

## EFEKTIVITAS KONSELING LOGOTERAPI DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI REMAJA *BROKEN HOME*

**Ellyza Elma Sadiyah**

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email : [ellyza.22110@mhs.unesa.ac.id](mailto:ellyza.22110@mhs.unesa.ac.id)

**Najlatun Naqiyah**

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
Email: [najlatunnaqiyah@unesa.ac.id](mailto:najlatunnaqiyah@unesa.ac.id)

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling logoterapi dalam meningkatkan resiliensi remaja dari keluarga *broken home*. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest posttest without control group*. Teknik sampling menggunakan purposive sampling. Sejumlah 5 remaja dengan usia 18 dan 19 tahun berasal dari keluarga *broken home* dengan hambatan ekonomi dan memiliki tingkat resiliensi rendah berdasarkan hasil *pretest* dipilih sebagai partisipan penelitian. Intervensi dilakukan melalui konseling individu dengan pendekatan logoterapi, khususnya teknik *socratic dialogue* dan *dereflection*. Instrumen yang digunakan adalah skala resiliensi berdasarkan karakteristik dari Wagnild (2010), alat ukur tersebut sudah teruji validitas dan reliabilitas (16 item,  $\alpha = 0.715$ ). Teknik analisis data menggunakan uji parametrik *paired sample t-test*. Penelitian diperoleh hasil yaitu resiliensi terdapat perbedaan signifikan berdasarkan uji t dengan p value yang memperoleh nilai 0,007 ( $p < 0,05$ ). Selanjutnya perhitungan *effect size* melalui perhitungan Cohen's d menunjukkan nilai  $d = 2,24$  ( $d \geq 0,80$ ) yang tergolong tinggi, menunjukkan bahwa logoterapi memiliki dampak besar dalam meningkatkan resiliensi remaja *broken home*. Dengan demikian, konseling logoterapi dapat dijadikan alternatif layanan konseling dalam meningkatkan resiliensi remaja *broken home*.

**Kata Kunci:** konseling logoterapi, *socratic dialogue*, *dereflection*, *broken home*, resiliensi.

### Abstract

*This study aims to determine the effectiveness of logotherapy counseling in improving the resilience of adolescents from broken homes. The research design used is a one-group pretest-posttest without a control group. The sampling technique used is purposive sampling. A total of five adolescents aged 18 and 19 years old from broken homes with economic difficulties and low resilience levels based on the pretest results were selected as research participants. The intervention was carried out through individual counseling using a logotherapy approach, specifically the Socratic dialogue and dereflection techniques. The instrument used was a resilience scale based on the characteristics of Wagnild (2010), which had been tested for validity and reliability (16 items,  $\alpha = 0.715$ ). The data analysis technique used a paired sample t-test. The study found that there was a significant difference in resilience based on the t-test with a p-value of 0.007 ( $p < 0.05$ ). Furthermore, the effect size calculation using Cohen's d showed a value of  $d = 2.24$  ( $d \geq 0.80$ ), which is classified as high, indicating that logotherapy has a significant impact on increasing the resilience of broken home adolescents. Thus, logotherapy counseling can be used as an alternative counseling service to increase the resilience of broken home adolescents.*

**Keywords:** *logotherapy counseling, socratic dialogue, dereflection, broken homes, resilience.*

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan cepat dan dramatis, sehingga sering dipandang sebagai periode resiko dan berpotensi memunculkan berbagai masalah. (Gunarsa & Gunarsa, 2008; Coleman & Hagell, 2007). Di Indonesia, ketahanan keluarga menjadi isu yang berperan dalam mendukung tumbuh kembang anak dan remaja, serta berdampak pada perkembangan psikologisnya dalam jangka panjang (Harahap et al., 2025). Selaras dengan pandangan

Coleman & Hagell (2007) masa remaja mempunyai beberapa faktor resiko, antara lain kondisi kemiskinan, keterbatasan, gangguan mental, hingga latar belakang keluarga yang tidak berfungsi. Namun setiap individu tumbuh dan berkembang dalam latar belakang keluarga yang berbeda. Bagi sebagian remaja, hidup tanpa peran orang tua yang utuh akibat perceraian atau hal lainnya menjadi tantangan besar. Keharmonisan keluarga bagi pemenuhan kasih sayang dan perkembangan optimal anak, sehingga ketidakharmonisan seringkali mengurangi

dukungan yang diterima oleh remaja (Putri, 2024). Kondisi demikian sering disebut dengan istilah *broken home*.

Fenomena *broken home* ini sering dijumpai di Indonesia, dan salah satunya dapat dilihat dari tingginya angka perceraian di negara ini. Pada tahun 2024, situasi perceraian di Indonesia tampak cukup mengkhawatirkan. Badan Peradilan Agama (Badilag) Mahkamah Agung mencatat adanya 446.359 kasus perceraian. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya. Pada tahun 2023, jumlah perceraian tercatat mencapai 408.347. Pada waktu yang sama, total pernikahan yang dilaporkan oleh Ditjen Bimas Islam Kemenag pada 2024 adalah 1.478.424. Angka ini juga menunjukkan penurunan yang signifikan, mengingat pada tahun 2023 tercatat 1.577.493 orang yang menikah. Meskipun tidak semua perceraian langsung mengakibatkan kondisi *broken home*, jumlah ini menjadi indikasi kuat bahwa semakin banyak anak yang berisiko dibesarkan dalam keluarganya yang tidak berfungsi dengan baik (Harahap et al., 2025).

