

Efektivitas Logoterapi untuk Meningkatkan Self-Esteem dan Kebermaknaan Hidup Penderita Skizofrenia

Luke Setyo Anggoro

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Jl. Pawiyatan Luhur Sel. IV No.1, Bendan Duwur,
Kec. Gajahmungkur, Kota Semarang, Jawa Tengah

lukesetyo1@gmail.com

Abstract

The aim of this research is to determine the effectiveness of logotherapy to increase the level of self-esteem and increase the meaning of life in individuals who experience residual schizophrenic disorder. The pre-experimental one group pretest-posttest method was used as the research design. The sampling technique uses purposive sampling. A total of 6 people with an age range of 21-50 years were used as research participants, this was due to the limited population that met the inclusion criteria and the logotherapy approach which is in-depth and requires intensive involvement in each therapy session. The instruments used are the Indonesian version of the RSES for self-esteem and the Indonesian version of the MLQ to measure the meaning of life, these measuring instruments have been tested for validity and reliability. The therapy technique uses existential analysis from logotherapy. Data analysis technique using paired sample t test. The research results showed that there was a significant difference in self-esteem. This is based on the t test with a p value which obtained a value of 0.000 <0.005. Then there is also a significant difference in the meaning of life, as proven by the t test analysis with a p value which obtained a value of 0.000 <0.005. According to statistical data analysis, it can be concluded that logotherapy using existential analysis techniques can increase the level of self-esteem and increase the meaning of life in individuals who experience residual schizophrenic disorders. These findings can be the basis for the development of broader psychological therapy programs in the rehabilitation of schizophrenia sufferers, especially in improving their quality of life.

Keywords: *Logotherapy, Self-esteem, meaning of life*

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui efektivitas logoterapi untuk meningkatkan tingkat self-esteem dan meningkatkan kebermaknaan hidup pada individu yang mengalami gangguan skizofrenia residual. Metode pra eksperimen one group pretest-posttest dipakai menjadi desain penelitian. Teknik sampling dengan memanfaatkan purposive sampling. Sejumlah 6 orang dengan rentang usia 21-50 tahun digunakan sebagai partisipan penelitian, hal ini disebabkan oleh keterbatasan populasi yang memenuhi kriteria inklusi serta pendekatan logoterapi yang bersifat mendalam dan membutuhkan keterlibatan intensif dalam setiap sesi terapi. Instrument yang digunakan adalah dengan menggunakan RSES versi Indonesia untuk self-esteem dan MLQ versi Indonesia untuk mengukur makna hidup, alat ukur tersebut sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Teknik terapi menggunakan analisis eksistensial dari logoterapi. Teknik analisa data dengan paired sample t test. Penelitian diperoleh hasil yaitu self-esteem terdapat perbedaan signifikan. Hal ini berdasarkan uji t dengan p value yang memperoleh nilai 0,000 <0,005. Lalu terdapat pula perbedaan makna hidup yang signifikan, terbukti dengan analisis uji t dengan p value yang memperoleh nilai 0,000 <0,005. Menurut analisis data statistik dapat disimpulkan bahwa logoterapi dengan teknik analisis eksistensial dapat meningkatkan tingkat self-esteem dan meningkatkan kebermaknaan hidup pada individu yang mengalami gangguan skizofrenia residual. Temuan ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan program terapi psikologis yang lebih luas dalam rehabilitasi penderita skizofrenia, khususnya dalam meningkatkan kualitas hidup mereka.

Kata kunci: Logoterapi, Self-esteem, makna hidup

PENDAHULUAN

Skizofrenia merupakan gangguan mental yang paling kronis serta melemahkan, ditandai dengan adanya gangguan pada realitas, seperti halusinasi, delusi, serta disorganisasi pemikiran dan perilaku (Kaplan & Sadock, 2015). Kondisi ini secara signifikan memengaruhi kemampuan individu untuk berfungsi pada kehidupan sehari-harinya baik pada konteks pekerjaan, sosial, dan keluarga. Berlandaskan DSM-5, skizofrenia termasuk kategori gangguan psikotik yang memiliki spektrum luas, dengan berbagai tingkat keparahan gejala dan prognosis yang berbeda di setiap individu (American Psychiatric Association, 2013). Salah satu tantangan terbesar dalam perawatan skizofrenia adalah bagaimana membantu penderita menemukan makna hidup di tengah keterbatasan yang mereka alami serta meningkatkan harga diri yang sering kali rendah.

