya berfungsi sebagai tempat menjalani hukuman, tetapi juga sebagai tempat pembinaan agar WBP dapat kembali menjalankan perannya sebagai anggota masyarakat setelah bebas. Tingginya jumlah WBP yang tidak sebanding dengan kapasitas hunian menunjukkan bahwa permasalahan pemasyarakatan masih cukup kompleks. Oleh karena itu, keberhasilan reintegrasi sosial menjadi salah satu indikator penting dalam menilai efektivitas pembinaan yang diberikan kepada WBP (Aslam, 2024).

Reintegrasi sosial merupakan proses kembalinya individu ke dalam kehidupan bermasyarakat melalui penyesuaian nilai, hubungan sosial, penerimaan, dan dukungan sosial (Soekanto, 2017). Proses ini menjadi penting karena menentukan kemampuan mantan WBP untuk kembali beradaptasi dan menjalani kehidupan secara positif di masyarakat. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa proses reintegrasi sosial masih menghadapi berbagai hambatan, seperti stigma sosial, diskriminasi, rendahnya kepercayaan diri, serta kurangnya kesiapan psikologis yang dapat meningkatkan risiko residivisme atau pengulangan tindak pidana (Ramadhan et al., 2025). Kesiapan reintegrasi sosial tidak hanya dipengaruhi oleh faktor lingkungan, tetapi juga oleh faktor psikologis yang berasal dari dalam diri individu. Salah satu faktor yang diduga berperan adalah *self-forgiveness*. Secara konseptual, *self-forgiveness* merupakan proses penerimaan diri melalui pengakuan kesalahan, pengurangan emosi negatif, serta pembaruan harga diri (Woodyatt et al., 2017). Kemampuan memaafkan diri dapat membantu individu menerima masa lalunya, mengurangi rasa bersalah, serta membangun pandangan yang lebih positif terhadap dirinya sendiri.

Selain *self-forgiveness*, regulasi emosi juga menjadi faktor penting dalam proses reintegrasi sosial. Regulasi emosi merupakan kemampuan individu dalam mengelola dan merespons emosi secara adaptif sesuai tujuan yang ingin dicapai (Gross & Thompson, 2007). Individu yang mampu mengatur emosinya dengan baik cenderung lebih mudah menghadapi tekanan, menyelesaikan masalah, serta menjalin hubungan sosial yang lebih baik. Bagi WBP, kemampuan ini diperlukan untuk menghadapi berbagai tantangan ketika kembali ke lingkungan masyarakat.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self-forgiveness* berkaitan dengan kesejahteraan psikologis dan penerimaan diri, sedangkan regulasi emosi berhubungan dengan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan dan beradaptasi dengan lingkungan sosial (Ferawati & Rahmandani, 2020; Alini et al., 2025). Meskipun demikian, penelitian yang mengkaji hubungan *self-forgiveness* dan regulasi emosi secara bersama-sama dengan kesiapan reintegrasi sosial masih terbatas, khususnya pada Warga Binaan Pemasyarakatan. Selain itu, proses pembinaan di lembaga pemasyarakatan masih menghadapi berbagai tantangan yang berkaitan dengan kesiapan psikologis WBP dalam menghadapi kehidupan setelah bebas. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya mengkaji faktor-faktor psikologis yang dapat mendukung kesiapan reintegrasi sosial WBP.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-forgiveness* dan regulasi emosi dengan kesiapan reintegrasi sosial pada Warga Binaan Pemasyarakatan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Klaten. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pentingnya kemampuan memaafkan diri dan mengelola emosi dalam mendukung kesiapan WBP untuk kembali beradaptasi di lingkungan masyarakat. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-forgiveness* dan regulasi emosi dengan kesiapan reintegrasi sosial Warga Binaan Pemasyarakatan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional berganda (*multiple correlation*). Menurut Yusuf (2017), penelitian korelasional bertujuan untuk

mengetahui hubungan antarvariabel, baik hubungan yang bersifat sejajar maupun sebab akibat. Dalam penelitian ini, analisis korelasi berganda digunakan untuk menguji hubungan antara *self-forgiveness* (X_1) dan regulasi emosi (X_2) dengan kesiapan reintegrasi sosial (Y) pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Klaten. Menurut Sugiyono (2021), korelasi berganda merupakan teknik statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan secara simultan antara dua atau lebih variabel independen dengan satu variabel dependen. Penelitian dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Klaten yang berlokasi di Kabupaten Klaten, Jawa Tengah, pada periode September 2025 hingga Januari 2026.