Secara etimologis, *broken home* merujuk pada kerusakan fungsi keluarga sebagai lingkungan tumbuh kembang anak. Willis (2009) mengungkapkan bahwa kondisi tersebut dapat dipandang dari dua sudut, yaitu ketika keluarga tidak utuh karena kehilangan salah satu orang tua akibat kematian atau perceraian, ataupun pada keluarga yang tetap utuh secara hukum tetapi dipenuhi pertengkaran dan minim kasih sayang. Selaras dengan itu, Goode (2007) mengartikan *broken home* sebagai retaknya struktur keluarga akibat ketidakmampuan anggota keluarga menjalankan perannya, seperti konflik, meninggalkan rumah, atau menurunnya kualitas hubungan emosional. Keretakan ini dapat terjadi tanpa perceraian formal, misalnya ketika anak hidup dalam rumah tangga yang penuh konflik, orang tua yang terlalu sibuk, atau hubungan yang dingin tanpa kelekatan emosional (Ifdil et al., 2020). Hal tersebut diperkuat oleh Hastuti & Kirana (2021) yang mengungkapkan bahwa pengalaman melihat ketidakharmonisan orang tua dapat tertanam hingga dewasa, menegaskan bahwa *broken home* lebih tepat dipahami sebagai tidak berfungsinya keluarga secara emosional, bukan sekadar ketidakutuhan secara hukum.

Dampak keluarga *broken home* pada remaja telah diuji oleh beberapa penelitian, diantaranya remaja memiliki konsep diri rendah, penerimaan diri rendah, trauma *inner child*, perilaku *maladaptive*, kecemasan (Farisandy & Surjaningrum, 2021; Septiana & Muhi, 2022; Syam et al., 2023; Muin et al., 2024; Difebrian et al., 2025). Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Pratiwi (2025) mengenai rendahnya resiliensi pada remaja SMP, yang diberikan intervensi melalui konseling kelompok dengan metode *Solution Focused Brief Counselling*,

menunjukkan peningkatan yang signifikan. Peningkatan terjadi pada seluruh aspek resiliensi, termasuk regulasi emosi, optimisme, empati, efikasi diri, hingga *reaching out*. Rendahnya resiliensi pada remaja yang berasal dari keluarga yang tidak utuh akan berpengaruh buruk dan menghalangi mereka dalam mencapai tahap perkembangan yang seharusnya (Pratiwi, 2025)

Oleh karena itu resiliensi dibutuhkan bagi remaja *broken home* karena tanpa kemampuan tersebut mereka rentan mengalami kecemasan, kesepian, rendah diri, penurunan motivasi, dan kecenderungan menarik diri, sehingga penguatan resiliensi menjadi langkah strategis agar mereka tumbuh lebih kuat, mandiri, dan mampu menghadapi tantangan hidup. (Harahap et al., 2025). Wagnild (2010) mengungkapkan resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk bangkit, beradaptasi, dan meneruskan hidup setelah menghadapi tekanan atau peristiwa traumatis. Selain itu, juga menyebutkan bahwa terdapat lima karakteristik resiliensi yaitu memiliki makna dan tujuan hidup (*meaningful and purpose life*), kegigihan (*perseverance*), kemandirian (*self reliance*), ketenangan atau kesabaran (*equanimity*) menerima kesendirian (*existential aloneness*).

Wagnild (2010) mengungkapkan aspek *meaningful and purpose life* (kebermaknaan hidup) memiliki peran mendasar karena menjadi landasan bagi berkembangnya karakteristik resiliensi lainnya (Oktaviani, 2012). Semakin tinggi resiliensi semakin besar pula rasa bahwa hidup “bermakna” meskipun berasal dari keluarga yang kurang harmonis (Santoso & Huwae, 2023). Selaras dengan studi pendahuluan, pekerja sosial di UPT PSBR X menyampaikan bahwa sebagian besar remaja penerima manfaat menunjukkan resiliensi yang lemah, ditandai dengan kebingungan identitas, sulit menemukan arah hidup, dan ketidakmampuan merumuskan langkah masa depan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pemahaman diri dan ketidakjelasan tujuan menjadi hambatan dalam pengembangan resiliensi.

“Sebenarnya engga semua dari mereka *broken home* yang cerai gitu dek tapi memang rata-rata mereka dari keluarga yang ekonomi maaf kurang mampu dan emang mereka kan udah engga sekolah terus bingung mau ngapain jadi ya mengalami krisis identitas juga, kebingungan gitu dek menentukan arah hidup.”-TS

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Lewis et al., 2023; Sutin et al., 2024 yang menjelaskan bahwa memiliki tujuan hidup yang kuat berhubungan dengan kesehatan kognitif yang lebih baik serta pengurangan tingkat stres, sehingga berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan dan resiliensi remaja dalam menghadapi berbagai tantangan.

