

## Logoterapi untuk Meningkatkan *Meaning in Life* pada Narapidana Penyalahgunaan Narkotika

Ida Bagus Gde Agung Yoga Pramana<sup>1</sup>, Ika Yuniar Cahyanti<sup>1</sup>, dan I Gusti Ayu Diah Fridari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Udayana, Denpasar

e-mail: ida.bagus.gde-2017@psikologi.unair.ac.id

### Abstract

*Prisoners are one of the vulnerable groups who experience psychological problems. Conditions in prisons, limited activities, and deprivation of freedom give rise to psychological problems in prisons, which affect the low meaning of life. The low meaning of life can lead to erroneous meaning for prisoners of drug abuse. Prisoners can think that drug use and drug addiction behavior are the only positive aspects of their lives. The purpose of providing Logotherapy intervention with the Meaning-Centered Psychotherapy technique for prisoners of narcotics abuse in Prison "X" is to increase the meaning of life in prisoners, which is done by inviting inmates to determine the meaning of life through sources of meaning life. The method used in this study is a quantitative method supported by qualitative data derived from observations and interviews. The results showed an effect of giving Logotherapy intervention on the level of meaningfulness of life in the subject.*

**Keywords:** *Logotherapy, meaning in life, narcotics prisoners*

### Abstrak

Narapidana menjadi salah satu kelompok rentan yang mengalami permasalahan psikologis. Kondisi di dalam Lapas, terbatasnya aktivitas, dan terampasnya kebebasan memunculkan permasalahan psikologis di dalam Lapas, yang mempengaruhi rendahnya makna hidup. Makna hidup yang rendah dapat memunculkan adanya penilaian yang keliru pada kondisi narapidana penyalahgunaan narkotika. Narapidana dapat memiliki penilaian bahwa menggunakan narkotika dan perilaku kecanduan narkotika menjadi satu-satunya aspek positif dalam kehidupannya. Penilaian yang keliru ini kemudian dapat mengarahkan narapidana untuk memunculkan perilaku yang bermasalah. Tujuan dari pemberian intervensi Logoterapi dengan teknik *Meaning-Centered Psychotherapy* bagi Narapidana penyalahgunaan narkotika di Lapas "X" adalah untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada narapidana, yang dilakukan dengan mengajak narapidana untuk menentukan makna hidup melalui sumber-sumber makna hidup. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif yang didukung dengan data kualitatif yang berasal dari hasil observasi dan wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian intervensi Logoterapi terhadap tingkat kebermaknaan hidup pada subjek.

**Kata kunci:** *Logoterapi; meaning-centered psychotherapy, meaning in life; narapidana narkotika*

## I. Pendahuluan

Seorang narapidana dalam menjalani masa tahanannya akan mengalami kehilangan kemerdekaan, termasuk berkurangnya kebebasan untuk bertemu dan berkomunikasi dengan keluarga. Narapidana yang berada di dalam Lapas tidak bisa bebas melakukan aktivitas yang disukainya dan rentan memiliki permasalahan. Adanya perubahan status menjadi narapidana juga merupakan suatu hal yang tidak mudah untuk dijalani dan diterima. Proses persidangan, vonis hukuman, rasa malu dan bersalah, sanksi ekonomi dan sosial menjadi sebuah stressor yang dialami narapidana (Mukhlis, 2011).

Berbagai kondisi di dalam lapas yang menekan juga dapat membuat seorang narapidana mengalami permasalahan secara psikologis (Wuryansari & Subandi, 2019). Perubahan kondisi psikologis bisa dilihat dari berbagai tingkah laku narapidana, seperti menjadi murung, lebih suka menyendiri merenungi nasib, tidak percaya akan adanya perubahan yang lebih baik di masa mendatang bahkan ada pula yang berpikir bahwa hidup yang dijalani sekarang ataupun di kemudian hari seakan tidak memiliki makna lagi dimana hal tersebut dapat memunculkan ide untuk bunuh diri (Lubis & Maslihah, 2012). Kondisi ini dapat menjadi permasalahan kesehatan mental yang serius jika tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Kondisi Lapas yang tidak kondusif, ditambah terbatasnya fasilitas dan sumber daya di Lapas, serta minimnya pelayanan terhadap kesehatan mental rentan memunculkan berbagai permasalahan psikologis bagi para narapidana, seperti cemas, stres, bahkan depresi dari ringan hingga berat (Rivlin, Hawton, Marzano, & Fazel, 2010; Noorsifa & Pratiti, 2013).

Pada narapidana kasus narkoba misalkan, beberapa penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara perilaku penyalahgunaan narkoba dengan tingkat kebermaknaan hidup yang rendah. Makna hidup yang rendah pada narapidana narkoba dapat memperburuk permasalahan psikologis yang dialami di dalam Lapas. Hal ini dikarenakan pada narapidana yang memiliki kebermaknaan hidup yang rendah memiliki kepuasan hidup yang rendah karena mengalami kesalahan dalam mengartikan kehidupan dari segi positif (Marta, 2017). Pada narapidana kasus narkoba, kondisi ini juga bisa menjadi faktor yang mempengaruhi tetap munculnya perilaku pemakaian narkoba di dalam Lapas. Waktu di dalam Lapas yang tidak digunakan untuk melakukan aktivitas yang positif, akhirnya dimanfaatkan untuk menggunakan narkoba di dalam Lapas dengan alih-alih merasa bosan (Kurniadi & Wreksoatmodjo, 2000).

Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek, diketahui bahwa subjek memiliki keluhan berupa merasa tidak ada harapan untuk hidup, merasa cemas terhadap karir dan pasangan hidup subjek nanti ketika sudah bebas, merasa sangat terpuruk dan merasa sangat bersalah kepada keluarga dan diri sendiri. Keluhan ini membuat subjek memiliki pikiran bahwa mati lebih baik daripada hidup, perasaan tidak berdaya, dan usaha untuk bunuh diri. Subjek mengatakan, hal yang dilakukan ketika mengalami keluhan-keluhan tersebut adalah dengan mencari pelarian yaitu menggunakan narkoba. Efek penggunaan narkoba yang dirasakan berupa euforia, rileks, dan bersemangat mampu membuat subjek lupa dengan permasalahan yang sedang dihadapi. Terlebih lagi subjek masih bisa mengonsumsi narkoba di dalam Lapas, dan minimnya kegiatan di dalam lapas, membuat kesempatan

subjek menggunakan narkoba semakin besar dan memperkuat kekeliruan subjek dalam menilai bahwa narkoba adalah satu-satunya hal terbaik hidupnya saat ini.

Penilaian yang keliru pada narapidana penyalahgunaan narkoba dapat mengarahkan narapidana untuk memunculkan perilaku yang bermasalah (Marta, 2017). Narapidana memiliki penilaian bahwa menggunakan narkoba dan perilaku kecanduan narkoba menjadi satu-satunya aspek positif dalam kehidupannya. Selain itu, rendahnya kebermaknaan hidup pada narapidana penyalahgunaan narkoba terkait dengan kondisi-kondisi yang menjadi karakteristik dari penyalahguna narkoba seperti terjadinya disfungsi kognitif, perasaan tertekan, menarik diri, hingga kehilangan minat (Hairina & Komalasari, 2017). Hal ini membuat narapidana penyalahgunaan narkoba menjadi kesulitan dalam mengambil kesempatan-kesempatan untuk pulih dan lebih memilih untuk tetap menggunakan narkoba (Martin, MacKinnon, Johnson, & Rohsenow, 2011).

Menurut Frankl (dalam Bastaman, 2007), realitas yang dialami narapidana tersebut dapat dikategorikan sebagai bentuk ketidakbermaknaan hidup. Makna hidup merupakan suatu keadaan penghayatan hidup yang penuh makna dan membuat individu merasakan hidupnya lebih bahagia, lebih berharga dan memiliki tujuan. Makna hidup ada dalam kehidupan itu sendiri dan dapat ditemukan dalam setiap keadaan yang menyenangkan dan tak menyenangkan (Bastaman, 2007).

Frankl (1985) menyebutkan karena makna hidup berbeda dari manusia ke manusia, dari hari ke hari dan dari jam ke jam, maka yang penting bukanlah makna hidup secara umum, melainkan makna khusus dari kehidupan seseorang pada saat tertentu. Manusia memiliki kebebasan untuk mengambil tindakan atas kondisi-kondisi dalam hidupnya, serta tetap memiliki kemampuan untuk memberikan nilai dan membuatnya sebagai sebuah makna. Makna hidup dapat ditemukan melalui sikap, pengalaman, dan perilaku individu sehingga mereka dapat memiliki tanggung jawab serta kebebasan untuk menikmati hidup (Frank dalam Kang et al, 2009). Hidup tidak pernah berhenti memiliki makna dan makna dapat berubah seiring berjalannya waktu. Ketika seseorang merasa hidup tidak ada artinya itu karena orang tersebut telah terputus dari makna yang dimilikinya bukan karena makna tersebut sudah tidak ada lagi (Frankl dalam Breitbart dkk., 2018). Prinsip-prinsip inilah yang tertuang dalam Logoterapi, suatu teknik terapi yang dirintis pertama kali oleh Frankl.

Logoterapi berasal dari kata “Logos” yang dalam bahasa Yunani berarti makna (*meaning*) dan juga rohani berarti (spiritual), kata “Terapi” berarti penyembuhan atau pengobatan. Secara umum logoterapi dapat digambarkan sebagai corak psikologi atau psikiatri yang mengakui adanya dimensi spiritual pada manusia disamping dimensi ragawi

dan kejiwaan, serta beranggapan bahwa makna hidup (*the meaning in life*) dan hasrat untuk hidup bermakna (*the will to meaning*) merupakan motivasi utama manusia guna meraih taraf kehidupan bermakna (*the meaningful life*) yang didambakan (Frankl dalam Bastaman 2007). Corey (2009) menjelaskan bahwa logoterapi merupakan suatu teknik intervensi yang dirancang untuk membantu individu dalam mengurangi ketidakbermaknaan dan kehampaan eksistensial melalui penemuan makna hidup.

Logoterapi dapat menjadi salah satu intervensi yang dapat diberikan pada kondisi rendahnya kebermaknaan hidup. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rochmawati, Febriana, & Nugroho (2013) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan intervensi Logoterapi terhadap kebermaknaan hidup pada narapidana remaja. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa intervensi Logoterapi berpengaruh secara signifikan terhadap kebermaknaan hidup (Rochmawati & Melastuti, 2016). Hasil penelitian oleh Julom & de Guzmán (2013) juga menunjukkan bahwa dengan bantuan program Logoterapi sangat memungkinkan untuk menemukan makna, bahkan ketika dihadapkan pada nasib yang tidak dapat diubah.