Individu dengan skizofrenia sering menghadapi kesulitan dalam membangun dan mempertahankan makna hidup, karena mereka sering merasa tidak berdaya atau kehilangan arah akibat gangguan yang terus-menerus mempengaruhi fungsi kognitif dan emosional (Lysaker et al., 2017). Hasil penelitian menunjukkan bahwa penderita skizofrenia sering kali merasa terisolasi secara sosial dan emosional, serta mengalami penurunan kualitas hidup yang disebabkan oleh perasaan rendah diri dan kurangnya tujuan hidup (Ritsner, 2019). Dalam situasi ini, *self-esteem* merupakan salah satu faktor krusial yang bisa memberikan pengaruh terhadap bagaimana penderita menghadapi tantangan hidup sehari-hari, terutama dalam konteks sosial. Rendahnya *self-esteem* pada penderita skizofrenia dapat memperburuk gejala penyakit, meningkatkan risiko kekambuhan, serta memperpanjang durasi rawat inap (Lecomte et al., 2014).

Sebagai respons terhadap tantangan yang dihadapi oleh penderita skizofrenia, salah satu pendekatan terapi yang berfokus pada pencarian makna hidup adalah logoterapi. Logoterapi, yang dikembangkan oleh Viktor Frankl, merupakan pendekatan eksistensial yang menekankan bahwa pencarian makna hidup adalah motivasi utama manusia. Frankl berargumen bahwa manusia memiliki kapasitas untuk menemukan makna, bahkan dalam situasi yang paling sulit sekalipun, dan hal ini bisa menjadi kunci dalam proses pemulihan psikologis seseorang (Frankl, 2014). Logoterapi menawarkan perspektif yang berbeda dari terapi tradisional, karena tidak hanya berfokus pada gejala dan gangguan mental, tetapi juga membantu seseorang guna menemukan tujuan dan makna didalam hidup, yang sering kali hilang pada penderita gangguan mental seperti skizofrenia (Batthyany & Guttmann, 2016).

Dalam konteks skizofrenia, logoterapi dapat membantu individu untuk menemukan dan memaknai pengalaman dengan cara yang lebih positif serta membangun kembali rasa harga diri (Hoffmann et al., 2018). Hasil penelitian telah menunjukkan bahwa logoterapi dapat membantu penderita skizofrenia untuk mengurangi perasaan hampa dan putus asa yang sering muncul akibat gejala psikotik yang dialami individu (Thompson et al., 2020). Peningkatan rasa makna hidup dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap berbagai tantangan yang dihadapi oleh penderita skizofrenia, termasuk tekanan sosial, stigma, serta keterbatasan fisik dan kognitif yang dihadapi (Thompson et al., 2020). Selain itu, logoterapi juga dapat meningkatkan perasaan kontrol diri, memperkuat kepercayaan diri, serta mempromosikan pengembangan identitas diri yang lebih sehat (Breitbart, 2017).

Penelitian empiris menunjukkan bahwa pencarian makna hidup melalui logoterapi dapat berdampak positif pada *self-esteem* penderita skizofrenia. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Hofmann et al. (2018) menemukan bahwa logoterapi dapat meningkatkan harga diri dan memperbaiki kualitas hidup penderita skizofrenia yang menjalani intervensi tersebut. Penderita yang menerima intervensi logoterapi menunjukkan peningkatan signifikan dalam

kemampuan untuk memahami dan menerima kondisi mereka, serta menemukan cara untuk menjalani hidup yang bermakna meskipun menghadapi keterbatasan (Längle & Sykes, 2016). Logoterapi juga efektif dalam membantu penderita skizofrenia menghadapi stigma sosial dengan cara yang lebih positif dan produktif, sehingga memperbaiki hubungan sosial dan meningkatkan dukungan yang diterima (De Klerk et al., 2020). Temuan ini menunjukkan bahwa logoterapi tidak hanya berkontribusi pada peningkatan harga diri, tetapi juga membantu individu dengan skizofrenia membangun kembali identitas dan persepsi positif terhadap diri sendiri. Oleh karena itu, penting untuk memahami lebih dalam bagaimana kebermaknaan hidup berperan sebagai faktor yang sangat terkait dengan harga diri, terutama dalam konteks individu dengan skizofrenia yang sering kesulitan menemukan tujuan hidup yang jelas (Vos et al., 2018).