UPT PSBR X merupakan Unit Pelaksana Teknis Pelayanan Sosial Bina Remaja di bawah Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur yang berfokus pada pembinaan remaja yang mengalami permasalahan sosial supaya dapat berfungsi kembali dalam masyarakat, mandiri, dan memiliki keterampilan produktif. Layanan yang diberikan meliputi pelatihan keterampilan saat ini terdiri dari tata rias dan pengelasan, bimbingan sosial, pembinaan karakter, serta pelatihan *life-skill* melalui kegiatan kewirausahaan, dan kerja sama dengan Koramil maupun lembaga lokal, dengan pemberian bekal alat usaha bagi penerima manfaat yang telah menyelesaikan program selama ± enam bulan. Salah satu pekerja sosialnya mengungkapkan sebagian besar remaja penerima manfaat memiliki latar belakang ekonomi yang tidak menguntungkan serta menghadapi berbagai tantangan sosial dalam kehidupan keluarga mereka sehingga berdampak pada kondisi psikologisnya. Beliau juga menambahkan karena keterbatasan waktu pelaksanaan konseling individu belum dapat dilakukan, sehingga dialihkan ke bimbingan sosial yang menekankan pengelolaan emosi dan konsep diri.

Resiliensi dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi berbagai kesulitan dan tekanan yang muncul dalam hidupnya, serta belajar menyesuaikan diri dengan situasi dan berusaha bangkit untuk memulai kehidupan yang lebih baik (Salim, 2018). Afdal et al. (2021) menemukan bahwa remaja yang dapat menemukan makna hidup cenderung lebih tahan terhadap tantangan. Selain itu, beberapa remaja terdorong untuk tumbuh dewasa ketika orang tua mereka berpisah, karena mereka harus memikul tanggung jawab baru dalam keluarga (Laalah & Rahayu, 2024). Salah satu remaja penerima manfaat di UPT PSBR X mengungkapkan bahwa ia sejak kecil harus mandiri dan bekerja untuk kebutuhan hidupnya. X1 (18 tahun) mengungkapkan :

“Aku kan ket cilik tinggal sama kakek nenek mbak soal e orang tuaku udah pisah. Terus aku ya dari smp kerja juga buat kebutuhan hidup engga mau ngrepoti kakek nenek. Kadang ya iri mereka kalau mau apa-apa iso langsung beli sedangkan aku kudu kerja sek. Ini HP aku juga beli sendiri, ini mau ganti tapi sek gatau kapan.”

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan sebelumnya, logoterapi dapat menjadi salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk meningkatkan resiliensi remaja di UPT PSBR X agar mampu untuk menentukan arah hidupnya yang lebih baik. Logoterapi Viktor Frankl menawarkan pandangan tentang manusia yang didasarkan pada tiga pilar filosofis yang saling terkait satu sama lain, yaitu hak untuk memilih (*The Freedom of Will*), hasrat untuk mencari makna (*The Will to Meaning*) dan makna

hidup (*Meaning of Life*) memiliki tujuan yang serupa. Corey (2013) menyatakan bahwa logoterapi adalah sebuah teknik intervensi yang dibuat untuk mendukung seseorang dalam mengurangi perasaan tidak bermakna dan kekosongan dengan cara menemukan makna hidup. Ada sejumlah penelitian terdahulu yang menguraikan tentang efektivitas logoterapi yang diterapkan pada remaja atau dewasa awal, yaitu untuk meningkatkan harga diri remaja pecandu narkoba, meningkatkan *self esteem* dan kebermaknaan hidup remaja dengan skizofrenia, meningkatkan kebermaknaan hidup remaja di panti asuhan, meningkatkan makna hidup perempuan produktif dengan HIV/AIDS (ODHIV) (Naraasti & Astuti, 2019; Anggoro, 2025; Haryanto, 2025; Siga & Pantur, 2025).

Terkait resiliensi, logoterapi juga efektif dalam meningkatkan resiliensi. Yusri (2025) melakukan penelitian untuk mengetahui penerapan konseling logoterapi untuk meningkatkan resiliensi pada lima anak tunagrahita di SLB-C YPPLB Makassar. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa logoterapi dengan teknik persuasif *playing* efektif untuk mengembangkan resiliensi pada anak tunagrahita dibanding dengan hanya menggunakan perlakuan intervensi konvensional seperti metode ceramah. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, penulis ingin mengetahui apakah logoterapi dapat meningkatkan resiliensi remaja di Indonesia, khususnya remaja yang berada di UPT PSBR X.

Berdasarkan kerangka teoritis dan temuan empiris tersebut, penulis tertarik untuk mengkaji secara empiris penerapan konseling individu dengan logoterapi terhadap peningkatan resiliensi remaja *broken home* khususnya di UPT PSBR X. Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan pengembangan intervensi konseling logoterapi yang aplikatif agar remaja mampu mengenali makna hidupnya, serta bangkit dari pengalaman sulit secara lebih positif.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan *pre-experiment* yaitu *one group pretest - posttest*. Design yang melibatkan satu kelompok eksperimen yang akan diberikan treatment kemudian dilakukan observasi hingga memperoleh sebuah hasil (Hardani et al., 2020). *Pretest* (O1) dilakukan sebelum subjek menerima *treatment*, sedangkan *posttest* (O2) dilakukan setelah seluruh rangkaian *treatment* diberikan. Subjek dalam hal ini merujuk pada partisipan yang menjalani layanan konseling individu dengan teknik logoterapi (X). Pelaksanaan konseling individu dilaksanakan selama 4 kali pertemuan dengan durasi ± 50 menit tiap pertemuan.