Intervensi Logoterapi mendorong individu memunculkan kemauan untuk bermakna, sehingga dapat membantu menentukan makna hidup. Individu yang sudah menentukan atau menemukan makna hidup, memiliki cara pandang yang lebih luas dalam menilai peristiwa sehingga dapat menentukan perilaku yang lebih tepat dalam merespon kondisi yang dialami (Bastaman, 2007). Frankl memandang bahwa dalam mencapai makna hidup, logoterapi dapat digunakan sebagai teknik yang dapat membantu individu untuk memahami potensi yang dimiliki meskipun dalam situasi yang kurang menguntungkan yang selama ini tidak disadari, terhambat, maupun terlupakan serta memanfaatkan potensi tersebut sehingga muncul kembali semangat dan tujuan hidup serta meningkatkan kualitas hidup yang lebih bermakna (Bastaman, 2007). Frankl mengungkapkan empat sumber makna hidup yaitu: Kreativitas; Pengalaman; Sikap; dan Sejarah/Riwayat (Breitbart dkk., 2018).

Logoterapi memiliki prinsip dimana makna hidup dan hasrat hidup bermakna merupakan motivasi utama manusia dalam menjalani kehidupannya secara bermakna (Bastaman, 2007). Tujuan logoterapi bukanlah pemberi makna bagi pasiennya namun untuk memperluas pandangan pasiennya atas dunia dan menyerahkan kepada para pasien untuk membuat gambaran mengenai dunianya sendiri. Logoterapis hanya berperan sebagai katalisator yang memfasilitasi para pasien agar dapat menemukan sendiri makna hidup yang diinginkannya (Corey, 2009).

*Meaning-Centered Psychotherapy* (MCP) merupakan salah satu teknik psikoterapi yang diadaptasi dari pendekatan Logoterapi. Breitbart dkk. (2018) mengungkapkan bahwa awalnya MCP muncul dari kebutuhan untuk menangani masalah klinis yang berkaitan dengan keputusan, ketidakberdayaan, serta keinginan untuk mempercepat kematian pada pasien kanker stadium lanjut. Breitbart mengadaptasi konsep logoterapi Victor Frankl yakni mengenai pentingnya makna dalam keberadaan manusia. Teori Frankl bersifat eksistensial dan mendalilkan bahwa penciptaan makna merupakan kekuatan dan motivasi utama manusia (Breitbart dkk., 2018). Frankl menjelaskan bahwa individu dapat memiliki kemampuan untuk menemukan makna bahkan pada saat-saat terburuk sekalipun. Selain itu, penemuan makna juga dapat membantu untuk mengurangi penderitaan dan dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis di masa depan (Thomas, Meier, & Irwin, 2014).

Maka dari itu penting bagi anggota kelompok untuk berdiskusi dan meningkatkan kebermaknaan hidup dalam menghadapi kondisi saat ini sebagai narapidana penyalahgunaan narkotika. Hal ini diharapkan dapat mengurangi perasaan putus asa, kecemasan terhadap masa depan dan mengurangi perasaan tidak berdaya yang dirasakan oleh anggota kelompok, sehingga kekeliruan penilaian tentang narkotika bisa diperbaiki dan kondisi kecanduan narkotika pada subjek dapat dipulihkan.

Tujuan dari pemberian intervensi Logoterapi dengan teknik *Meaning-Centered Psychotherapy* bagi Narapidana penyalahgunaan narkotika di Lapas "X" adalah untuk meningkatkan kebermaknaan hidup pada narapidana. Peningkatan kebermaknaan hidup dapat dilakukan dengan mengajak narapidana untuk menentukan makna hidup melalui sumber-sumber makna hidup sehingga narapidana dapat memahami makna hidup dan menggunakannya sebagai motivasi. *Meaning-Centered Psychotherapy* meningkatkan makna hidup subjek dengan membantu mereka memanfaatkan berbagai sumber makna dalam hidup mereka. Makna yang ditingkatkan dikonseptualisasikan sebagai katalis untuk meningkatkan kualitas hidup, mengurangi tekanan psikologis, dan keputusan.

## **II. Metode Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian pendekatan kuantitatif dengan tipe eksperimen, dengan metode eksperimen *quasi experimental design*. Selama proses persiapan penelitian terjadi kondisi pandemi *Corona Virus Disesase – 19* (COVID-19), sehingga pengendalian variabel-variabel penelitian tidak dapat dilakukan sepenuhnya dengan ketat akibat dari terbatasnya akses serta aktivitas peneliti di dalam lingkungan tempat penelitian. Desain penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-*

*Posttest Design*. Desain ini terdapat kelompok yang dipilih secara acak atau random, kemudian diberi *Pretest* untuk mengetahui keadaan awal (*baseline*) dan *Posttest* untuk mengetahui keadaan setelah mendapatkan intervensi (Neuman, 2014).