Partisipan

Menurut Sugiyono (2013), populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Kelas IIB Klaten yang berjumlah 341 orang.

Sampel penelitian berjumlah 100 responden yang ditentukan menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis *quota-random sampling*. Penentuan kuota dilakukan berdasarkan klasifikasi WBP menurut jenis tindak pidana yang dijalani, kemudian pemilihan responden pada masing-masing kelompok dilakukan secara acak sehingga seluruh kelompok memiliki kesempatan yang proporsional untuk terwakili dalam penelitian..

Instrumen Penelitian

Data dikumpulkan menggunakan tiga instrumen berbentuk skala Likert empat pilihan jawaban, Skala dalam penelitian ini terdiri atas empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pada pernyataan *favorable*, skor diberikan secara berurutan dari 4 hingga 1, sedangkan pada pernyataan *unfavorable* pemberian skor dilakukan secara terbalik dari 1 hingga 4. Instrumen yang digunakan meliputi Skala *Self-forgiveness*, Skala Regulasi Emosi, dan Skala Kesiapan Reintegrasi Sosial. Sebelum digunakan dalam penelitian, seluruh instrumen telah melalui proses validasi isi menggunakan indeks Aiken's V dengan melibatkan empat ahli yang terdiri atas ahli bahasa, ahli bimbingan dan konseling, psikolog, dan praktisi pemasyarakatan. Selanjutnya dilakukan uji daya beda menggunakan nilai *Corrected Item-Total Correlation* dengan kriteria $\geq 0,30$.

Hasil seleksi item menunjukkan bahwa Skala *Self-forgiveness* terdiri dari 15 item valid dari 45 item awal, Skala Regulasi Emosi terdiri dari 18 item valid dari 60 item awal, dan Skala Kesiapan Reintegrasi Sosial terdiri dari 37 item valid dari 97 item awal. Uji reliabilitas menggunakan koefisien Cronbach's Alpha menunjukkan nilai reliabilitas yang tinggi, yaitu 0,873 untuk Skala *Self-forgiveness*, 0,869 untuk Skala Regulasi Emosi, dan 0,925 untuk Skala Kesiapan Reintegrasi Sosial.

Analisis Data

Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics 25. Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas menggunakan Kolmogorov–Smirnov, uji linearitas, uji multikolinearitas melalui nilai *Tolerance* dan *Variance Inflation Factor* (VIF), serta uji heteroskedastisitas menggunakan uji Glejser. Pengujian hipotesis dilakukan melalui analisis korelasi Pearson *Product Moment* untuk menguji hubungan parsial antara masing-masing variabel independen dengan kesiapan reintegrasi sosial. Selanjutnya, analisis korelasi berganda digunakan untuk menguji hubungan simultan antara *self-forgiveness* dan regulasi emosi dengan kesiapan reintegrasi sosial. Seluruh pengujian statistik menggunakan taraf signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Penelitian ini melibatkan 100 Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Klaten. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan bantuan

program IBM SPSS Statistics 25.0 for Windows. Analisis dilakukan melalui statistik deskriptif, uji prasyarat analisis, dan pengujian hipotesis.

Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi *self-forgiveness*, regulasi emosi, dan kesiapan reintegrasi sosial pada responden penelitian. Hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Self-forgiveness</i>	100	20	74	40,77	6,060
Regulasi Emosi	100	39	72	52,66	5,946
Kesiapan Reintegrasi Sosial	100	90	145	119,90	10,982

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa rata-rata skor *self-forgiveness* sebesar 40,77 dengan standar deviasi 6,060. Variabel regulasi emosi memiliki rata-rata sebesar 52,66 dengan standar deviasi 5,946, sedangkan kesiapan reintegrasi sosial memiliki rata-rata sebesar 119,90 dengan standar deviasi 10,982. Hasil ini menunjukkan adanya variasi skor pada masing-masing variabel yang diteliti.

Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, dan uji multikolinearitas. Ringkasan hasil uji prasyarat analisis disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Prasyarat Analisis

Uji Prasyarat	Indikator	Nilai	Keterangan
Normalitas	<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,072	Normal
Linearitas X_1 -Y	<i>Deviation from Linearity</i>	0,055	Linear
Linearitas X_2 -Y	<i>Deviation from Linearity</i>	0,890	Linear
Multikolinearitas	<i>Tolerance</i>	0,819	Tidak terjadi multikolinearitas
Multikolinearitas	<i>VIF</i>	1,220	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan Tabel 2, hasil uji normalitas menunjukkan nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,072 ($> 0,05$), sehingga data berdistribusi normal. Hasil uji linearitas menunjukkan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,055 pada hubungan *self-forgiveness* dengan kesiapan reintegrasi sosial dan sebesar 0,890 pada hubungan regulasi emosi dengan kesiapan reintegrasi sosial. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga hubungan antarvariabel dinyatakan linear. Selanjutnya, hasil uji multikolinearitas menunjukkan nilai *tolerance* sebesar 0,819 ($> 0,10$) dan nilai *VIF* sebesar 1,220 (< 10), yang menunjukkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas antarvariabel bebas. Dengan demikian, seluruh prasyarat analisis telah terpenuhi sehingga pengujian hipotesis dapat dilakukan.

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis korelasi Pearson *Product Moment* untuk menguji hubungan masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat, serta analisis korelasi berganda untuk menguji hubungan kedua variabel bebas secara simultan dengan variabel terikat. Hasil pengujian hipotesis disajikan pada Tabel 3.

Hipotesis	Koefisien Korelasi	Sig.	Keterangan
<i>Self-forgiveness</i> ↔ Kesiapan Reintegrasi Sosial	$r = 0,245$	0,014	Diterima
Regulasi Emosi ↔ Kesiapan Reintegrasi Sosial	$r = 0,580$	0,000	Diterima
<i>Self-forgiveness</i> & Regulasi Emosi ↔ Kesiapan Reintegrasi Sosial	$R = 0,580$; $R^2 = 0,336$; $F = 24,569$	0,000	Diterima

Berdasarkan Tabel 3, hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-forgiveness* dengan kesiapan reintegrasi sosial ($r = 0,245$; $p = 0,014 < 0,05$). Dengan demikian, hipotesis pertama diterima. Selanjutnya, regulasi emosi memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesiapan reintegrasi sosial ($r = 0,580$; $p = 0,000 < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan WBP dalam mengelola emosinya,

maka semakin tinggi pula kesiapan mereka untuk kembali beradaptasi di lingkungan masyarakat. Oleh karena itu, hipotesis kedua diterima.

Hasil analisis korelasi berganda menunjukkan bahwa *self-forgiveness* dan regulasi emosi secara simultan memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesiapan reintegrasi sosial ($R = 0,580$; $p = 0,000 < 0,05$). Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,336 menunjukkan bahwa *self-forgiveness* dan regulasi emosi secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 33,6% terhadap kesiapan reintegrasi sosial WBP, sedangkan 66,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian. Dengan demikian, hipotesis ketiga diterima.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-forgiveness* dengan kesiapan reintegrasi sosial pada Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) di Lapas Kelas IIB Klaten. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan WBP dalam memaafkan diri atas kesalahan yang pernah dilakukan, maka semakin tinggi pula kesiapan mereka untuk kembali menjalani kehidupan di masyarakat. Kemampuan memaafkan diri membantu individu mengurangi rasa bersalah, menerima diri, dan membangun harapan yang lebih baik terhadap masa depan. Kondisi tersebut dapat membantu WBP menghadapi berbagai tantangan setelah bebas, seperti stigma masyarakat, penolakan sosial, maupun rasa khawatir terhadap kehidupan yang akan dijalani.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Prist dan Afifah (2024) yang menemukan bahwa *self-forgiveness* berkontribusi terhadap kesiapan reintegrasi melalui proses pengakuan kesalahan, penerimaan diri, dan perbaikan diri. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Larasati dan Fathiyah (2022) yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat pemaafan diri yang tinggi cenderung memiliki kepuasan hidup yang lebih baik. Selain itu, Woodyatt et al. (2017) menjelaskan bahwa *self-forgiveness* membantu individu menerima kesalahan yang pernah dilakukan tanpa terus-menerus menyalahkan diri sendiri. Namun demikian, nilai koefisien korelasi dalam penelitian ini tergolong rendah ($r = 0,245$). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun *self-forgiveness* memiliki hubungan dengan kesiapan reintegrasi sosial, masih terdapat faktor-faktor lain yang lebih berpengaruh terhadap kesiapan WBP untuk kembali ke masyarakat.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesiapan reintegrasi sosial WBP di Lapas Kelas IIB Klaten. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat berperan penting dalam mempersiapkan diri menghadapi kehidupan setelah bebas dari lembaga pemasyarakatan. WBP yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan emosi negatif seperti marah, takut, cemas, dan frustrasi sehingga dapat menghadapi berbagai situasi sosial dengan lebih baik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Seno dan Rahayu (2024) yang menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan reintegrasi sosial. Hasil penelitian ini juga didukung oleh Aldao et al. (2010) yang menjelaskan bahwa regulasi emosi berhubungan dengan kemampuan individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Selain itu, penelitian Sekarini (2021) menemukan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan positif dengan resiliensi atau kemampuan individu untuk bangkit dari kesulitan. Dibandingkan dengan *self-forgiveness*, regulasi emosi menunjukkan hubungan yang lebih kuat dengan kesiapan reintegrasi sosial ($r = 0,580$). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi menjadi salah satu faktor yang lebih penting dalam membantu WBP mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat.

