





Meaning of Life in the Elderly: The Role of Logotherapy in Reducing Hopelessness

Indah Purnama Sari¹, Sri Rahmawati Agus², Alif Mu'arifah³
^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, 55161, Indonesia
 correspondent_email_email: 2408044042@webmail.uad.ac.id

Abstract

Aging naturally triggers physical and psychological changes that often lead to hopelessness, characterized by a loss of hope and control over the future. This study aims to examine the effectiveness of logotherapy in reducing hopelessness by strengthening the meaning of life among elderly women. Using a quantitative pre-test and post-test design, 33 participants aged 57–82 years at Griya Lansia X Yogyakarta were assessed using the General Hopelessness Scale. Data analysis using the Paired Sample t-Test showed a significant difference between pre-test and post-test scores ($t = 10.33, p < .001$). These findings prove that logotherapy is effective in helping the elderly rediscover life goals and psychological well-being. This intervention serves as a strategic protective measure for vulnerable elderly groups to restore their social roles and daily life satisfaction.

Keywords: elderly, hopelessness, logotherapy, meaning of life, psychological well-being.

Pysiche 165 Journal is licensed under a Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License.



1. Pendahuluan

Proses penuaan merupakan bagian alami dari kehidupan manusia yang ditandai oleh perubahan kondisi fisik, sosial, dan psikologis yang dapat memengaruhi kesehatan mental lansia [1]. Lansia kerap menghadapi berbagai perubahan, seperti menurunnya kesehatan, berkurangnya interaksi sosial, serta keterbatasan dalam menjalani aktivitas sehari-hari [1][2]. Kondisi ini dapat memicu munculnya perasaan putus asa (*hopelessness*) yang ditandai dengan hilangnya harapan akan masa depan, perasaan tidak berdaya, serta kehilangan kendali atas kehidupan [3]. Pada tahap perkembangan ini, individu juga memasuki fase refleksi kehidupan yang menuntut penerimaan terhadap pengalaman masa lalu serta pencarian makna atas kehidupan yang telah dijalani. Ketika individu gagal mencapai penerimaan tersebut, kondisi psikologis yang muncul cenderung mengarah pada perasaan penyesalan, ketidakpuasan, dan keputusasaan terhadap masa depan [4].

Hopelessness pada lansia sering kali dipengaruhi oleh penurunan kesehatan, rasa sepi yang berkepanjangan, serta hilangnya tujuan hidup. Faktor-faktor tersebut memperkuat pandangan negatif terhadap masa depan dan menurunkan motivasi untuk menjalani kehidupan dengan penuh makna. Penelitian menunjukkan bahwa *hopelessness* berhubungan erat dengan meningkatnya risiko depresi, munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup, serta penurunan kualitas hidup secara

menyeluruh [5]. Lansia yang tinggal di lingkungan komunitas atau panti sosial berpotensi lebih rentan mengalami kondisi ini akibat terbatasnya dukungan emosional dan interaksi sosial. Keterbatasan dukungan sosial, khususnya dari keluarga, diketahui berkontribusi terhadap menurunnya kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis lansia, sehingga meningkatkan kerentanan terhadap perasaan kesepian dan ketidakbermaknaan hidup [6]. Selain itu, dukungan sosial yang memadai berperan penting dalam membantu lansia mencapai kondisi *successful aging* melalui terpenuhinya kebutuhan emosional, rasa dihargai, serta perasaan tetap memiliki peran dalam kehidupan sosial [7].

Di Indonesia, pertumbuhan populasi lansia sebagai dampak dari perubahan struktur demografi menimbulkan tantangan baru dalam aspek kesehatan mental. WHO tahun 2023 menegaskan bahwa pendekatan psikologis yang menekankan pencarian makna hidup sangat penting dalam upaya mengurangi *hopelessness* pada lansia. Salah satu pendekatan yang dinilai efektif adalah logoterapi, yaitu terapi psikologis yang dikembangkan oleh Viktor Frankl. Logoterapi menekankan pada pencarian makna hidup bahkan di tengah penderitaan, serta membantu individu membangun kembali arah hidup yang lebih sehat secara psikologis [8]. Pendekatan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa spiritualitas dan makna hidup membantu lansia menghadapi perubahan,

mengurangi kecemasan, dan tetap memiliki harapan [9].