Subjek dalam penelitian ini diperoleh melalui metode *sampling purposive*. Secara lebih spesifik, karakteristik subjek dalam intervensi ini: 1). Merupakan narapidana laki-laki di Lapas "X"; 2). Merupakan narapidana penyalahgunaan narkotika; dan 3). Bersedia untuk mengikuti kegiatan intervensi kelompok. Subjek yang terlibat dalam intervensi ini adalah narapidana kasus Narkotika sebanyak lima orang. Seluruh subjek dalam intervensi ini merupakan laki-laki, dengan rentang usia 30-50 tahun.

Pada penelitian ini, pengukuran efektivitas logoterapi dilakukan secara kuantitatif dengan pemberian kuisioner. Pemberian kuisioner dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum pelaksanaan intervensi Logoterapi (*Pretest*) dan setelah pelaksanaan intervensi Logoterapi (*Posttest*). Kuisioner *Pretest* dan *Posttest* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Meaning in life Questionnaire* (MLQ) oleh Michael F. Steger dan Patricia Frazier tahun 2006, yang telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia oleh Alim (2012) (reabilitas: 0,825, validitas: 0,375-0,681).

Intervensi ini dilakukan dengan menggunakan teknik *Meaning-Centered Psychotherapy* (MCP). MCP disusun oleh William S. Breitbart yang terinspirasi dari pendekatan Logoterapi. Tujuan intervensi MCP adalah untuk mengurangi keputusasaan serta mempertahankan dan/atau meningkatkan makna hidup (Breitbart dkk., 2018). MCP dapat meningkatkan rasa kebermaknaan klien dengan membantu klien memanfaatkan berbagai sumber makna dalam kehidupannya. Makna yang ditingkatkan dikonseptualisasikan sebagai katalis untuk peningkatan kualitas hidup, mengurangi tekanan psikologis, dan mengurangi keputusasaan (Breitbart dkk., 2018). Dalam pelaksanaannya, intervensi ini terdiri dari 8 sesi yang diisi kegiatan diskusi dan latihan dengan tema-tema yang terkait dengan kebermaknaan hidup. Sesi 1 diisi dengan pembukaan dan pretest, sesi 2 penyampaian materi tentang *meaning in life* dan *identity* sebelum dan sesudah menjadi narapidana, sesi 3 membahas tentang *historical source of meaning*, sesi 4 membahas *attitudinal sources of meaning*, sesi 5 membahas *creative sources of meaning*, sesi 6 membahas *experiential sources of meaning*, sesi 7 merupakan sesi *transitions* dengan membahas *reflections and hopes for the future*, dan sesi 8 diisi dengan *posttest*, evaluasi kegiatan, serta penutupan.

Data kuantitatif dalam intervensi ini dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Analisis dilakukan untuk melihat perubahan kondisi subjek. Selain itu, peneliti juga melakukan observasi dan wawancara sebagai data

pendukung pelaksanaan intervensi. Wawancara yang dilakukan berupa *unstandardized nonstructured interview*, sedangkan untuk observasi peneliti melakukan observasi terstruktur. Observasi dilakukan untuk melihat perubahan perilaku apapun yang terjadi pada subjek selama pelaksanaan intervensi, kejujuran, kedisiplinan, serta interaksi antar subjek. Wawancara yang dilakukan bertujuan untuk memahami lebih lanjut mengenai perasaan dan pengalaman subjektif yang dirasakan oleh subjek selama intervensi, serta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman subjek dalam kegiatan.

### III. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan intervensi dilakukan sebanyak 8 sesi yang diselenggarakan dalam 4 pertemuan. Masing-masing pertemuan berlangsung selama 60 sampai dengan 90 menit. Adapun deskripsi subjek dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Tabel I.** Deskripsi Subjek Penelitian

No.	Nama	Usia	Vonis
1	IY	40 tahun	17 tahun 9 bulan
2	FU	33 tahun	10 tahun 3 bulan
3	AZ	34 tahun	8 tahun 4 bulan
4	SW	35 tahun	8 tahun
5	GD	48 tahun	6 tahun 2 bulan

Berdasarkan hasil uji statistik untuk membandingkan hasil *Pretest* dan *Posttest* subjek diperoleh ( $t$ ) -3,127 yang berarti skor *pretest* subjek lebih rendah dibandingkan dengan skor *posttest* subjek. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor makna hidup subjek sebelum pemberian intervensi dan setelah pemberian intervensi. Diperoleh juga nilai signifikansi sebesar 0,035 dimana nilai ini lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) yang berarti hasil *Pretest* dan *Posttest* peserta memiliki perbedaan secara statistik. Hal ini dapat menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian intervensi Logoterapi terhadap tingkat kebermaknaan hidup pada subjek.

**Tabel II.** Hasil Uji Statistik Skor *Pretest* dan *Posttest* Subjek

Skor	t	Df.	Sig. (2 tailed)	Mean diff.	Keterangan
MLQ <i>Pretest-Posttest</i>	-3,127	4	0,035	-5,800	Terdapat perbedaan

Hasil skor subjek pada *Pretest* dan *Posttest* kemudian dikombinasikan dengan hasil wawancara dan evaluasi subjek. Evaluasi penelitian dilakukan dengan melakukan wawancara dan observasi kepada masing-masing anggota kelompok. Wawancara dilakukan dengan menanyakan apa yang dirasakan oleh anggota kelompok dan apakah anggota kelompok dapat menentukan makna hidupnya setelah intervensi berakhir. Observasi dilakukan dengan

melihat bagaimana perubahan sikap masing-masing anggota kelompok selama pelaksanaan intervensi. Berikut ini hasil evaluasi masing-masing subjek.