Teknik pengumpulan data yang diterapkan dalam penelitian ini yaitu menggunakan angket tertutup dengan *skala likert* rentang 1 sampai 4 untuk pengukurannya. Instrumen yang digunakan mengacu pada lima karakteristik resiliensi oleh Wagnild (2010) yaitu memiliki makna dan tujuan hidup (*meaningful and purpose life*), kegigihan (*perseverance*), kemandirian (*self reliance*), ketenangan atau kesabaran (*equanimity*) menerima kesendirian (*existential aloneness*). Instrumen tersebut telah melalui uji validitas dengan bantuan program SPSS versi 29. Berdasarkan hasil uji validitas, ditemukan 4 item pernyataan yang tidak valid dari 20 item pernyataan, sehingga 16 item yang dinyatakan valid. Sedangkan hasil uji reliabilitas, didapatkan nilai koefisien cronbach's alpha pada angket resiliensi yaitu 0,715 yang mengindikasikan tingkat keandalan pada kategori andal.

Pengambilan sampel dalam penelitian yaitu menggunakan *purposive sampling*. Hardani et al., 2020 menjelaskan pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu dikenal sebagai *purposive sampling*. Subjek dipilih berdasarkan hasil skor resiliensi yang rendah kemudian dilakukan konfirmasi dengan pekerja sosial yang berwenang terkait latar belakang keluarga remaja, apakah termasuk dalam kategori *broken home*, seperti kurangnya komunikasi antar anggota keluarga, sikap egosentris, permasalahan ekonomi, kesibukan orang tua, rendahnya tingkat pendidikan orang tua, terjadinya perselingkuhan, serta lemahnya pemahaman terhadap nilai-nilai agama (dalam Willis 2009). Dengan demikian didapatkan 5 remaja yang memenuhi syarat untuk dijadikan sampel penelitian.

*Treatment* berupa konseling logoterapi (*meaning-based and value-centered psychiatric therapy*) merujuk pada teknik utama yang dikembangkan oleh Viktor E. Frankl yaitu *paradoxical intention*, *dereflection*, dan *socratic dialogue* (dalam Rahgozar & Giménez-Llort 2020). Dalam penelitian ini peneliti menerapkan dua teknik yaitu *socratic dialogue* dan *dereflection* yang tepat untuk remaja dari keluarga *broken home* dengan rendahnya resiliensi. *Socratic dialogue* digunakan untuk membantu remaja merenungkan makna hidup melalui percakapan yang mendalam, sementara *dereflection* berfungsi untuk mengalihkan fokus dari tekanan internal ke hal-hal yang lebih positif dan bermakna. Kedua metode tersebut dilaksanakan secara bertahap dan didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Prabu et al. (2025) serta Hunainah et al. (2024) yang menjelaskan keberhasilan penggabungan teknik-teknik tersebut dalam meningkatkan resiliensi.

Teknik analisis data yang diterapkan adalah uji parametrik paired sample t-test untuk mengevaluasi adanya perbedaan antara skor resiliensi sebelum dan setelah penerapan intervensi logoterapi. Hal ini dilakukan

karena data pretest dan posttest telah memenuhi asumsi parameter; yaitu data berdistribusi normal dan homogen. Data dinyatakan memiliki perbedaan signifikan  $p < 0,05$ . Data direpresentasikan dengan penelitian mean  $\pm$  SD. Semua analisis statistik menggunakan perangkat lunak SPSS untuk Windows versi 29.

## HASIL

*Pretest* bertujuan untuk mendapatkan informasi tentang kondisi awal partisipan terkait topik penelitian sebelum diberikan intervensi. *Pretest* dilaksanakan dengan membagikan lembar angket resiliensi pada seluruh remaja penerima manfaat yang berjumlah 50 orang. Hasil *pretest* tersebut dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Kemudian diperoleh 5 subjek penelitian sebagai berikut:

Initial Nama	Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Usia	Riwayat permasalahan sosial	Keterangan <i>broken home</i>	Skor	Kategori
X1	Laki-laki	SMP	18	Depresi/Stress, Kenakalan Remaja, Putus Sekolah	Orang tua cerat hidup, ikut nenek dan kakeknya, masalah ekonomi	41	Rendah
X2	Perempuan	SMA	18	Korban Bullying	Orang tua sibuk, masalah ekonomi	42	Rendah
X3	Perempuan	MI	19	Depresi/Stress	Orang tua sibuk, masalah ekonomi	44	Rendah
X4	Perempuan	MA	18	Depresi/Stress	Orang tua sibuk	40	Rendah
X5	Laki-laki	SMA	18	Remaja Terlantar, Korban Bullying	Orang tua sering bertengkar, masalah ekonomi, kurang kasih sayang dan perhatian	37	Rendah

Tabel 1. Gambaran Partisipan

Berdasarkan data pada tabel tersebut yang menunjukkan kondisi awal resiliensi partisipan sebelum diberikan *treatment* serta data lainnya seperti pendidikan terakhir, riwayat permasalahan sosial, keterangan *broken home*. Setelah ditetapkan sampel penelitian langkah berikutnya memberikan *treatment* berupa konseling individu dengan pendekatan logoterapi, khususnya teknik *socratic dialogue* dan *dereflection*.