Logoterapi terbukti mampu menurunkan tingkat *hopelessness* dan meningkatkan kesejahteraan psikologis, khususnya pada individu yang mengalami krisis eksistensial. Logoterapi membantu individu menemukan makna hidup sebagai bagian dari dimensi eksistensial, sehingga dapat mendukung meningkatnya kesejahteraan psikologis dan berkurangnya tekanan psikologis pada lansia [10][11]. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi logoterapi membantu lansia menemukan kembali makna hidup sehingga dapat menurunkan kecemasan dan tekanan emosional yang berkaitan dengan kondisi *hopelessness* [12]. Intervensi ini relevan diterapkan pada lansia karena mendorong refleksi atas pengalaman hidup bermakna, memperkuat aspek spiritualitas, serta membantu membentuk kembali tujuan hidup baru yang memberi rasa berarti.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas logoterapi dalam menurunkan tingkat *hopelessness* pada lansia dengan memperkuat kebermaknaan hidup. Penelitian dilakukan di Griya Lansia X sebagai salah satu komunitas yang menaungi lansia dengan latar belakang sosial dan kesehatan yang beragam.

2. Metode Penelitian

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *pre-test* dan *post-test*. Desain ini dipilih untuk mengetahui efektivitas logoterapi dalam menurunkan tingkat *hopelessness* pada lansia.

2.2 Partisipan

Partisipan penelitian berjumlah 33 orang lansia yang tergabung dalam komunitas Griya Lansia X di Yogyakarta. Rentang usia partisipan adalah 57–82 tahun berjenis kelamin perempuan. Latar belakang partisipan bervariasi, meliputi pensiunan guru, pensiunan PNS, maupun ibu rumah tangga.

2.3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian menggunakan *General Hopelessness Scale* yang telah diadaptasi dan dimodifikasi dalam bentuk skala *Likert* dengan rentang skor 1–4 pada setiap aitem [13]. Skala ini terdiri dari 25 aitem yang mencakup empat aspek utama, yakni *negative expectations*, *hope*, *social comparison*, dan *futility*.

Skor total diperoleh dari penjumlahan seluruh aitem dengan rentang 25–100, yakni skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat *hopelessness* yang lebih parah. Instrumen diberikan kepada partisipan sebanyak dua kali, yaitu sebelum intervensi (*pre-test*) dan setelah intervensi (*post-test*) untuk melihat perbedaan tingkat *hopelessness* setelah logoterapi.

Tabel 1. Kategorisasi skor

Rentang Skor	Kategori
25 – 50	Rendah
51 – 75	Sedang
76 - 100	Tinggi

2.4 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dilaksanakan melalui tiga tahap utama sebagai berikut.

a. Tahap Persiapan

Meliputi koordinasi dengan pengelola Griya Lansia X, observasi awal melalui wawancara dan kuesioner sederhana, serta penyusunan materi logoterapi berupa tayangan dan lembar kerja refleksi.

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dimulai dengan pembukaan, pengenalan, dan *ice breaking*. Selanjutnya dilakukan *pre-test* menggunakan *General Hopelessness Scale*, pemberian intervensi logoterapi melalui psikoedukasi makna hidup, refleksi diri, berbagi pengalaman bermakna, serta penyusunan tujuan sederhana. Kegiatan ditutup dengan *post-test* menggunakan *General Hopelessness Scale*.

c. Tahap Evaluasi

Analisis dilakukan terhadap hasil *pre-test* dan *post-test*. Selain itu, dilakukan refleksi bersama untuk meninjau perubahan perasaan dan makna hidup, serta penyusunan rekomendasi tindak lanjut berupa program aktivitas bermakna bagi lansia.

2.5 Analisis Data

Data dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui distribusi skor *hopelessness* pada *pre-test* dan *post-test*. Uji normalitas dilakukan menggunakan *Shapiro-Wilk*. Hasil uji menunjukkan bahwa data berdistribusi normal ($p > .05$) sehingga analisis dilanjutkan dengan menggunakan uji parametrik *Paired Sample t-Test* untuk mengetahui perbedaan skor *hopelessness* sebelum dan sesudah pemberian logoterapi.

3. Hasil Penelitian

3.1 Karakteristik Partisipan

Penelitian ini melibatkan 33 orang lansia di Griya Lansia X dengan rentang usia 57–82 tahun. Seluruh partisipan berjenis kelamin perempuan dan berstatus pensiunan, baik sebagai guru, PNS, maupun ibu rumah tangga. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan berada pada tahap usia lanjut dengan peran sosial yang relatif berkurang.