**Tabel III.** Evaluasi Pelaksanaan dan Hasil Intervensi

Subjek	Evaluasi Hasil
IY	IY juga menyampaikan setelah pelaksanaan kegiatan ini, IY menjadi lebih bersabar dalam menjalani kehidupan, berusaha untuk menahan giuran mendapatkan upah yang besar dari menjual narkoba agar tidak kembali menjadi narapidana lagi. Makna hidup yang diperoleh IY setelah mengikuti kegiatan adalah orang-orang yang disayangi subjek mendukung untuk berubah menjadi orang yang lebih baik
GD	Setelah mengikuti rangkaian kegiatan, GD mengatakan menjadi lebih menyadari cinta dan kasih sayang dari keluarganya sehingga hal tersebut menjadi kekuatan GD dalam menjalani kehidupan di Lapas Kerobokan. Makna hidup yang diperoleh GD setelah mengikuti kegiatan adalah GD akan bertanggung jawab atas kepercayaan, cinta dan kasih sayang yang diberikan oleh keluarganya sehingga kemudian saat sudah keluar dari Lapas nanti GD dapat diterima oleh masyarakat tanpa melihat masa lalunya.
FU	Setelah mengikuti rangkaian kegiatan, FU lebih menghargai pengalaman masa lalunya dan menjadikan masa lalunya untuk belajar lebih baik lagi. Makna hidup yang diperoleh FU setelah mengikuti kegiatan adalah FU akan menjadi orang yang bertanggung jawab demi orang-orang yang dicintai karena telah banyak hal berharga yang hilang karena keegoisan yang telah FU lakukan.
SW	SW mengatakan setelah mengikuti kegiatan ini, SW menjadi lebih bersyukur masih diperhatikan dan diberikan kasih sayang oleh keluarganya. Makna hidup yang diperoleh SW setelah mengikuti kegiatan adalah SW merasa berguna dan merasa ada ketika orang lain membutuhkannya.
AZ	AZ mengatakan setelah mengikuti kegiatan ini, AZ menjadi lebih bersyukur dalam menjalani hidup dan bersyukur memiliki keluarga yang selalu mensupport dirinya. Makna hidup yang diperoleh AZ setelah mengikuti kegiatan adalah AZ merasa sangat berarti apabila keluarga atau orang lain masih menganggapnya ada dan peduli dengan masa depan hidupnya.

Berdasarkan hasil *Pretest*, *Posttest*, observasi, dan wawancara, dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi Logoterapi berpengaruh terhadap tingkat kebermaknaan hidup pada narapidana penyalahgunaan Narkoba di Lapas "X". Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rochmawati dkk., (2013) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan intervensi Logoterapi terhadap kebermaknaan hidup pada narapidana remaja. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa intervensi Logoterapi berpengaruh secara signifikan terhadap kebermaknaan hidup pekerja seks komersial (Rochmawati & Melastuti, 2016).

Intervensi Logoterapi mendorong individu memunculkan kemauan untuk bermakna, sehingga dapat membantu menentukan makna hidup. Individu yang sudah menentukan atau menemukan makna hidup, memiliki cara pandang yang lebih luas dalam menilai peristiwa sehingga dapat menentukan perilaku yang lebih tepat dalam merespon kondisi yang dialami (Bastaman, 2007).

Pelaksanaan intervensi Logoterapi dilakukan dalam delapan sesi. Pada sesi pertama dan kedua, diisi dengan pemberian *pretest* dan penyampaian materi mengenai makna hidup dan sumber-sumber makna hidup. Hal ini menjadikan pertemuan pada sesi pertama dan kedua lebih didominasi oleh fasilitator sebagai pemateri sehingga interaksi antar anggota kelompok hanya terjadi saat *ice breaking*. Anggota kelompok terfokus pada materi dan singkatnya sesi tanya jawab membuat interaksi antar anggota kelompok tidak terlalu banyak.

Dinamika kelompok selama intervensi mulai terlihat pada pertemuan kedua di sesi ketiga. Pada sesi ketiga, interaksi antar anggota kelompok mulai banyak terjadi. Ketika diskusi terjadi, anggota kelompok menceritakan pengalaman masing-masing dan saling menanggapi pengalaman satu sama lain dengan pengalaman pribadi. Interaksi banyak terjadi karena anggota kelompok memiliki latar belakang yang hampir serupa untuk diceritakan yaitu mengenai pengalaman kehidupan masa lalu sebelum mereka menjadi narapidana.

Pada sesi keempat, interaksi antar anggota kelompok jauh lebih banyak terjadi dibandingkan dengan sesi sebelumnya. Sesi keempat diisi dengan diskusi mengenai pengalaman-pengalaman yang menghambat atau membatasi serta tantangan yang dihadapi para anggota kelompok saat ini. Pada pertemuan ini, seluruh anggota kelompok menyampaikan pendapat dan menanggapi pendapat anggota kelompok lainnya. Diskusi pada sesi ini berisi tentang kesulitan para anggota kelompok untuk berhenti mengonsumsi narkoba dan perasaan ingin bertemu dengan anggota keluarga dimana hal ini dirasakan oleh seluruh anggota kelompok. Bahkan salah satu anggota kelompok menanggapi pendapat anggota kelompok lainnya dengan memberikan saran.