Ringkasan mengenai setiap sesi dalam konseling logoterapi diuraikan sebagai berikut:

Sesi	Tahap	Konseling Logoterapi
I	Pencarian makna hidup	Perkenalan, membangun rapport, menyampaikan tujuan konseling, melakukan diskusi mengenai konsep dasar makna hidup, dan memberikan ruang bagi konseli untuk berbagi pengalaman hidupnya.
II	Kuat karena luka	Menggunakan pertanyaan <i>dialog socratic</i> (Krisztina, 2017) untuk membantu konseli menemukan pandangan baru tanpa memaksakan nilai atau keyakinannya sendiri seperti "Situasi apa dalam hidupmu akhir-akhir ini yang paling sering membuatmu merasa tidak nyaman?", "Apa arti keluarga bagimu selama ini?", "Bisakah kamu menceritakan contoh kejadian di rumah yang paling diingat?".
III	Makna di	Menggunakan teknik <i>dereflection</i> untuk

	setiap langkah	mengalihkan fokus perhatian dari diri sendiri atau gejala yang dialami menuju aspek kehidupan yang lebih bermakna, seperti “Waktu kamu bilang kamu sering merasa sendirian dan sepi, kamu biasanya ngapain kalau perasaan itu muncul?”, “Dari semua hal yang sudah kamu lalui, menurut kamu apa yang paling penting dalam hidup ini yang buat kamu bertahan sampai sekarang?”, “Kamu sempat bilang sering merasa kehilangan arah, ya. Kalau sekarang kamu coba pikir, hal apa yang membuat kamu merasa hidupmu punya tujuan?”. Kemudian. Memberikan tugas antar sesi berupa menulis kegiatan yang menyenangkan pada lembar yang telah diberikan.
IV	Aku siap menjadi diriku yang baru	Mengulas hasil tugas dari sesi sebelumnya. Lalu menguatkan keyakinan diri konseli terhadap makna hidup dan tujuan yang ingin dicapai. Serta memberikan penguatan positif dan menegaskan kembali nilai-nilai yang ditemukan. Terakhir menutup sesi dengan refleksi bersama dan ucapan apresiasi.

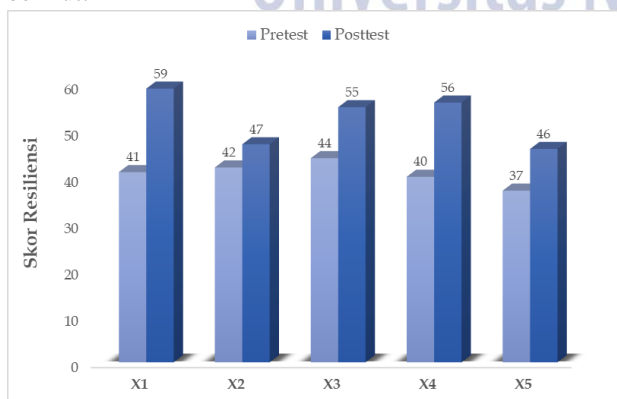
Tabel 2: Penerapan *Treatment*

Setelah partisipan menyelesaikan seluruh rangkaian konseling selama 4 kali pertemuan akan diberikan posttest berupa lembar angket resiliensi yang sama dengan pretest. Berikut data hasil posttest:

No	Inisial Nama	Skor	Kategori
1	X1	59	TINGGI
2	X2	47	SEDANG
3	X3	55	TINGGI
4	X4	56	TINGGI
5	X5	46	SEDANG

Tabel 3: Hasil *Posttest* Partisipan

Berdasarkan hasil sajian data diatas dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan skor resiliensi dari kelima partisipan sebelum dan setelah diberikan konseling logoterapi yang dapat dilihat pada perbandingan sebagai berikut:



Grafik 1: Perbandingan Hasil *Pretest* dan *Posttest* Partisipan

Kemudian analisis terhadap data yang telah tersedia dilakukan untuk mengidentifikasi apakah terdapat perbedaan rata-rata antara skor *pretest* dan *posttest* dengan menggunakan statistik *pretest* dan *posttest*. Berikut adalah tabel hasil yang menunjukkan analisis parametrik dengan uji *paired sample t-test*:

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pretest	40,80	5	2,588	1,157
Posttest	52,60	5	5,770	2,580

Paired Samples Test

	Paired Differences							
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest - Posttest</i>	-11,800	5,263	2,354	-18,335	-5,265	-5,013	4	0,007

Tabel 4: Hasil Uji *Paired Sample T-Test*

Dari hasil t berpasangan, diketahui bahwa rata-rata nilai pretest (40,80) secara signifikan lebih rendah dari rata-rata nilai posttest (52,60). Perbedaan rata-rata sebesar -11,8. Lalu standar deviasi perbedaan sebesar 5,26 yang berarti dampak *treatment* tidak sepenuhnya seragam, tetapi masih menunjukkan pola perubahan yang cukup konsisten. Dan standar error mean sebesar 2,35. Interval kepercayaan 95% untuk perbedaan rata-rata yaitu -18,335 hingga -5,265. Dengan nilai t sebesar -5,013 dan nilai p sebesar 0,007, yang dapat disimpulkan bahwa perbedaan pretest dan posttest signifikan secara statistik ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan hasil uji hipotesis (Uji-t) diketahui bahwa nilai Sig. (2-tailed) = 0,007. Jika dalam ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka dihasilkan  $0,007 < 0,05$ , sehingga dapat diputuskan bahwa  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Dari hasil keputusan tersebut dapat disimpulkan bahwa *treatment* berupa konseling individu dengan menggunakan pendekatan konseling logoterapi khususnya teknik *socratic dialogue* dan *dereflection* memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan resiliensi remaja *broken home*.