Lebih lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-forgiveness* dan regulasi emosi secara bersama-sama memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesiapan reintegrasi sosial WBP di Lapas Kelas IIB Klaten. Temuan ini menunjukkan bahwa kesiapan reintegrasi sosial tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan menerima dan memaafkan diri sendiri, tetapi juga oleh kemampuan mengelola emosi dengan baik. *Self-forgiveness* membantu individu

menerima masa lalunya dan membangun pandangan yang lebih positif terhadap diri sendiri, sedangkan regulasi emosi membantu individu menghadapi tekanan dan berbagai situasi sosial secara lebih terkendali. Kedua kemampuan tersebut dapat membantu WBP menjadi lebih siap untuk kembali menjalankan peran sosialnya di masyarakat.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Sukmasari et al. (2024) yang menemukan bahwa regulasi emosi berkaitan dengan kemampuan memaafkan pada narapidana perempuan, serta penelitian Paleari et al. (2022) yang menunjukkan bahwa *self-forgiveness* berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis individu. Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-forgiveness* dan regulasi emosi secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 33,6% terhadap kesiapan reintegrasi sosial. Hal ini berarti kedua variabel tersebut memiliki peran yang cukup penting dalam meningkatkan kesiapan reintegrasi sosial WBP. Namun demikian, masih terdapat 66,4% faktor lain yang memengaruhi kesiapan reintegrasi sosial, seperti dukungan keluarga, penerimaan masyarakat, efikasi diri, kondisi ekonomi, serta pengalaman mengikuti program pembinaan di lembaga pemasyarakatan. Oleh karena itu, program pembinaan di lembaga pemasyarakatan perlu memberikan perhatian pada pengembangan kemampuan *self-forgiveness* dan regulasi emosi sebagai bagian dari upaya meningkatkan kesiapan WBP untuk kembali ke masyarakat.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada WBP di Lapas Kelas IIB Klaten sehingga hasil penelitian belum dapat menggambarkan kondisi WBP di lembaga pemasyarakatan lain. Kedua, penelitian menggunakan metode kuesioner sehingga jawaban responden sangat bergantung pada kejujuran dan pemahaman masing-masing individu. Ketiga, penelitian hanya meneliti dua variabel, yaitu *self-forgiveness* dan regulasi emosi, sementara masih banyak faktor lain yang dapat memengaruhi kesiapan reintegrasi sosial WBP. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan responden yang lebih banyak dan berasal dari beberapa lembaga pemasyarakatan agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara lebih luas. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain yang berkaitan dengan kesiapan reintegrasi sosial, seperti dukungan sosial, efikasi diri, resiliensi, dukungan keluarga, dan penerimaan masyarakat. Selain itu, penggunaan pendekatan kualitatif atau *mixed methods* dapat dilakukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman WBP dalam mempersiapkan diri untuk kembali ke masyarakat.