Pada sesi kelima, tidak terlalu banyak interaksi antar anggota kelompok yang terjadi. Hal ini dikarenakan tema diskusi pada sesi kelima menghasilkan jawaban yang bersifat sangat subjektif, sehingga jawaban dari masing-masing anggota kelompok menjadi sangat beragam. Keberagaman jawaban ini membuat anggota kelompok fokus untuk mendengarkan jawaban satu sama lain dan lebih sedikit memberikan tanggapan dibandingkan dengan sesi sebelumnya.

Sesi keenam diisi dengan diskusi mengenai pengalaman-pengalaman mengenai cinta dan kasih sayang. Pada pertemuan ini, seluruh anggota kelompok menyampaikan pendapat

dan menanggapi pendapat anggota kelompok lainnya. Bahkan salah satu anggota kelompok menangis karena menceritakan mengenai keluarganya dan anggota kelompok yang lain mempersilahkan untuk menangis serta berusaha menghibur dengan candaan. Diskusi pada sesi ini menghasilkan interaksi yang baik antar anggota kelompok dikarenakan masing-masing anggota kelompok memiliki pengalaman dan perasaan yang sama terkait rasa sayang dan cinta dari orang yang mereka sayangi yaitu keluarga.

Pada sesi ketujuh dan kedelapan, sesi diisi dengan menentukan makna hidup dan harapan-harapan para anggota kelompok serta diakhiri dengan pemberian *posttest*. Pada sesi ketujuh tidak terlalu banyak interaksi antar anggota kelompok yang terjadi dikarenakan tema diskusi pada sesi ketujuh menghasilkan makna hidup yang sudah ditentukan masing-masing anggota kelompok, sehingga jawaban dari masing-masing anggota kelompok menjadi sangat beragam. Pada sesi kedelapan, didominasi oleh pemateri sehingga interaksi antar anggota kelompok hanya terjadi saat evaluasi kegiatan.

Proses penentuan makna hidup dapat menunjukkan bahwa masing-masing subjek mampu menentukan makna hidup yang berbeda-beda, sekalipun dari sumber yang sama, atau kondisi yang sama. Dua orang subjek menjadikan pengalaman hidup yang telah dilalui sebagai sumber makna hidup, dua orang subjek menjadikan bagaimana mereka menyikapi kondisi saat ini sebagai sumber makna hidup, dan satu orang menjadikan kreativitas yaitu pekerjaannya saat ini di dalam Lapas (sebagai Tahanan Pendamping di Klinik Lapas) sebagai sumber makna hidupnya saat ini. Hal ini menunjukkan bahwa setiap individu memiliki pandangan yang berlainan mengenai makna hidup mereka. Makna hidup bersifat unik, pribadi, dan temporer, artinya tidak semua orang memiliki pendapat yang sama mengenai makna hidup, makna hidup bersifat khusus, berbeda dan tak sama dengan makna hidup orang lain serta dipengaruhi oleh dimensi waktu

Proses penentuan makna hidup dengan sesi-sesi diatas mengajak subjek untuk mengoptimalkan sumber-sumber yang ada pada kondisi saat ini, yaitu proses diskusi dengan kelompok. Kondisi lapas yang membatasi banyak hal dalam kehidupan mereka, menjadikan proses diskusi kelompok ini menjadi salah satu sumber yang dapat dimanfaatkan. Proses diskusi ini menciptakan sebuah dorongan bagi subjek untuk menemukan makna hidupnya. Proses dalam menemukan makna hidup ini merupakan salah satu aspek penting dalam makna hidup (Steger, Frazier, Kaler, & Oishi, 2006).

Agar tetap memiliki arti/makna dalam hidup subjek dapat tetap melanjutkan pencarian makna dalam berbagai segi kehidupannya, baik dalam keadaan menderita maupun dalam keadaan senang. Pencarian makna hidup merupakan suatu elemen yang dapat melahirkan

kebermaknaan hidup pada seseorang dalam berbagai kondisi. Pada proses menentukan makna hidup ini subjek bertukar pikiran mengenai sumber-sumber makna hidup, saling membuka diri, dan pada akhirnya hal ini menjadi sumber-sumber kekuatan untuk subjek dapat menentukan makna hidupnya.

Wong (dalam Maryatun, Hamid, & Mustikasari, 2014) menjelaskan bahwa keberadaan diri seseorang akan bertahan lama dalam situasi dimana individu itu ada untuk orang lain. Hal ini dikarenakan individu dapat beradaptasi dan menikmati hidup yang dialaminya dengan bahagia bersama orang yang dicintainya. Wong (dalam Maryatun dkk., 2014) juga menambahkan bahwa menghayati cinta kasih dapat menimbulkan perasaan bahagia, puas, dan ketentraman diri sehingga membuat diri menjadi berharga dan lebih bermakna.

Salah satu faktor yang mendukung keberhasilan dari intervensi logoterapi adalah adanya keterbukaan dari anggota kelompok. Anggota kelompok mau terbuka untuk menjelaskan pengalaman-pengalaman menyakitkan yang pernah dialaminya, pengalaman yang membuat penyesalan pada diri anggota kelompok dan terbuka mengenai kondisi-kondisi yang dialami saat ini. Kesiediaan individu untuk membuka diri terhadap ketidakpastian dan ketidaknyamanan yang dialami seringkali dihubungkan dengan perubahan positif dari intervensi logoterapi yang dijalaninya (Martínez & Flórez, 2015).