Sebagai tambahan pada analisis statistik inferensial, dilakukan uji *effect size* untuk mengukur seberapa besar pengaruh intervensi konseling logoterapi terhadap resiliensi remaja *broken home*. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Cohen (1988) yang mengungkapkan bahwa *effect size* digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh setelah diberikan *treatment* (dalam Agustika et al., 2022). Perhitungan dilakukan dengan menggunakan rumus Cohen's d:

$$d = \frac{M_{diff}}{SD_{diff}} = \frac{11,800}{5,263} = 2,24$$

Perhitungan menghasilkan nilai effect size sebesar 2,24, yang tergolong dalam kategori sangat besar ( $d \geq 0,80$ ). Dengan demikian, menunjukkan bahwa intervensi konseling logoterapi dengan menggunakan teknik *socratic dialogue* dan *dereflection* memberikan dampak praktis yang besar dalam meningkatkan resiliensi remaja *broken home*.

## PEMBAHASAN

Partisipan menunjukkan peningkatan kemampuan dalam membangun kekuatan diri, serta menemukan kembali arah dan makna hidup meskipun berada dalam kondisi keluarga *broken home*. Secara teoritis, temuan ini sejalan dengan prinsip logoterapi yang menekankan pencarian makna sebagai salah satu dasar kekuatan hidup, sebagaimana ditegaskan Frankl dan didukung oleh kajian Prabu et al. (2025) yang menunjukkan bahwa logoterapi efektif meningkatkan *sense of purpose*, makna hidup, dan kebahagiaan pada remaja dan dewasa muda. Peningkatan resiliensi partisipan dalam penelitian ini konsisten dengan hasil penelitian Santoso & Huwae (2023) yang menemukan bahwa remaja *broken home* dengan tingkat *meaningfulness* yang lebih tinggi cenderung memiliki resiliensi yang lebih baik. Naqiyah et al. (2025) juga mengungkapkan bahwa upaya individu dalam mencari *meaning and purpose of life* berguna untuk memperkuat kemampuan resiliensi. Selain itu, penelitian Hunainah et al. (2024) mengungkapkan bahwa logoterapi mampu memperkuat resiliensi keluarga melalui penguatan nilai hidup dan pemaknaan terhadap pengalaman sulit, sedangkan Yusri (2025) membuktikan bahwa logoterapi dapat meningkatkan resiliensi anak tunagrahita melalui proses penemuan makna dan penguatan spiritualitas.

Pada penelitian ini seluruh partisipan merupakan *broken home* dengan hambatan ekonomi keluarga yang berdampak pada pola asuh tidak konsisten, rendahnya kehadiran emosional, dan meningkatnya tekanan keluarga. Kondisi tersebut sejalan dengan Naim (2024) mengungkapkan bahwa kemiskinan dan ketidakstabilan ekonomi menjadi faktor pemicu kerentanan *broken home* karena memperburuk konflik, melemahkan komunikasi, serta membuat remaja kehilangan arah hidup. Mayfani et al. (2022) mengungkapkan bahwa remaja *broken home* yang mampu membangun konsep diri positif dan makna hidup memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Selain itu *sense of purpose* juga terbukti dapat menjadi strategi mengatasi masalah bagi remaja terutama dari keluarga dengan keterbatasan ekonomi dalam menghadapi tekanan lingkungan (Hashim et al., 2023; Reba & Muttaqin, 2025; Lewis et al., 2023). Selaras dengan temuan tersebut, Wagnild (2010) menekankan bahwa individu dengan tingkat resiliensi tinggi mampu hidup selaras dan nyaman

dengan diri sendiri, suatu kondisi yang berakar pada pemahaman diri yang mendalam. Penelitian Setiawati et al., 2018 juga mengungkapkan apabila individu memiliki resiliensi rendah maka akan mudah terpengaruh hal negatif dan sebaliknya apabila individu memiliki resiliensi tinggi maka akan cepat menyesuaikan diri dalam menghadapi berbagai masalah dalam hidupnya.

Tugas antar sesi juga berkontribusi terhadap peningkatan resiliensi partisipan. Pada akhir sesi pertama, partisipan menuliskan pengalaman hidup yang paling membekas sebagai bentuk refleksi atas nilai pengalaman yang dimiliki. Kemudian, pada akhir sesi ketiga, partisipan diminta mencatat hal-hal sederhana yang bermakna pada tabel untuk melatih kemampuan menemukan dan menghargai makna dalam setiap langkah kehidupan. Secara teoritis, hal tersebut selaras dengan konsep Breitbart (2016) bahwa makna hidup dapat ditemukan melalui nilai pengalaman, nilai kreatif, nilai bersikap, dan nilai warisan (dalam Farisandy & Surjaningrum, 2021). Melalui eksplorasi pengalaman bermakna serta penghayatan aspek-aspek positif seperti kasih sayang, kebahagiaan, dan humor dengan orang terdekatnya, partisipan mulai mampu terhubung kembali dengan hal-hal yang memberi arah dan tujuan hidupnya (Farisandy & Surjaningrum, 2021). Keberhasilan tugas ini juga didukung oleh keterbukaan dan keaktifan partisipan selama proses konseling, sejalan dengan penelitian Farisandy & Surjaningrum (2021) yang mengungkapkan bahwa keterlibatan aktif merupakan faktor penting dalam efektivitas logoterapi.