Kebermaknaan hidup memiliki korelasi kuat dengan *self-esteem* dalam berbagai populasi, termasuk individu dengan skizofrenia. *Self-esteem* dan kebermaknaan hidup dibahas secara bersamaan dalam intervensi logoterapi karena keduanya memiliki keterkaitan erat dalam membentuk kesejahteraan psikologis individu, terutama bagi penderita skizofrenia (Bastaman, 2007). Logoterapi berfokus pada pencarian makna hidup sebagai inti dari keberfungsian psikologis yang sehat. Ketika seseorang mampu menemukan makna dalam hidupnya, ia akan memiliki pandangan yang lebih positif terhadap dirinya sendiri, sehingga meningkatkan *self-esteem*. Dalam konteks skizofrenia, gangguan persepsi dan kognitif sering kali menyebabkan individu kehilangan arah, merasa tidak berdaya, dan mengalami penurunan harga diri (Farisandy & Surjaningrum, 2020).

Intervensi logoterapi membantu individu merekonstruksi makna hidup dengan menggali nilai-nilai pribadi dan pengalaman bermakna, sehingga dapat memahami bahwa eksistensi seseorang tetap memiliki tujuan, meskipun ada keterbatasan yang dihadapi. Saat Individu mulai melihat makna dalam hidupnya, harga diri akan meningkat karena merasa berkontribusi dan memiliki kendali atas hidupnya (Hofmann et al. 2018). Oleh karena itu, dalam intervensi logoterapi, *self-esteem* dan kebermaknaan hidup saling memperkuat satu sama lain, menjadikannya aspek penting yang harus dikaji secara bersamaan. Menurut teori logoterapi, individu yang mampu menemukan makna dalam hidup cenderung memiliki harga diri yang lebih tinggi serta potensi yang lebih baik untuk menangani kesulitan hidup (Frankl, 2014). Dalam skizofrenia, di mana gangguan persepsi dan pemikiran sering mengaburkan pandangan tentang dunia dan diri sendiri, pencarian makna hidup dapat berfungsi sebagai jembatan untuk menghubungkan kembali dengan tujuan dan nilai-nilai yang lebih besar, sehingga memungkinkan individu melihat diri dalam cahaya yang lebih positif dan bermakna (Hofer et al., 2020).

Penelitian yang mengeksplorasi efektivitas logoterapi dalam meningkatkan *self-esteem* dan kebermaknaan hidup pada penderita skizofrenia di Indonesia masih terbatas. Beberapa studi telah mengkaji penerapan logoterapi pada populasi lain, seperti lansia dan remaja, dengan hasil yang menunjukkan peningkatan konsep diri dan makna hidup (Rochmawati & Febriana, 2017; Farisandy & Surjaningrum, 2020). Namun, penelitian yang secara khusus meneliti dampak logoterapi terhadap *self-esteem* dan kebermaknaan hidup pada individu dengan skizofrenia di Indonesia belum banyak dilakukan. Oleh karena itu, diperlukan studi lebih lanjut untuk mengisi kesenjangan pengetahuan ini dan mengembangkan intervensi yang efektif bagi penderita skizofrenia di Indonesia.

METODE

Penelitian memiliki tujuan guna mengukur tingkatan *self-esteem* sebelum dan sesudah intervensi logoterapi serta menilai tingkat kebermaknaan hidup sebelum dan sesudah intervensi. Desain studi ini menggunakan pra eksperimen *one group pretest-posttest*. Desain pra

eksperimen *one-group pretest-posttest* merupakan salah satu bentuk desain penelitian eksperimental yang digunakan untuk mengukur efek dari sebuah perlakuan atau intervensi pada satu kelompok partisipan penelitian. Dalam desain ini, terdapat pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan dilakukan, namun tidak ada kelompok kontrol untuk dibandingkan. Teknik sampling berupa *purposive sampling* dipergunakan pada penelitian ini. Teknik ini memanfaatkan pemilihan sampel yang diinginkan (Latipun, 2015). Partisipan dalam penelitian ini melibatkan enam partisipan, empat laki-laki dan dua perempuan di Rumah Pemulihan Efata Salatiga. Kriteria partisipan pada penelitian adalah: 1) Penderita skizofrenia yang mulai memasuki fase residual, dibuktikan dengan surat keterangan dari psikiater, 2) Mampu berkomunikasi dan menulis dengan baik dan benar, 3) Penderita yang sudah bisa produktif atau aktif seperti bisa mengikuti kegiatan di Panti dan menghasilkan karya yang sederhana, 4) Masih rutin untuk minum obat psikotik dari psikiater (Anggoro, 2018)