3.2 Tingkat *Hopelessness*

Hasil pengukuran dengan instrumen *General Hopelessness Scale* menunjukkan adanya perubahan tingkat *hopelessness* setelah diberikan intervensi logoterapi.

Tabel 2. Distribusi tingkat *hopelessness*

Kategori	Rentang Skor	Pre-test (n)	Post-test (n)
Rendah	25 - 50	2	17
Sedang	51 - 75	31	16
Tinggi	76 - 100	-	-

Berdasarkan tabel di atas, terlihat bahwa pada *pre-test*, mayoritas partisipan berada pada kategori *hopelessness* sedang (31 orang). Setelah diberikan intervensi logoterapi, jumlah partisipan dengan *hopelessness* rendah meningkat dari 2 menjadi 17 orang, sementara jumlah pada kategori sedang menurun dari 31 menjadi 16 orang.

3.3 Hasil Analisis Statistik

a. Uji Normalitas

Tabel 3. Hasil uji normalitas

Variabel	<i>Shapiro-Wilk</i>		
	Statistic	df	Sig.
Pre-test	.194	33	.055
Post-test	.169	33	.089

Berdasarkan hasil uji normalitas *Shapiro-Wilk*, skor *pre-test hopelessness* memiliki nilai signifikansi sebesar .055 ($p > .05$) yang artinya signifikan dan skor *post-test* sebesar .089 ($p > .05$) yang artinya signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal

sehingga analisis dilanjutkan dengan menggunakan uji parametrik *Paired Sample t-Test*.

b. Uji *Paired Sample t-Test*

Tabel 4. Hasil uji *paired sample t-test*

Variabel	t	df	Sig. (2 tailed)
Pre-test	10.330	32	.000
Post-test			

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample t-Test* pada skor *pre-test* dan *post-test hopelessness*, diperoleh nilai $t = 10.33$ dengan taraf signifikansi $p = .000 < .001$ dengan taraf signifikansi .05. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *hopelessness* sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian logoterapi berpengaruh signifikan dalam menurunkan tingkat *hopelessness* pada lansia.

4. Pembahasan

Tabel 5. Pelaksanaan intervensi hari pertama

HARI PERTAMA				
Waktu	Durasi	Kegiatan	Tujuan	
08.00 - 08.30	30'	Pre-test	Mengisi skala <i>Beck Hopelessness</i> untuk mengukur kondisi awal.	
08.30 - 08.50	20'	Kontrak Belajar	Membangun kesepakatan belajar agar tercipta suasana yang kondusif.	
08.50 - 09.00	10'	Ice Breaking	Mengatasi hambatan praktis seperti kelelahan dan menjaga minat lansia.	
09.00 - 09.30	30'	Cermin Diri	Membantu lansia mengenali kekuatan, keterbatasan, dan menerima hidup apa adanya.	
09.30 - 10.00	30'	Kotak Kenangan Bermakna	Melakukan refleksi terhadap pengalaman masa lalu untuk memperkuat rasa tujuan.	
10.00 - 10.15	15'	Istirahat	Menghindari kondisi terburu-buru dan menjaga fokus lansia.	
10.15 - 10.45	30'	Lagu Kehidupan	Media refleksi untuk menumbuhkan pandangan positif terhadap diri.	
10.45 - 11.00	15'	Ice Breaking	Menutup sesi pertama dengan kegiatan yang menyenangkan dan interaktif.	