Keaktifan anggota kelompok selama proses intervensi juga menjadi salah satu faktor yang mendukung keberhasilan dari intervensi logoterapi. Anggota kelompok aktif untuk bertanya terkait hal yang tidak dimengerti, aktif dalam kegiatan mengerjakan tugas yang diberikan, menanggapi pertanyaan dari fasilitator, saling memberikan tanggapan selama proses diskusi. Maryatun dkk., (2014) mengungkapkan bahwa sikap dan motivasi individu membuat intervensi berjalan secara maksimal dan akan mendukung tercapainya tujuan intervensi logoterapi.

Hal lain yang memengaruhi keberhasilan intervensi adalah adanya diskusi dan berbagi pengalaman. Anggota kelompok yang saling berbagi pengalaman akan membuat subjek penelitian belajar dari pengalaman satu sama lain. Hal ini didukung oleh Whitaker (2001) yang menjelaskan bahwa terapi kelompok menyediakan lingkungan terapeutik sehingga menciptakan peluang bagi individu untuk belajar bekerja sama dalam menangani permasalahan mereka sembari membandingkan diri mereka dengan rekan-rekan mereka. Berg, Landreth, & Fall (2006) menambahkan bahwa dengan terapi kelompok, individu juga akan belajar cara yang tepat untuk mengungkapkan perasaan, menemukan bahwa mereka tidak sendirian, dan menemukan bahwa mereka dapat memberi serta menerima bantuan.

Secara keseluruhan sesi intervensi berjalan dengan lancar dan anggota kelompok menunjukkan tingkat partisipasi yang cukup aktif pada masing-masing sesi, terutama pada sesi-sesi dengan tema yang menunculkan jawaban serupa dari masing-masing anggota kelompok. Adapun keterbatasan yang dialami oleh pemeriksa yaitu pelaksanaan intervensi yang dilakukan di tengah kondisi pandemi COVID-19 menyebabkan terjadinya penyesuaian dalam pelaksanaannya. Waktu yang diberikan pihak lapas membatasi pelaksanaan intervensi sehingga data yang diperoleh tidak cukup banyak.

#### **IV. Simpulan dan Saran**

Kesimpulan yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah pemberian logoterapi mampu meningkatkan makna hidup pada narapidana penyalahgunaan narkotika di Lapas "X". Proses menentukan makna hidup membuat subjek menyadari bahwa masih banyak hal dalam hidupnya yang dapat digunakan sebagai sumber untuk hidup lebih bermakna. Pengalaman hidup yang digali melalui sumber-sumber makna hidup menjadi sumber daya yang dapat dimaksimalkan oleh subjek, yang dijadikan sebagai sumber untuk bermakna dan motivasi, sekalipun dalam kondisi yang sulit. Pada proses menentukan makna hidup ini subjek bertukar pikiran mengenai sumber-sumber makna hidup, saling membuka diri, dan pada akhirnya hal ini menjadi sumber-sumber kekuatan untuk subjek dapat menentukan makna hidupnya. Hal ini secara langsung meningkatkan kebermaknaan hidup subjek, dan mengurangi kekeliruan penilaian subjek mengenai penggunaan narkotika karena sudah menemukan hal-hal positif lain dalam kehidupannya yang dapat dijadikan motivasi untuk bermakna.

Saran yang dapat diberikan bagi subjek penelitian ini adalah diharapkan dapat membentuk kelompok-kelompok diskusi yang dapat digunakan sebagai wadah untuk berbagi mengenai pengalaman-pengalaman yang telah dialami selama di Lapas, serta mengingat rasa kasih sayang dari sosok yang dicintai baik itu keluarga maupun pasangan hidup yang selalu memberikan dukungan kepada subjek selama berada di Lapas. Diharapkan dari diskusi ini subjek mampu menentukan lebih banyak makna hidup sehingga dapat menjadi motivasi maupun harapan subjek dalam menjalani masa tahanan di Lapas "X". Bagi pihak Lapas "X" diharapkan dapat membentuk kelompok-kelompok diskusi yang serupa dengan kelompok intervensi ini, sehingga narapidana mampu mendapatkan wawasan baru melalui diskusi yang dilakukan. Bagi peneliti selanjutnya perlu diketahui mengenai kondisi peserta disetiap pertemuan, seperti kondisi fisik, emosional, serta kapan terakhir peserta menggunakan Narkotika. Selain itu perlu dilakukan pertimbangan terhadap faktor-faktor lain yang mungkin

memengaruhi proses maupun hasil intervensi seperti karakteristik individual (usia, masa tahanan, status residivis, dll) maupun kondisi-kondisi yang terkait dengan aturan yang berlaku di dalam Lapas