Alat ukur yang dipakai guna melakukan pengukuran *self-esteem* yakni *Roseberg Self-esteem Scale* (RSES) (1965). Instrumen RSES, yang sudah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Azwar (2012) dengan 2 aspek tersebut di dalamnya mempunyai 5 dimensi antara lain: dimensi sosial, akademik, keluarga, fisik, maupun emosional. Korelasi item total ada pada 0.415-0.703. Reliabilitas skala sebanyak Alpha Cronbach 0.778 dan bisa dinyatakan valid. Skala *self-esteem* mencakup sepuluh pernyataan (Latupeirissa & Wijono, 2022). RSES memiliki skala 0-3 untuk masing-masing rentang skor yang dimiliki secara keseluruhan adalah 0-30. Skor yang bertambah tinggi, bertambah tingginya juga tingkatan *self-esteem* yang dicapai (Ekawardhani et al, 2019). Kemudian alat ukur penelitian yang berikutnya yaitu *Meaning Life Questionnaire* (MLQ) dari Steger (2006) yang diterjemahkan ke versi Indonesia untuk mengukur makna hidup. MLQ ini mencakup 10 item pertanyaan guna menilai pencarian makna. Uji menggunakan formula alpha didapatkan hasil dengan validitas yang bernilai 0.70 serta reliabilitas yang bernilai 0.87. Skor skala makna hidup memiliki rentang skor berkisar 10 hingga 70 dimana skor 10 adalah skor paling rendah serta yang paling tinggi adalah 70 (Candra & Oktayani, 2016).

Skala ini mengukur sejauh mana individu merasakan kebermaknaan dalam hidupnya. Beberapa contoh item dalam skala ini mencerminkan keyakinan individu terhadap makna dan tujuan hidupnya, seperti pernyataan "Saya merasa bahwa hidup saya memiliki tujuan yang jelas" atau "Saya sering merenungkan arti dan makna dari pengalaman hidup saya." Selain itu, terdapat pula item yang menggambarkan sejauh mana seseorang menemukan makna dalam kehidupannya sehari-hari, misalnya "Saya merasa hidup saya penuh dengan makna dan nilai yang berharga" atau "Saya sering menemukan alasan untuk tetap bertahan dalam situasi sulit." Individu dengan skor tinggi pada skala ini menunjukkan kemampuan lebih dalam menemukan makna hidup, memiliki tujuan yang jelas, serta lebih resilien dalam menghadapi tantangan. Respon terhadap item dalam skala ini umumnya diberikan menggunakan skala Likert, di mana individu diminta untuk menilai sejauh mana setuju atau tidak setuju dengan pernyataan yang diberikan. Data dikumpulkan melalui berbagai metode, seperti meninjau daftar riwayat hidup, melakukan wawancara dan observasi, serta melakukan pengukuran menggunakan alat ukur RSES dan MLQ.

Prosedur pemberian intervensi penelitian yaitu; peneliti membuat kontrak kepada partisipan dan membuat *informed consent* yang akan diisi oleh partisipan. Kemudian melakukan *pretest*, lalu dilanjutkan dengan pemberian intervensi logoterapi, kemudian setelah itu dilakukan *posttest* kembali. Intervensi logoterapi pada riset ini menggunakan teknik analisis eksistensial yang dikembangkan oleh Bastaman (2007). Pelaksanaan intervensi dilakukan sebanyak delapan sesi dengan durasi setiap sesi atau pertemuan yaitu 45-50 menit. Adapun sesi-sesi yang diberikan adalah sebagai berikut: 1) Pengenalan dan membangun hubungan, 2) Penilaian

kondisi klien, 3) Identifikasi nilai dan makna, 4) Refleksi dan penguatan makna, 5) Penerimaan diri dan realitas, 6) Tanggung jawab dan keberanian untuk mengambil tindakan, 7) Integrasi pengalaman dan makna, 8) Penutupan dan evaluasi.

HASIL

Tabel 1.

Hasil skor pretest dan Posttest

No	Jenis Kelamin	Usia	<i>Self-Esteem</i>		Makna Hidup	
			Pre Tes	Post Test	Pre Test	Post Test
1	Laki-laki	35	20	25	23	34
2	Laki-laki	41	19	23	26	31
3	Laki-laki	28	19	24	21	29
4	Laki-laki	33	17	23	24	33
5	Perempuan	47	18	22	20	28
6	Perempuan	51	15	20	25	30

Berdasarkan hasil tes *self-esteem* dan makna hidup yang diperoleh dari enam partisipan penelitian, terlihat adanya peningkatan skor setelah intervensi logoterapi. Dari aspek *self-esteem*, seluruh partisipan mengalami peningkatan skor setelah menjalani intervensi. Misalnya, partisipan laki-laki berusia 35 tahun mengalami peningkatan skor dari 20 pada pre-test menjadi 25 pada post-test, sementara partisipan laki-laki lainnya dengan usia 41 tahun mengalami peningkatan dari 19 menjadi 23. Hal serupa juga terjadi pada partisipan perempuan, di mana partisipan perempuan berusia 47 tahun mengalami peningkatan dari 18 menjadi 22, dan partisipan perempuan berusia 51 tahun dari 15 menjadi 20.