Tabel 6. Pelaksanaan intervensi hari kedua

HARI KEDUA			
Waktu	Durasi	Kegiatan	Tujuan
08.00 - 08.30	30'	Aktivitas Bermakna Sehari-hari	Membantu lansia mengenali aktivitas sederhana sebagai bentuk peran bermakna dalam keseharian sesuai kapasitasnya.
08.30 - 09.00	30'	Kebersamaan dan Saling Menolong	Menumbuhkan sikap kebersamaan melalui pengalaman saling menolong dan berbagi rasa syukur dalam kelompok.
09.00 - 09.15	15'	Ice Breaking	Menghindari kondisi terburu-buru, kelelahan, dan menjaga minat lansia agar tidak kehilangan fokus.
09.15 - 09.40	25'	Refleksi Spiritual Harian & Kisah Iman	Menguatkan praktik spiritual sederhana sebagai sumber kekuatan batin, resiliensi, dan makna hidup sehari-hari.
09.40 - 10.05	25'	Lingkar Doa & Kebiasaan Iman	Membantu lansia menyadari doa atau kebiasaan iman sederhana sebagai sumber penguatan dan pengharapan.
10.05 - 10.30	25'	Pohon Harapan	Menumbuhkan sikap optimis dengan mengekspresikan harapan positif untuk masa depan meski ada keterbatasan.
10.30 - 10.45	15'	Istirahat	Memberikan jeda agar lansia tidak merasa lelah sebelum mengisi skala evaluasi.
10.45 - 11.15	30'	Post-test	Mengisi skala evaluasi untuk mengukur perubahan kebermaknaan hidup setelah intervensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa logoterapi efektif dalam menurunkan tingkat *hopelessness* pada lansia di Griya Lansia X. Analisis statistik dengan uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test* *hopelessness* ($t(32) = 10.33, p = .000 < .001$). Temuan ini memperlihatkan bahwa pemberian logoterapi mampu memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis lansia, terutama dalam menurunkan perasaan putus asa dan meningkatkan kebermaknaan hidup. Logoterapi membantu individu menemukan kembali kebermaknaan hidup sehingga mengurangi perasaan hampa pada usia lanjut [14]. Penguatan kebermaknaan hidup berdampak positif pada kesejahteraan psikologis [15]. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan berbasis kebermaknaan hidup dapat mengurangi *hopelessness*. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat temuan bahwa logoterapi efektif diterapkan pada lansia perempuan.

Penelitian sebelumnya juga banyak mendukung bahwa logoterapi bermanfaat bagi kesehatan mental. Logoterapi efektif untuk kelompok dengan kondisi psikososial yang berat [16]. Logoterapi memberi kebebasan sikap dalam menghadapi penderitaan. Hal ini relevan untuk lansia perempuan yang sering menghadapi tekanan sosial maupun biologis [17]. Adanya penurunan kecemasan dan depresi setelah logoterapi sehingga kebermaknaan hidup dapat berfungsi sebagai pelindung emosional [18]. Penelitian

tersebut menegaskan bahwa logoterapi tidak hanya mengurangi gejala negatif, tetapi juga memberi ruang bagi individu untuk membangun kekuatan psikologis. Dengan cara ini, intervensi menjadi lebih bermakna bagi kehidupan sehari-hari.

Efektivitas logoterapi juga bisa disejajarkan dengan terapi psikologi lain. Logoterapi sama efektifnya dengan terapi kognitif yang selama ini dianggap sebagai standar intervensi pada bidang psikologi klinis [19]. Logoterapi dapat menurunkan depresi sekaligus meningkatkan kualitas hidup lansia [20]. Intervensi berbasis kebermaknaan hidup juga dapat memperbaiki kesejahteraan pasien dengan penyakit kronis [21]. Logoterapi mampu meningkatkan kualitas hidup dengan memperkuat kebermaknaan hidup [22]. Artinya, logoterapi bisa menjadi pilihan utama, bukan sekadar pelengkap. Bukti ini semakin menguatkan dasar penelitian bahwa logoterapi dapat diterapkan secara luas.

Pada kelompok lansia perempuan, logoterapi terbukti memberi manfaat yang signifikan. Intervensi berbasis kebermaknaan hidup mampu menumbuhkan kembali harapan [23]. Peningkatan harga diri dan keterampilan komunikasi penting untuk mengatasi kesepian serta keterpinggiran sosial [24]. Logoterapi paling efektif bagi lansia dengan tingkat distress tinggi sehingga intervensi ini perlu dilakukan sejak dini [25]. Logoterapi mampu meningkatkan keberfungsian sosial di komunitas, terutama bagi lansia perempuan yang kehilangan pasangan atau peran keluarga [26]. Dengan kembali berpartisipasi dalam kegiatan masyarakat, mereka merasa lebih dihargai, berguna, dan tidak sekadar menjadi beban. Hal ini membuktikan bahwa logoterapi tidak hanya menurunkan *hopelessness*, tetapi juga memulihkan peran sosial dan meningkatkan kesejahteraan hidup sehari-hari.

