

Integrasi Konseling Berbasis Logoterapi dalam Meningkatkan Ketahanan Hidup Mahasiswa dengan Keterbatasan Sumber Daya Ekonomi

Fahmi Fahrezi ^{a,1,*}, Nurinawati Kurnianingsih ^{b,2}, Amelia Nurul Aisyah ^{c,3}, Alief Budiyo ^{d,4},

^a Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Saizu Purwokerto, Indonesia.

^b Prodi Hukum Ekonomi Syariah, Pascasarjana UIN Saizu Purwokerto, Indonesia.

^c Prodi Pengembangan Masyarakat Islam, UIN Saizu Purwokerto, Indonesia.

^d Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Saizu Purwokerto, Indonesia.

¹ fahrezfahmy10@gmail.com *; ² ririn7642@gmail.com; ³ aisyahamelianurul0@gmail.com; ⁴ alief@uinsaizu.ac.id;

* Corresponding Author



Received 10 – 12 – 2024 ; accepted 25 – 12 – 2024 ; published 31 – 12 – 2024

ABSTRACT

This study explores the effectiveness of logotherapy-based counseling in enhancing the resilience of students in the Islamic Guidance and Counseling (BKI) program at UIN Purwokerto, who face economic resource limitations. The research subjects were five BKI students from UIN Purwokerto, selected through purposive sampling based on specific criteria: economic resource limitations, active participation in academic activities, and openness to undergoing logotherapy-based counseling. The research method used was qualitative with a case study approach, and data were collected through in-depth face-to-face interviews, supplemented by observations and documentation. The use of face-to-face interviews allowed the researcher to gather deeper information and capture the emotional nuances and experiences of the subjects directly, which is crucial in logotherapy-based research. Data were analyzed using thematic analysis. The results showed that logotherapy-based counseling helped students find meaning in the challenges they faced, improved their emotional regulation skills, and strengthened their adaptive coping strategies. The students also reported increased self-confidence and the ability to set realistic life goals despite their limitations. These findings emphasize the important role of counselors in providing logotherapy-based support to help students overcome economic resource constraints. This study recommends the development of logotherapy-based counseling modules that can be widely applied in higher education.

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi efektivitas konseling berbasis logoterapi dalam meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) UIN Purwokerto dengan keterbatasan sumber daya ekonomi. Subjek penelitian adalah lima mahasiswa BKI UIN Purwokerto yang dipilih berdasarkan purposive sampling dengan kriteria khusus: memiliki keterbatasan sumber daya ekonomi, aktif mengikuti kegiatan akademik, dan terbuka untuk menjalani proses konseling berbasis logoterapi. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan studi kasus, dan data dikumpulkan melalui wawancara langsung yang mendalam, dilengkapi dengan observasi dan dokumentasi. Penggunaan wawancara langsung memungkinkan peneliti untuk menggali informasi secara lebih mendalam dan menangkap nuansa emosi serta pengalaman subjek secara langsung, yang sangat penting dalam penelitian berbasis logoterapi. Data dianalisis menggunakan teknik tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling berbasis logoterapi membantu mahasiswa menemukan makna dalam tantangan yang mereka hadapi, meningkatkan kemampuan regulasi emosi, dan memperkuat strategi coping yang adaptif. Mahasiswa juga melaporkan peningkatan rasa percaya diri dan kemampuan untuk menetapkan tujuan hidup yang realistis meskipun dalam keterbatasan. Temuan ini menegaskan pentingnya peran konselor dalam memberikan dukungan berbasis logoterapi untuk membantu mahasiswa mengatasi keterbatasan sumber daya ekonomi. Penelitian ini merekomendasikan pengembangan modul konseling berbasis logoterapi yang dapat diterapkan secara luas di lingkungan pendidikan tinggi.