Peningkatan juga terlihat pada skor makna hidup. Partisipan dengan skor awal yang lebih rendah menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan setelah intervensi. Misalnya, partisipan laki-laki berusia 33 tahun yang awalnya memiliki skor makna hidup 24 meningkat menjadi 33, sementara partisipan perempuan berusia 51 tahun mengalami kenaikan dari 25 menjadi 30. Secara keseluruhan, data menunjukkan bahwa logoterapi memberikan dampak positif terhadap peningkatan *self-esteem* dan makna hidup pada partisipan dengan gangguan skizofrenia residual.

Tabel 2.

Statistik Deskriptif.

		N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Self Esteem</i>	Pre test	6	15	20	18.00	1.789
	Post test	6	20	25	22.83	1.722
Makna Hidup	Pre test	6	20	26	23.17	2.317
	Post test	6	28	34	30.83	2.317

Berikut ini ringkasan hasil tersebut. Untuk pretest *self-esteem* diperoleh rata-rata 18.00 dan hasil posttest *self-esteem* dengan rata-rata 22,83. Sebab rata-rata dari posttest bernilai lebih besar dari sebelumnya, maka artinya rata-rata skor *self-esteem* sesudah dan sebelum memiliki perbedaan. Sedangkan pretest makna hidup rata-rata 23,17 dan posttest memiliki rata-rata 30,83. Sebab posttest memiliki nilai rata-rata melebihi sebelum, maka skor makna hidup sebelum dan sesudah memiliki perbedaan rata-rata.

Tabel 3.
Uji Normalitas

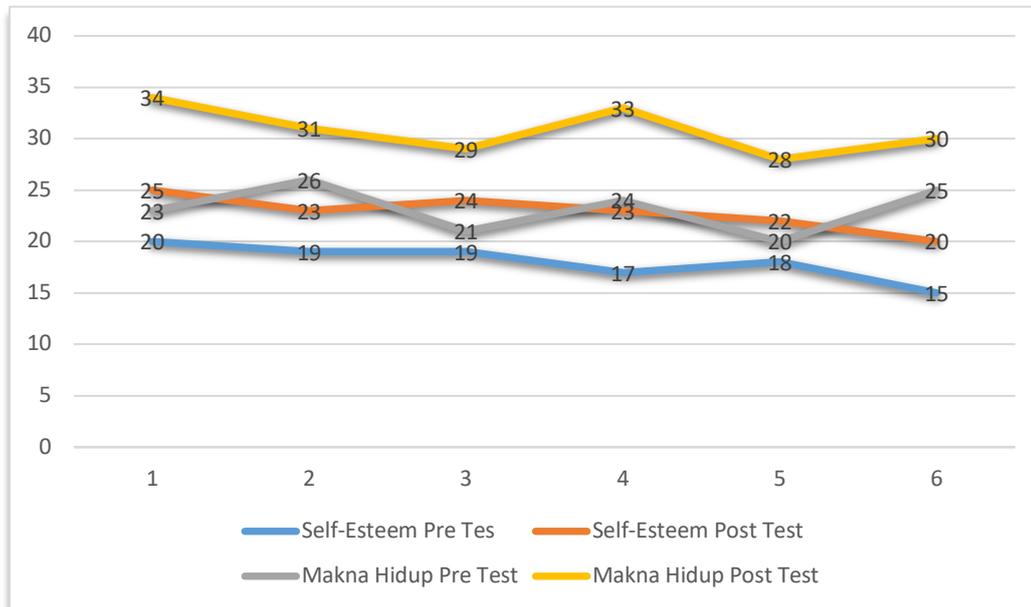
Variabel	Intervensi	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
<i>Self Esteem</i>	Pre test	.212	6	.200*	.933	6	.607
	Post test	.205	6	.200*	.961	6	.830
Makna Hidup	Pre test	.159	6	.200*	.958	6	.801
	Post test	.159	6	.200*	.958	6	.801

Berlandaskan pada hasil tersebut, menunjukkan bahwa normal distribusi data. Oleh karena itu persyaratan uji perbedaan menggunakan *Paired samples t test* bisa dikatakan terpenuhi.

Tabel 4.
Paired Sample t Test

	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	t	df	Sig. (2-tailed)
<i>Self Esteem</i>	4.833	.753	.307	15.727	5	.000
Makna Hidup	7.667	2.338	.955	-8.032	5	.000

Tabel tersebut adalah tabel hasil yang memperlihatkan hasil uji beda. Nilai signifikansi tabel dalam hal ini dijadikan acuan dalam kesimpulan uji ini. Untuk skor bagian *self-esteem*, signifikansi yaitu $0.000 < 0.005$. Sedangkan untuk skor makna hidup, signifikansi yang dihasilkan yaitu $0.000 < 0.005$. Maka dari hal tersebut dikatakan ada perbedaan signifikan dari hasil pretest dan posttest.