### Daftar Pustaka

- Alim, S. (2012). *Pengaruh religiusitas terhadap kebermaknaan hidup narapidana di lembaga permasyarakatan wanita kelas ii a malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Bastaman, H. D. (2007). *Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna*. Jakarta: PT Grafindo Persada.
- Berg, R., Landreth, G., & Fall, K. (2006). *Group counseling: Concepts and procedures (4th ed.)* (4th ed.). New York: Taylor & Francis Group, LCC.
- Breitbart, William, Pessin, Hayley, Rosenfeld, Barry, Applebaum, Allison J., Lichtenthal, Wendy G., Li, Yuelin, Saracino, Rebecca M., Marziliano, Allison M., Masterson, Melissa, Tobias, Kristen, & Fenn, Natalie. (2018). Individual meaning-centered psychotherapy for the treatment of psychological and existential distress: A randomized controlled trial in patients with advanced cancer. *Cancer, 124*(15), 3231–3239. <https://doi.org/10.1002/cncr.31539>
- Corey, G. (2009). *Theory and practice of counseling and psychotherapy, eighth edition*. United States: Thomson Brooks/Cole.
- Frankl, Victor E. (1985). Man's search for meaning. In *Washington Square Press*. <https://doi.org/10.1002/cncr.31539> "we had healthier gums than ever before"...
- Hairina, Yulia, & Komalasari, Shanty. (2017). Kondisi psikologis narapidana narkoba di lembaga permasyarakatan narkoba kelas ii karang intan martapura, kalimantan selatan. *Jurnal Studia Insania, 5*(1), 94–104. <https://doi.org/10.18592/jsi.v5i1.1353>
- Julom, Angelina M., & de Guzmán, Rosalito. (2013). The effectiveness of logotherapy program in alleviating the sense of meaninglessness of paralyzed in-patients. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 13*(3), 357–371.
- Kurniadi, H., & Wreksoatmodjo, B. (2000). *Napza dan tubuh kita*. Jakarta: Jendela.
- Lubis, Siska Marlina, & Maslihah, Sri. (2012). Analisis sumber-sumber kebermaknaan hidup narapidana yang menjalani hukuman seumur hidup. *Jurnal Psikologi Undip,*

11(1), 12. <https://doi.org/10.14710/jpu.11.1.12>

Marta, Kaczyńska. (2017). Sense of life meaningfulness in drug addicts. *Resocjalizacja Polska Polish Journal of Social Rehabilitation*, 1, 105–118. <https://doi.org/10.22432/pjsr.2017.13.08>

Martin, Rosemarie A., MacKinnon, Selene, Johnson, Jennifer, & Rohsenow, Damaris J. (2011). Purpose in life predicts treatment outcome among adult cocaine abusers in treatment. *Journal of Substance Abuse Treatment*, 40(2), 183–188. <https://doi.org/10.1016/j.jsat.2010.10.002>

Martínez, Efrén Y., & Flórez, Ivonne A. (2015). Meaning-centered psychotherapy: A socratic clinical practice. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 45(1), 37–48. <https://doi.org/10.1007/s10879-014-9281-0>

Maryatun, Sri, Hamid, Achir Yani S., & Mustikasari, Mustikasari. (2014). Logoterapi meningkatkan harga diri narapidana perempuan pengguna narkoba. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(2), 48–56. <https://doi.org/10.7454/jki.v17i2.441>

Mukhlis, Akhmad. (2011). Pengaruh terapi membatik terhadap depresi pada narapidana. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(1), 99–115. <https://doi.org/10.18860/psi.v0i1.1548>

Neuman, W. Lawrence. (2014). Social research methods: Qualitative and quantitative approaches. In *Pearson Education Limited*. <https://doi.org/10.2307/3211488>

Noorsifa, & Pratiti, Budi. (2013). *Korelasi resiliensi dengan depresi pada narapidana wanita di lembaga pemasyarakatan kelas ii a banjarmasin* (Universitas Gadjah Mada). Retrieved from [http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian\\_detail&sub=PenelitianDetail&act=view&typ=html&buku\\_id=68407](http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail&sub=PenelitianDetail&act=view&typ=html&buku_id=68407)

Rivlin, Adrienne, Hawton, Keith, Marzano, Lisa, & Fazel, Seena. (2010). Psychiatric disorders in male prisoners who made near-lethal suicide attempts: Case-control study. *British Journal of Psychiatry*, 197(4), 313–319. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.077883>

Rochmawati, D. H., Febriana, B., & Nugroho, P. A. (2013). Pengaruh logoterapi terhadap konsep diri dan kemampuan memaknai hidup pada narapidana remaja di lembaga pemasyarakatan kelas 1 semarang. *The Proceeding of National Nursing Seminar The*

*Association of Indonesian Nurse Education Center (AINEC)*, 1–11. Asosiasi Institusi Pendidikan Ners Indonesia (AIPNI).

Rochmawati, D. H., & Melastuti, E. (2016). Pengaruh logoterapi terhadap kemampuan memaknai hidup wanita pekerja seks komersial. *Jurnal Keperawatan*, IX(3), 140–143.

Steger, Michael F., Frazier, Patricia, Kaler, Matthew, & Oishi, Shigehiro. (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://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>

Thomas, Lori P. Montros., Meier, Emily A., & Irwin, Scott A. (2014). Meaning-centered psychoterapy: A form of psychoterapy for patients with cancer. *Current Psychiatry Reports*, 16(10), 50–62. <https://doi.org/10.1007/s11920-014-0488-2>

Whitaker, D. S. (2001). Using groups to help people, second edition. In *Family Relations* (Second ed., Vol. 35). <https://doi.org/10.2307/584536>

Wuryansari, Resa, & Subandi, Subandi. (2019). Program Mindfulness for Prisoners (Mindfulners) untuk Menurunkan Depresi pada Narapidana. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 5(2), 196. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.50626>