## PENUTUP

### Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan logoterapi dengan teknik *socratic dialogue* dan *dereflection* terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi pada remaja dari keluarga *broken home*. Hal ini dibuktikan dengan analisis statistik terjadi peningkatan yang signifikan pada skor resiliensi serta dengan observasi terjadi penguatan aspek-aspek resiliensi. Logoterapi membantu partisipan untuk lebih menerima pengalaman hidup dan mulai merancang arah hidup yang lebih bermakna. Namun, tentu saja masih memerlukan perhatian yang lebih besar agar kemampuan resiliensi semakin meningkat. Ini menunjukkan perlunya pendampingan lanjutan dan pendekatan yang lebih personal. Keterbatasan dari studi ini mencakup tidak adanya kelompok kontrol, ukuran sampel kecil, serta kendala waktu, sehingga penelitian lebih lanjut disarankan untuk menggunakan desain eksperimen yang lebih kuat, jadwal intervensi yang konsisten, dan evaluasi jangka

panjang untuk menilai efektivitas berkelanjutan dari intervensi tersebut.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi pekerja sosial atau guru BK  
Konseling logoterapi terbukti efektif dalam meningkatkan resiliensi remaja dari keluarga *broken home*, terutama dalam hal memaknai hidup, kegigihan, dan penerimaan diri. Dengan demikian, pekerja sosial dan guru BK dapat menggunakan pendekatan logoterapi sebagai salah satu pilihan layanan intervensi, baik dalam bentuk konseling individu maupun kelompok. Penerapan teknik socratic dialogue dan dereflection dapat disesuaikan dengan keadaan dan kebutuhan remaja, serta dapat digabungkan dengan pendampingan yang berkesinambungan agar remaja dapat menemukan arti hidup dan mengembangkan sikap resilien yang positif.
2. Bagi penelitian lain  
Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi salah satu referensi penting dalam penelitian selanjutnya. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melanjutkan penelitian ini dengan melibatkan lebih banyak partisipan serta latar belakang yang lebih beragam, sehingga hasil penelitian dapat diterapkan secara lebih umum. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menerapkan konseling logoterapi dalam durasi waktu yang lebih konsisten dan jumlah pertemuan yang lebih banyak.

### DAFTAR PUSTAKA

- Afdal, A. (2021). Kekerasan dalam Rumah Tangga (Kajian Teoritis dan Praktis Pelayanan Bimbingan dan Konseling).
- Agustika, D., & Nursa'adah, E. (2022). Penggunaan Effect Size Sebagai Mediasi Dalam Koreksi Efek Suatu Penelitian.
- Anggoro, L. S. (2025). Efektivitas Logoterapi untuk Meningkatkan Self-Esteem dan Kebermaknaan Hidup Penderita Skizofrenia. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 8(2), 31-40.
- Coleman, J., & Hagell, A. (Eds.). (2007). *Adolescence, risk and resilience: Against the odds* (Vol. 3). John Wiley & Sons.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Brooks/Cole Cengage Learning.
- Difebrian, A., Mareta, M., & Fitriana, H. (2025). Art Therapy Sebagai Teknik Katarsis Untuk Menurunkan Stres Dan Kecemasan Pada Remaja Broken Home. *Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 15(1), 1-17.
- Farisandy, E. D., & Surjaningrum, E. R. (2021). Efektivitas Logoterapi Dalam Meningkatkan Konsep Diri Remaja Di Panti Sosial. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 7(1), 24.
- Goode, William J. 2007. *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Bumi Aksara
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. BPK Gunung Mulia.
- Harahap, N., Lubis, S. A., & Daulay, N. (2025). Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Miracle Question dalam Meningkatkan Resiliensi Siswa Broken Home. *MUDABBIR Journal Research and Education Studies*, 5(2), 2858-2868.
- Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif* (H. Abadi (ed.)). CV. Pustaka Ilmu Group Yogyakarta.
- Haryanto, H. (2025). *Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Logoterapi Dalam Meningkatkan Kebermaknaan Hidup Remaja Panti Asuhan Al-Hidayah Gunungpati* (Doctoral Dissertation, Universitas Ivet).
- Hashim, K. S., Alias, A., Dahlan, N. A., Radzi, F. A. M., & Yunus, F. W. (2023). *Identifying types of purpose in life (PIL): A comparative study between high ability and typical adolescents*. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*, 12(3), 1-12.
- Hastuti, I. B., & Kirana, D. (2021). Kesejahteraan psikologis pada individu yang mengalami broken home. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 14(2), 60-67.
- Hunainah, H., Mujib, A., Tarihoran, N., Aspandi, A., Riswanto, D., & Rahma, H. S. (2024). Enhancing Resilience in Indonesian Muslim Families through Logotherapy Counseling. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(3).
- Iffdil, I., Sari, I. P., & Putri, V. N. (2020). Psychological well-being remaja dari keluarga broken home. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(1), 35.
- Krisztina, P. Belső-team a színpadon. *Logoterápia és egzisztenciaanalízis-2017*, 25.
- Laalah, E. E. T., & Rahayu, M. N. M. (2024). Hubungan self-compassion dengan resiliensi pada remaja dengan orang tua bercerai. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 14(2), 454.
- Lewis, N. A., Hofer, S. M., Bennett, D. A., & Hill, P. L. (2023). Sense of Purpose in Life Predicts Reduced Risk for and Delayed Onset of Mild Cognitive Impairment: A Multistate Survival Model. *Alzheimers & Dementia*, 19(S22).
- Mayfani, S., Adiwinata, A. H., & Nadhirah, N. A. (2022). Resilience and self-esteem of broken home teenagers. *Journal of Educa*
- Muin, S. R. W., Hermatasiyah, N., & Muttaqin, M. F. (2024). Implementasi Konseling Kelompok