Gambar 1. Grafik *Self Esteem*

Keterangan gambar grafik *self-esteem* dan makna hidup

Sumbu Y : Subjek penelitian.

Sumbu X : Hasil pretest dan posttest dari *self-esteem* dan Makna hidup

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas logoterapi dalam meningkatkan *self-esteem* dan kebermaknaan hidup pada penderita skizofrenia di Rumah Pemulihan Efata Salatiga. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang signifikan pada kedua aspek tersebut setelah intervensi logoterapi. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengindikasikan bahwa logoterapi efektif dalam meningkatkan harga diri dan kualitas hidup pada individu dengan gangguan mental, termasuk skizofrenia. Sebagai contoh, meta-analisis oleh Rahma dan Sari (2021) mengkaji 14 artikel penelitian tentang logoterapi dan harga diri, dan menemukan bahwa logoterapi merupakan intervensi yang direkomendasikan dan efektif untuk meningkatkan harga diri. Selain itu, penelitian oleh Nurhikmah et al. (2023) menunjukkan bahwa logoterapi dapat meningkatkan kualitas hidup individu dengan disabilitas fisik melalui penemuan dan pencapaian makna hidup. Meskipun penelitian tersebut tidak secara khusus meneliti penderita skizofrenia, temuan tersebut mendukung efektivitas logoterapi dalam meningkatkan *self-esteem* dan kebermaknaan hidup pada populasi dengan kondisi kesehatan yang menantang.

Pada awalnya, penderita skizofrenia dalam fase residual cenderung mengalami penurunan *self-esteem* akibat berbagai faktor, seperti stigma sosial, keterbatasan fisik dan mental, serta gangguan fungsi sosial. Hal ini sesuai dengan temuan Lecomte et al. (2014), yang menyatakan bahwa *self-esteem* rendah pada penderita skizofrenia berkontribusi terhadap rendahnya kualitas hidup dan meningkatkan risiko kekambuhan. Sebelum intervensi logoterapi, skor *self-esteem* partisipan berada di kisaran rendah, dengan rata-rata skor 18,00. Setelah intervensi diberikan, terjadi peningkatan rata-rata skor menjadi 22,83, menunjukkan bahwa logoterapi efektif dalam memperkuat persepsi positif diri pada penderita skizofrenia.

Efektivitas logoterapi dalam meningkatkan *self-esteem* dapat dijelaskan melalui pendekatan eksistensialnya, yang menekankan pentingnya menemukan makna dalam hidup sebagai sumber motivasi dan arah (Frankl, 2014). Pada penderita skizofrenia, yang sering kali merasa hidup tidak berarti dan penuh penderitaan, intervensi logoterapi membantu individu untuk menemukan dan menilai ulang nilai-nilai serta tujuan hidup. Dengan menemukan makna hidup, penderita skizofrenia dapat lebih menerima diri sendiri dan lingkungan sekitar, sehingga meningkatkan harga diri (Thompson et al., 2020). Peningkatan harga diri setelah intervensi juga menunjukkan bahwa peserta mulai melihat diri sebagai individu yang mampu menghadapi tantangan hidup, meskipun dengan keterbatasan yang dimiliki.

Selain itu, logoterapi juga terbukti efektif dalam meningkatkan kebermaknaan hidup partisipan. Sebelum intervensi, rata-rata skor kebermaknaan hidup partisipan adalah 23,17, dan setelah intervensi skor tersebut meningkat menjadi 30,83. Hal ini menunjukkan bahwa logoterapi tidak hanya membantu individu menemukan makna dalam hidup, tetapi juga memperkuat perasaan bahwa hidup memiliki tujuan yang jelas. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Hofer et al. (2020), yang menemukan bahwa pencarian makna hidup melalui logoterapi berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup dan penurunan gejala psikotik pada penderita skizofrenia.