PENUTUP

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, dan hasil analisis, penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-forgiveness* dan regulasi emosi memiliki hubungan positif dan signifikan, baik secara parsial maupun simultan, dengan kesiapan reintegrasi sosial WBP di Lapas Kelas IIB Klaten. *Self-forgiveness* berperan dalam pemulihan intrapersonal melalui penerimaan diri, sedangkan regulasi emosi berperan dominan dalam pengelolaan respons emosional saat menghadapi tuntutan sosial. Secara bersama-sama, kedua variabel memberikan kontribusi sebesar 33,6% terhadap kesiapan reintegrasi sosial, yang menunjukkan bahwa kesiapan tersebut merupakan konstruksi psikologis yang bersifat multidimensional. Disarankan kepada WBP untuk meningkatkan kemampuan *self-forgiveness* dan regulasi emosi sebagai modal psikologis dalam menghadapi reintegrasi sosial. Bagi pihak Lapas, perlu dikembangkan program pembinaan yang lebih komprehensif melalui layanan bimbingan dan konseling yang terstruktur dan berkelanjutan. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengkaji variabel lain seperti dukungan sosial, resiliensi, dan spiritualitas, serta menggunakan pendekatan metode yang lebih beragam agar memperoleh pemahaman yang lebih mendalam. Ke depan, hasil penelitian ini berpotensi dikembangkan sebagai dasar penyusunan intervensi psikologis berbasis pemasyarakatan guna meningkatkan keberhasilan reintegrasi sosial dan menekan risiko *residivisme*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217–237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Alini, A., Novrika, B., & Kurniadi, R. (2025). Peningkatan Kesehatan Mental Dan Regulasi Emosi Bagi Narapidana Melalui Edukasi, Konseling, Dan Self-Help Therapy. *Jurnal Pahlawan Kesehatan*, 2(2), 554–560. <https://doi.org/10.70437/jpk.v2i2.1269>
- Ahmad Fajri Aslam. (2025). PROGRAM REINTEGRASI SOSIAL PADA WARGA BINAAN PEMASYARAKATAN DI LAPAS KELAS IIA SERANG. *Journal Central Publisher*, 2(1), 1500–1513. <https://doi.org/10.60145/jcp.v2i1.332>
- Enright, R. D., & Fitzgibbons, R. P. (2000). *Helping clients forgive: An empirical guide for resolving anger and restoring hope*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10381-000>
- Ferawati, F., & Rahmandani, A. (2020). HUBUNGAN ANTARA PEMAAFAN DIRI DENGAN REGULASI EMOSI PADA ANAK DIDIK LEMBAGA PEMBINAAN KHUSUS ANAK (LPKA) KELAS I KUTOARJO DAN KELAS II YOGYAKARTA. *Jurnal EMPATI*, 8(3), 572-578. <https://doi.org/10.14710/empati.2019.26498>
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 26 Edisi 10*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro. <https://www.scribd.com/document/785893656/Ghozali-2021>
- Gross & Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. Handbook of emotion regulation. *Emotion*, July.
- Haney, C. (2002). *The Psychological Impact of Incarceration : Implications for Post-Prison Adjustment*.
- Maruna, S. (2001). *Making Good: HOW EX-CONVICTS REFORM AND REBUILD THEIR LIVES*.
- Paleari, G. F., Danioni, F., Pelucchi, S., Lombrano, M. R., Lumera, D., & Regalia, C. (2022). The relationship between *self-forgiveness* and *psychological wellbeing* in prison inmates: The mediating role of mindfulness. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 32(5), 337–349. <https://doi.org/10.1002/cbm.2260>
- Pettigrove, G., & Enright, R. D. (2023). *The Routledge Handbook of the Philosophy and Psychology of Forgiveness* (G. Pettigrove & R. D. Enright (eds.)).
- Ramadhan, F., Sabir, M., Kairuddin, K., Tijjang, B., & Syahril, M. A. F. (2025). Reintegrasi Sosial Narapidana: Analisis Yuridis Pasca Undang-Undang Pemasyarakatan. *JULIA: Jurnal Litigasi Amsir*, 12(2), 109–115.
- Soekanto, S. (2017). *Sosiologi Suatu Pengantar*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2013a). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D (19 ed.)*. CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2013b). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D (3rd ed.)*. Alfabeta.
- Sukmasari, D. S., Soetikno, N., & Tarumanagara, U. (2024). *Emotion Regulation and Forgiveness among Female Inmates 1*. 8(2), 211–229. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v8i2.10899>
- Toga, E., Damayanti, F. E., & Lestari, W. T. (2025). *The Relationship Between Self-forgiveness*

United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC). (2012). *Introductory Handbook on the Prevention of Recidivism and the Social Reintegration of Offenders. Criminal Justice Series, 11.*

Woodyatt, L., Worthington, E., Wnzel, M., & Griffin, B. (2017). *Handbook of the Psychology of Self-forgiveness.* Springer.

Yusuf, M. A. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan.* KENCANA.