- Dalam Perilaku Maladaptif Remaja Broken Home. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 7(2), 353-372.
- Naim, A. A. (2024). Analisis Faktor Penyebab dan Dampak Psikososial Keluarga Broken Home terhadap Anak: Studi Literatur Perspektif Psikologi dan Komunikasi Keluarga. *Sunan Kalijaga International Journal on Islamic Educational Research*, 8(2), 159-171.
- Naqiyah, N., Khusumadewi, A., Suryahadikusumah, A. R., & Fahriza, I. (2025). Analysis of the Spirituality Construct in Measuring Student Self-Resilience. *Bisma The Journal of Counseling*, 9(2), 280-289.
- Naraasti, D., & Astuti, B. (2019). Efektivitas Logoterapi terhadap peningkatan harga diri remaja pecandu narkoba di Pondok Pesantren Bidayatussalikin Yogyakarta. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(1), 39-52.
- Oktaviani, D. (2012). Resiliensi remaja aceh yang mengalami bencana Tsunami= Resilience of acehnese adolescence victims of Tsunami disaster. Universitas Indonesia Library; Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Prabu, R., Bhuvaneswari, U. L., & Veeramani, T. (2025). Unlocking life's purpose: A review on the impact of Logotherapy on purpose, meaning, and happiness in young adults. *International Journal of Applied Science Research (IJASR)*, 4(4), 20-29.
- Pratiwi, U. A., Yuline, Y., & Putri, A. (2025). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Solution Focused Brief Counseling Resiliensi Siswa Broken Home. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 105-116.
- Putri, Y. M. (2024). Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Individu Dengan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Resiliensi Anak Broken Home Smkn 1 Singgahan Tuban (Doctoral dissertation, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri).
- Rahgozar, S., & Giménez-Llort, L. (2020). Foundations and applications of logotherapy to improve mental health of immigrant populations in the third millennium. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 451.
- Reba, Y. A., & Muttaqin, M. Z. (2025). Self-Esteem and Sense of Purpose in Adolescents from Economically Disadvantaged Families. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 15(1).
- Salim, M. A. (2018). Hubungan Antara Harapan dan Resiliensi dengan Depresi pada Penderita Kanker Wanita. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Santoso, L. Y., & Huwae, A. (2023). Resilience and meaningfulness of life in broken home adolescents. *Bisma The Journal of Counseling*, 7(1), 91-98.
- Septiana, A. C., & Muhid, A. (2022). Efektivitas Mindfulness Therapy dalam Meningkatkan Self Acceptance Remaja Broken Home: Literature Review. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 3(1), 14-24.
- Setiawati, D., Islamarinda, K. M., Nuryono, W., & Naqiyah, N. (2018, December). Counselors' role to improve the resilience broken home students of junior high school. In *2nd International Conference on Education Innovation (ICEI 2018)* (pp. 524-527). Atlantis Press.8
- Siga, W. D., & Pantur, B. (2025). Pendekatan Rehabilitasi Sosial melalui Metode Logotherapeutic Frankl pada Perempuan Usia Produktif dengan HIV/AIDS (ODHIV). *Jurnal Atma Inovasia*, 5(4), 328-335.
- Sutin, A. R., Luchetti, M., Stéphan, Y., Stokes, J. E., & Terracciano, A. (2024). Purpose in life and stress: Momentary associations from a micro-longitudinal study. *Stress and Health*.
- Syam, R., Jamil, N. A. Q., Tahir, F. S. H., & Febriani, P. (2023). Efektifitas Art Therapy Sebagai Metode Terapi Dalam Menurunkan Trauma Inner Child Pada Remaja Broken Home. *Journal of Correctional Issues Volume*, 6(2).
- Viktor Frankl America. (n.d.). *What is logotherapy?* Diakses pada 1 November 2025, dari <https://viktorfranklamerica.com/what-is-logotherapy/>
- Wagnild (2010). *Discovering Your Resilience Core*.
- Willis, Sofyan S. (2009). *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung: Alfabeta.
- Yusri, A. G. (2025). Penerapan Konseling Logoterapi Untuk Mengembangkan Resiliensi Anak Tunagrahita Slb-C Ypplb Makassar.