Literatur dari Indonesia juga memperkuat temuan penelitian ini. Logoterapi dapat menurunkan stres eksistensial sekaligus membantu individu menemukan kembali tujuan hidup [27]. Logoterapi mampu menurunkan depresi dan *hopelessness* pada dewasa muda yang relevan dengan kondisi lansia perempuan yang menghadapi tekanan psikologis serupa [28]. Kebermaknaan hidup dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang melindungi dari *hopelessness* [29]. Logoterapi efektif diterapkan pada lansia dengan masalah psikososial, baik di komunitas maupun di panti jompo [30]. Dengan dukungan penelitian lokal ini, logoterapi tidak hanya relevan secara teori, tetapi juga sesuai dengan konteks budaya Indonesia sehingga lebih mudah diterima dan diterapkan dalam masyarakat.

Pendekatan lain yang masih dalam lingkup logoterapi juga menunjukkan hasil serupa. Melalui

meaning-centered psychotherapy dapat menurunkan depresi dan meningkatkan kebermaknaan hidup pada pasien depresi [31]. Hal ini memperkuat pandangan bahwa logoterapi bekerja dengan cara mengubah persepsi terhadap hidup agar terasa lebih bermakna. Hasil ini juga membuktikan bahwa logoterapi memiliki mekanisme yang jelas dan bisa diterapkan pada berbagai kelompok. Dengan tujuan untuk meningkatkan kebermaknaan hidup sebagai intervensi bisa disesuaikan dengan kebutuhan peserta. Bagi lansia perempuan, hal ini memberi ruang untuk menemukan nilai hidup yang sesuai dengan pengalaman mereka. Maka hasilnya tidak hanya dari sisi psikologis, tapi juga praktis untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Hopelessness terbukti berhubungan erat dengan risiko ide bunuh diri. *Hopelessness* merupakan salah satu prediktor terkuat dari keinginan bunuh diri sehingga perlu dijadikan fokus intervensi [32]. Sementara itu, logoterapi kelompok dapat meningkatkan kesejahteraan perempuan janda yang rentan secara sosial, sebuah kondisi yang serupa dengan lansia perempuan dalam penelitian ini [33]. Kedua temuan ini menambah urgensi penerapan logoterapi, bukan hanya untuk pemulihan psikologis, tetapi juga sebagai langkah pencegahan agar risiko yang lebih berat tidak berkembang. Dengan demikian, logoterapi dapat diposisikan sebagai strategi intervensi sekaligus proteksi bagi kelompok perempuan yang rentan.

Dari sisi metodologi, penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan mengukur *hopelessness* secara langsung menggunakan *General Hopelessness Scale*. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih banyak menyoroti depresi atau kualitas hidup sehingga fokus pada *hopelessness* dapat menjadi pembeda. Penelitian ini juga melibatkan 33 lansia perempuan, kelompok yang relatif jarang diteliti sehingga hasilnya memberi gambaran yang lebih spesifik. Materi intervensi disusun berdasarkan adaptasi Bastaman atas gagasan Viktor Frankl sehingga sesuai dengan konteks budaya Indonesia dan lebih mudah diterapkan. Desain pretest-posttest yang digunakan memungkinkan peneliti melihat perubahan secara objektif sebelum dan sesudah intervensi. Dengan cara ini, penelitian tidak hanya mendeskripsikan kondisi, tetapi benar-benar menunjukkan efektivitas logoterapi pada lansia perempuan.

Dengan demikian, penelitian ini berfokus pada kebermaknaan hidup melalui intervensi logoterapi dan efektif dalam menurunkan *hopelessness* pada lansia perempuan. Efek ini bukan hanya memperkuat daya tahan psikologis, tetapi juga mendukung keberfungsian sosial sehingga lansia merasa lebih aktif, berdaya, dan berkontribusi dalam keluarga maupun masyarakat. Implikasi temuan ini memperlihatkan bahwa logoterapi

layak dipertimbangkan sebagai bagian dari layanan kesehatan mental sekaligus program pemberdayaan lansia. Temuan ini juga menutup kesenjangan penelitian karena melibatkan partisipasi lansia perempuan yang selama ini jarang dijadikan fokus studi. Dengan hasil ini, penelitian memberikan dasar empiris yang kuat untuk pengembangan intervensi berbasis kebermaknaan hidup di konteks budaya Indonesia.