Peningkatan kebermaknaan hidup pada partisipan juga dipengaruhi oleh kemampuan untuk mengintegrasikan pengalaman hidup ke dalam sebuah narasi yang koheren dan bermakna. Melalui sesi-sesi logoterapi, partisipan diberi kesempatan untuk merefleksikan pengalaman hidup, terutama pengalaman yang sulit, dan menemukan cara untuk memberi arti pada pengalaman tersebut. Proses refleksi ini penting dalam membantu individu dengan skizofrenia untuk melihat diri bukan hanya sebagai korban dari gangguan, tetapi sebagai individu yang memiliki kapasitas untuk berkembang dan menemukan makna baru dalam hidup (Breitbart,

2017). Hal ini juga sejalan dengan pendekatan Viktor Frankl, yang menekankan bahwa bahkan dalam penderitaan, manusia dapat menemukan makna yang dapat memotivasi untuk terus hidup (Frankl, 2014).

Penelitian ini juga menggaris bawahi pentingnya pendekatan yang terintegrasi dalam merawat penderita skizofrenia yang berarti bahwa perawatan skizofrenia tidak cukup hanya mengandalkan pengobatan farmakologis (misalnya antipsikotik), tetapi juga perlu mencakup intervensi psikologis, sosial, dan spiritual untuk meningkatkan kualitas hidup pasien secara menyeluruh. Intervensi logoterapi, yang berfokus pada aspek eksistensial dan spiritual, menawarkan perspektif yang lebih holistik dibandingkan pendekatan yang hanya berfokus pada penanganan gejala psikotik. Hal ini relevan dalam konteks Indonesia, di mana aspek spiritualitas dan kebermaknaan hidup memiliki peran penting pada kehidupan keseharian masyarakat. Oleh karenanya, pendekatan logoterapi bisa menjadi salah satu model intervensi yang sangat efektif untuk diterapkan pada penderita skizofrenia di Indonesia (Längle & Sykes, 2016).

Keterbatasan dalam penelitian ini, seperti tidak adanya kelompok kontrol dan jumlah partisipan yang kecil, memang dapat memengaruhi validitas eksternal temuan. Menurut Kazdin (2021), desain *one-group pretest-posttest* rentan terhadap berbagai ancaman terhadap validitas internal, seperti efek sejarah dan efek maturasi, yang dapat menyebabkan perubahan dalam variabel dependen tanpa adanya hubungan kausal langsung dengan intervensi. Dengan demikian, studi masa depan perlu menggunakan desain eksperimen yang lebih ketat, seperti *randomized controlled trial* (RCT), untuk memastikan bahwa perubahan *self-esteem* dan kebermaknaan hidup benar-benar disebabkan oleh logoterapi dan bukan faktor eksternal lainnya (Shadish et al., 2002).

Selain itu, keterbatasan jumlah partisipan juga dapat mengurangi kekuatan statistik penelitian ini. Menurut Cohen (2013), ukuran sampel yang kecil dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya error tipe II, di mana efek yang sebenarnya signifikan mungkin tidak terdeteksi. Oleh karena itu, penelitian lanjutan perlu melibatkan sampel yang lebih besar dan lebih beragam agar hasilnya dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini tetap memiliki implikasi penting. Temuan bahwa logoterapi dapat meningkatkan harga diri dan kebermaknaan hidup pada penderita skizofrenia sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pendekatan berbasis makna dapat membantu individu dengan gangguan mental berat menemukan tujuan dan nilai dalam hidup (Vos et al., 2018). Selain itu, logoterapi tidak hanya berkontribusi pada aspek psikologis, tetapi juga dapat mendukung pemulihan holistik penderita skizofrenia dengan membantu mereka membangun identitas yang lebih positif dan lebih resilien terhadap stigma sosial (De Klerk et al., 2020). Oleh karena itu, penelitian ini memberikan landasan bagi pengembangan intervensi psikoterapi yang lebih holistik, yang tidak hanya berfokus pada peredaman gejala psikotik tetapi juga pada peningkatan kualitas hidup melalui pencarian makna dan tujuan hidup.

KESIMPULAN

Logoterapi dengan menggunakan teknik *analisis eksistensial* dapat meningkatkan tingkat *self-esteem*, selain itu dapat meningkatkan kebermaknaan hidup pada individu yang mengalami gangguan skizofrenia residual. Selain itu saran dan rekomendasi untuk penelitian berikutnya yakni melaksanakan wawancara mendalam dengan partisipan dapat memberikan wawasan lebih dalam mengenai pengalaman subyektif partisipan penelitian dan bagaimana logoterapi membantu dalam meningkatkan *self-esteem* dan meningkatkan makna hidup. Kemudian menggunakan kelompok kontrol akan memungkinkan peneliti untuk membandingkan hasil antara kelompok yang mendapatkan intervensi logoterapi dengan kelompok yang tidak