5. Kesimpulan dan Saran

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan bahwa logoterapi efektif menurunkan tingkat *hopelessness* pada lansia di Griya Lansia X. Hasil uji *Paired Sample t-Test* menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test hopelessness* ($t(32) = 10.33, p = .000 < .001$). Hasil penelitian ini menegaskan bahwa logoterapi berperan penting dalam memperkuat kebermaknaan hidup, meningkatkan optimisme, serta mendukung kesejahteraan psikologis lansia.

5.2 Saran

- Bagi lansia, diharapkan dapat mengikuti kegiatan logoterapi atau kegiatan sejenis yang menumbuhkan makna hidup agar tetap memiliki harapan dan semangat dalam menjalani kehidupan sehari-hari.
- Bagi pengelola Griya Lansia X, disarankan untuk mengintegrasikan logoterapi ke dalam program pendampingan rutin sebagai upaya menjaga kesehatan mental lansia.
- Bagi keluarga, penting untuk memberikan dukungan emosional dan kesempatan berinteraksi agar lansia merasa bernilai dan tidak kehilangan harapan.
- Bagi peneliti selanjutnya, penelitian dapat diperluas dengan jumlah sampel yang lebih besar atau dibandingkan dengan metode intervensi lain untuk memperkuat temuan terkait efektivitas logoterapi.

Referensi

- Cheng, J., Chen, S., & Zhang, Y. (2026). Health lifestyle and mental health status among older adults: A latent class analysis. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 38, 102311. doi:10.1016/j.cegh.2026.102311
- Christl, J., Grumbach, P., Jockwitz, C., Wege, N., Caspers, S., & Meisenzahl, E. (2026). Cross-sectional and longitudinal associations between subthreshold depressive symptoms and cognition, physical health, and quality of life in older adults aged 55+: A retrospective study. *Journal of Affective Disorders*, 397, 120885. doi:10.1016/j.jad.2025.120885

- [3] Beck, A. T., Weissman, A., Lester, D., & Trexler, L. (1974). The measurement of pessimism: The *hopelessness* scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 42(6), 861–865. doi:10.1037/h0037562
- [4] Stahnke, B., Davis, R., Cooley, M., & Farmer, P. (2025). Reflections of those who have lived: Phenomenological perspectives from adults at end-of-life from an Eriksonian lens. *Archives of Gerontology and Geriatrics Plus*, 2, 100175. doi:10.1016/j.aggp.2025.100175
- [5] Hernandez, S. C., & Overholser, J. C. (2021). A systematic review of interventions for hope/hopelessness in older adults. *Clinical Gerontologist*, 44(2), 97–111. doi:10.1080/07317115.2019.1711281
- [6] Okfrima, R., Yola, E. P., & Fikri, H. T. (2021). Hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pada lansia di Nagari Paninjauan Kec. X Koto Diatas Kab. Solok. *Psyche 165 Journal*, 14(2), 173–179. doi:10.35134/jpsy165.v14i2.58
- [7] Putri, G. A., & Yulianti, A. (2022). Dukungan sosial keluarga dan successful aging pada lanjut usia. *Psyche 165 Journal*, 15(2), 62–67. doi:10.35134/jpsy165.v15i2.162
- [8] Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning*. Beacon Press.
- [9] Hendrasti, N., Mariana, R., & Fikri, H. T. (2021). Hubungan antara Spiritualitas dengan Kesiapan Lansia dalam Menghadapi Kematian di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin. *Psyche 165 Journal*, 14(1), 88–96. doi:10.35134/jpsy165.v14i1.99
- [10] Afrashteh, M. Y., Majzooobi, M. R., Janjani, P., & Forstmeier, S. (2024). The relationship between the meaning of life, psychological well-being, self-care, and social capital, with depression and death anxiety in the elderly living in nursing homes: The mediating role of loneliness. *Heliyon*, 10(5), e30124. doi:10.1016/j.heliyon.2024.e30124
- [11] Egger, E., Schwartz, A., Qin, R. X., Khulal, A., Maharjan, U., Monin, J. K., & Hagaman, A. K. (2026). "We are left alone": A qualitative study of life satisfaction of older adults in rural Nepal. *Health & Place*, 98, 103612. doi:10.1016/j.healthplace.2026.103612
- [12] Maharani, A., & Safaria, T. (2023). Efektivitas intervensi berbasis logoterapi untuk menurunkan kecemasan pada lansia pengidap diabetes melitus. *Psyche 165 Journal*, 16(3), 195–203. doi:10.35134/jpsy165.v16i3.271
- [13] Drinkwater, K., Denovan, A., Dagnall, N., & Williams, C. (2023). The general hopelessness scale: Development of a measure of hopelessness for non-clinical samples. *PLOS ONE*, 18(6), e0287016. doi:10.1371/journal.pone.0287016
- [14] Aydin, M., & Kutlu, F. Y. (2021). The effect of group art therapy on loneliness and *hopelessness* levels of older adults living alone: A randomized controlled study. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 29(3), 271–284. doi:10.5152/fnjin.2021.20224
- [15] Cicek, S., Coskun, H., Ozdemir, S., Acikgoz, A., & Isko, S. (2021). The effects of coping strategies and relaxation exercises on anxiety, *hopelessness*, life satisfaction, and well-being in elderly people with diabetes: An experimental study. *Annals of Medical Research*, 28(5), 950–956. doi:10.5455/annalsmedres.2020.07.779
- [16] Sajeev, A., Kakunje, A., & Karkal, R. (2022). *Hopelessness* and quality of life in elderly: A community-based cross-sectional study. *Journal of Geriatric Mental Health*, 9(1), 21–25. doi:10.4103/jgmh.jgmh
- [17] Taghizadeh, M. (2023). Investigating the effect of existential therapy on feelings of helplessness and failure, feelings of old age and emptiness, and feelings of confusion and conflict in retired teachers. *Novelty in Clinical Medicine*, 2(1), 56–61. doi:10.22034/NCM.2023.381128.1064
- [18] Babakhani, F., & Azarmi, H. (2023). The effectiveness of existential group therapy on existential anxiety and the quality of life in the elderly. *Aging Psychology*, 9(2), 167–180. doi:10.22126/JAP.2023.8371.1668
- [19] Ravari, A., Mirzaei, T., Hosieni, F., & Hassanshahi, E. (2021). Comparison of the effects of cognitive therapy and logotherapy on Iranian elderly people's general health. *International Journal of Community Based Nursing and Midwifery*, 9(4), 289–299. doi:10.30476/ijcbnm.2021.88217.1497
- [20] Kim, C., & Choi, H. (2021). The efficacy of group logotherapy on community-dwelling older adults with depressive symptoms: A mixed methods study. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(2), 920–928. doi:10.1111/ppc.12635
- [21] Owen, R., Berry, K., & Brown, L. J. E. (2022). Enhancing older adults' well-being and quality of life through purposeful activity: A systematic review of intervention studies. *Gerontologist*, 62(6), 317–327. doi:10.1093/geront/gnab017
- [22] Ajizzah, E. B., Afandi, N., & Agustin, R. D. (2023). Pemaknaan kebahagiaan pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Nirwana Puri Kota Samarinda. *TAUJIHAT: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 18–31. doi:10.21093/tj.v4i1.6551
- [23] RN., F. K. S., Chiu, N. M., Yao, Y. C., Wu, M. K., Hung, C. F., Chen, C. C., Lee, Y. H., & Chiang, C. Y. (2022). The effects of logotherapy on meaning in life, depression, *hopelessness*, and suicidal ideation in patients with depression: An intervention study. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(4), 1891–1899. doi:10.1111/ppc.13003
- [24] Alam, F., Elsayed Ibrahim, E., & El-Amrosy, S. H. (2023). Effectiveness of logotherapy training on self-esteem, communication skills and impact of event among older adults. *International Egyptian Journal of Nursing Sciences and Research*, 3(2), 486–505. doi:10.21608/ejnsr.2023.278176
- [25] Humer, E., Kisler, I. M., Bach, D., Schimböck, W., Pieh, C., & Probst, T. (2025). Effect of a group logotherapeutic program for older adults on mental health indicators. *Journal of Humanistic Counseling*, 64(1), 68–90. doi:10.1002/johc.12216
- [26] Wang, Y., Xu, Q., Tian, H., & Yin, P. (2024). Positive social mentalities and quality of spiritual living in old age: Roles of social participation and life meaning. *INQUIRY: The Journal of Health Care*, 61(1), 1–9. doi:10.1177/00469580241282061
- [27] Kirana, K. C. (2021). Gambaran pengalaman kesepian dan penerapan logoterapi pada perempuan lansia warga binaan panti wreda. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 23(1), 46–64. doi:10.26486/psikologi.v23i1.1409
- [28] Syaifussalam, M. L., Qurniasih, N., & Wilantika, R. (2025). Program Titik Ndelik untuk meningkatkan makna hidup dan kesejahteraan psikologis lansia di Lembaga Kesejahteraan Sosial Amanah Bunda Pringsewe. *Indonesia Berdaya*, 6(1), 291–300. doi:10.47679/ib.20251034
- [29] Alqasimi, M. A., & Wahyudi, H. (2025). Efektivitas logoterapi untuk meningkatkan makna hidup pada purnawirawan perwira menengah TNI-AD. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 7(4), 2455–2476. doi:10.38035/rnj.v7i4.1502
- [30] Susanti, H., & Putri, Y. S. E. (2023). Logotherapy pada lansia dengan masalah psikososial: Systematic review. *Jurnal Keperawatan*, 15(3), 1463–1470. doi:10.32583/keperawatan.v15i3.949