mendapatkan intervensi, sehingga lebih mudah untuk menentukan efektivitas sebenarnya dari logoterapi menggunakan teknik analisis eksistensial.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, L.S. (2018). Thinking Processes in Skizophrenia Patients at The Efata Recovery House at Getasan. *Jurnal Psikodimensia*, 17(2), 135-145.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi Dua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi – Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Batthyany, A., & Guttmann, D. (2016). *Logotherapy and Existential Analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna, Volume 1*. Springer.
- Breitbart, W. (2017). Meaning-centered group psychotherapy: A novel group intervention for patients with advanced cancer. *Psycho-Oncology*, 21(2), 143-152.
- Candra, I. W., & Oktayani, P. P. I. (2016). Kebermaknaan Hidup Pada Pasien Kanker. *Jurnal Gema Keperawatan*, 9(1), 79–84.
- Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Routledge.
- De Klerk, J. J., Boshoff, A. B., & De Beer, L. T. (2020). Meaning in life and flourishing: Relationships between meaning, self-esteem, and well-being in schizophrenia patients. *Journal of Happiness Studies*, 21(6), 1-18.
- Ekawardhani, N.P., Mar'at., S., & Sahrani, R. (2019). Peran Self-esteem dan Self Forgiveness Sebagai Prediktor Subjective Well Being Pada Perempuan Dewasa Muda. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora dan Seni*, 3(1), 71-83.
<https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i1.3538>
- Farisandy, F. & Surjaningrum, E. R. (2020). Logotherapy untuk meningkatkan makna hidup dan konsep diri pada remaja dengan broken home. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*, 6(1), 49-60.
- Frankl, V. E. (2014). *Man's Search for Meaning*. Beacon Press.
- Hofmann, A., Bock, T., & Köhl, H. C. (2018). Logotherapy and existential analysis in the treatment of schizophrenia. *Psychiatria Danubina*, 30(Suppl 7), 128–132.
- Hofer, A., Baumgartner, S., Bodner, T., et al. (2020). Meaning in life and psychotic symptoms in patients with schizophrenia. *Psychiatry Research*, 288, 112937.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112937>
- Kazdin, A. E. (2021). *Research design in clinical psychology*. Cambridge University Press.
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (2015). *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry* (11th ed.). Lippincott Williams & Wilkins.
- Längle, A., & Sykes, A. (2016). The application of logotherapy in schizophrenia. *Existential Analysis*, 27(2), 279–292.
- Latipun. (2015). *Psikologi Eksperimen edisi ketiga*. Malang: UMM Press.
- Latupeirissa, A., & Wijono, S. (2002). Hubungan Self-Esteem dengan Self-Presentation pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 226-234. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.200>
- Lecomte, T., Cyr, M., Lesage, A., Wilde, J., Leclerc, C., & Ricard, N. (2014). Self-esteem in schizophrenia: A meta-analysis. *Schizophrenia Research*, 154(1–3), 55-62.
<https://doi.org/10.1016/j.schres.2014.02.008>
- Lysaker, P. H., Leonhardt, B. L., & Roe, D. (2017). Recovery, meaning-making, and severe mental illness: A model for understanding the process of finding meaning. *Psychosis*, 9(1), 1-

10.

- Nurhikmah, S., Trinurmi, S., Rahmatiah, R., Maharani, A. P., & Masri, M. (2023). Efektivitas penerapan logoterapi sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup penyandang disabilitas fisik. *RITMA: Jurnal Riset, Keilmuan, dan Kemitraan Masyarakat*, 1(2), 36-46. <https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/ritma/article/view/42901>
- Rahma, J., & Sari, M. (2021). Logoterapi efektif dalam meningkatkan harga diri, namun perlu berhati-hati dalam penerapannya. *Jurnal Psikologi*, 8(2), 796-810.
- Rochmawati, E., & Febriana, S. (2017). Logotherapy untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis pada lansia di panti wreda. *Jurnal Psikologi Sosial*, 16(2), 73-85.
- Rosenberg, M. (1965). *The Rosenberg Self-Esteem Scale and the Development of Self-Esteem*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1(1), 20-23.
- Ritsner, M. (2019). The role of insight and self-stigma in the relation between symptoms of schizophrenia and self-esteem. *Comprehensive Psychiatry*, 91, 14-18. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2019.01.007>
- Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-experimental designs for generalized causal inference*. Houghton Mifflin.
- Steger, M.F. (2006). The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-0167.53.1.80>
- Thompson, K., Meade, M., & Mueser, K. (2020). Existential distress and quality of life in schizophrenia: The mediating role of hopelessness. *Psychiatric Services*, 71(8), 776-782.
- Vos, J., Craig, M., & Cooper, M. (2018). Existential therapies: A meta-analysis of their effects on psychological outcomes. *Clinical Psychology Review*, 61, 34-48. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.03.003>