- [31] Anggoro, L. S., Christiana, E. H., & Nathania, E. I. D. (2024). Efektivitas logoterapi untuk menurunkan tingkat depresi dan meningkatkan kebermaknaan hidup penderita gangguan depresi. *Jurnal Integrasi Riset Psikologi*, 2(2), 24–35. doi:10.26486/intensi.v2i2.3972
- [32] Hernandez, S. C., & Overholser, J. C. (2021). A systematic review of interventions for hope/hopelessness in older adults. *Clinical Gerontologist*, 44(2), 97–111. doi:10.1080/07317115.2019.1711281
- [33] Aktana, Z., & Eksi, H. (2022). The effect of the logotherapy-based group psychological counseling program on widowed Syrian refugee women's well-being. *TRC Journal of Humanitarian Action*, 1(1), 31–48. doi:10.55280/trcjha.2022.1.1.0005

Biografi Penulis

	<p>Indah Purnama Sari, S.Psi. merupakan lulusan Program Sarjana Psikologi Universitas Ahmad Dahlan (UAD) Yogyakarta dan saat ini sedang menempuh pendidikan pada Program Magister Psikologi di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Bidang keilmuan yang menjadi minat utamanya adalah Psikologi Sumber Daya Manusia. Artikel ini disusun sebagai bagian dari pelaksanaan Prodamat, yaitu kegiatan wajib bagi mahasiswa Program Magister Psikologi yang bertujuan untuk mengintegrasikan teori dan praktik psikologi dalam konteks terapan. Dalam penelitian ini, Indah berperan aktif dalam penyusunan rancangan intervensi, pelaksanaan kegiatan kelompok, serta analisis hasil intervensi di bawah bimbingan dosen pembimbing.</p>
--	--

	<p>Sri Rahmawati Agus, S.Psi. merupakan lulusan Program Sarjana Psikologi Universitas Ahmad Dahlan (UAD) Yogyakarta dan saat ini sedang menempuh pendidikan pada Program Magister Psikologi di Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Bidang keilmuan yang menjadi minat utamanya adalah Psikologi Sumber Daya Manusia. Artikel ini disusun sebagai bagian dari pelaksanaan Prodamat, yaitu kegiatan wajib bagi mahasiswa Program Magister Psikologi yang bertujuan untuk mengintegrasikan teori dan praktik psikologi dalam konteks terapan. Dalam penelitian ini, Rahma berperan aktif dalam penyusunan rancangan intervensi, pelaksanaan kegiatan kelompok, serta analisis hasil intervensi di bawah bimbingan dosen pembimbing.</p>
	<p>Prof. Dra. Alif Mu'arifah, S.Psi., M.Si., Ph.D. merupakan dosen dan Guru Besar di Universitas Ahmad Dahlan (UAD) Yogyakarta. Prof. Alif aktif menulis dan mempublikasikan karya ilmiah di berbagai jurnal nasional dan internasional, serta berperan sebagai pembimbing akademik dan peneliti utama dalam berbagai proyek penelitian. Dalam artikel ini, beliau bertindak sebagai dosen pembimbing yang memberikan arahan konseptual, supervisi metodologis, serta bimbingan penulisan naskah ilmiah. Dedikasinya dalam pengembangan keilmuan menjadikan beliau sebagai salah satu tokoh penting dalam penelitian di Indonesia.</p>