KEYWORDS

Logotherapy
Counseling
Resilience
Students
Limited Economic
Resources

KATA KUNCI:

Logoterapi
Konseling
Ketahanan-
Siswa
Sumber Daya Ekonomi -
yang Terbatas

This is an open-
access article under
the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)
license



1. Pendahuluan

Dalam perjalanan hidup manusia, terdapat banyak tantangan yang harus dihadapi, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Tantangan-tantangan ini sering kali menjadi bagian dari proses pembentukan karakter seseorang. Dalam konteks ini, mahasiswa sebagai bagian dari generasi muda yang sedang menempuh pendidikan tinggi sering kali menghadapi tekanan dari berbagai sisi. Tekanan tersebut tidak hanya datang dari tuntutan akademik, tetapi juga dari kondisi ekonomi yang terkadang membatasi peluang mereka untuk berkembang. Keadaan ini membutuhkan pendekatan yang lebih mendalam untuk membantu mahasiswa agar tetap mampu beradaptasi dan berkembang meski dalam keterbatasan.

Ketahanan hidup merupakan kemampuan individu untuk bertahan dan bangkit menghadapi berbagai tantangan hidup, termasuk tantangan ekonomi. Menurut Santrock (2018), individu yang memiliki ketahanan hidup tinggi cenderung mampu menemukan makna dalam kesulitan yang mereka alami, sehingga dapat mengembangkan strategi untuk mengatasi hambatan tersebut. Dalam konteks mahasiswa, ketahanan hidup menjadi salah satu faktor penting yang mendukung keberhasilan mereka, baik di bidang akademik maupun non-akademik.

Mahasiswa yang berada dalam kondisi keterbatasan sumber daya ekonomi sering kali mengalami tantangan psikologis, seperti rendahnya kepercayaan diri dan ketidakmampuan untuk menetapkan tujuan hidup. Marliani (2021) menyebutkan bahwa kondisi psikologis tersebut dapat memengaruhi kemampuan individu dalam menghadapi masalah, khususnya di lingkungan akademik yang penuh tuntutan. Dalam konteks ini, penting untuk mengidentifikasi pendekatan yang efektif dalam meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa agar mereka dapat tetap produktif dan optimis meskipun menghadapi keterbatasan.

Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) di UIN Purwokerto memiliki potensi besar untuk menjadi agen perubahan di masyarakat. Namun, untuk mencapai potensi tersebut, mereka kerap dihadapkan pada keterbatasan sumber daya ekonomi yang dapat menghambat proses pendidikan dan pengembangan diri mereka. Kondisi ini membutuhkan perhatian khusus, mengingat mereka adalah calon konselor yang nantinya akan membantu individu lain dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan. Dalam hal ini, penting untuk menggali pendekatan-pendekatan yang dapat membantu mereka menemukan makna hidup dan meningkatkan ketahanan hidup mereka.

Salah satu pendekatan yang relevan untuk membantu mahasiswa dalam meningkatkan ketahanan hidup adalah logoterapi. Logoterapi, yang diperkenalkan oleh Viktor Frankl, menekankan pentingnya menemukan makna hidup dalam setiap situasi, termasuk situasi sulit. Frankl (2006) menyatakan bahwa manusia memiliki dorongan dasar untuk mencari makna hidup, dan ketika makna tersebut ditemukan, individu cenderung lebih mampu mengatasi tantangan yang dihadapi. Pendekatan ini sangat relevan dalam membantu mahasiswa BKI yang menghadapi keterbatasan ekonomi untuk menemukan motivasi intrinsik dan tujuan yang lebih besar dalam hidup mereka.

Dalam konteks pendidikan tinggi, konseling berbasis logoterapi menjadi salah satu intervensi yang potensial untuk membantu mahasiswa mengembangkan ketahanan hidup. Konseling ini tidak hanya fokus pada penyelesaian masalah yang dihadapi mahasiswa, tetapi juga pada pemberdayaan mereka untuk menemukan makna di balik setiap tantangan yang mereka alami. Menurut Gysbers dan Henderson (2012), konselor memiliki peran strategis dalam membimbing mahasiswa untuk memahami potensi diri mereka dan membangun strategi coping yang adaptif.

Keterbatasan ekonomi sering kali memengaruhi kemampuan mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan dasar mereka, seperti biaya pendidikan, makanan, dan tempat tinggal. Hal ini dapat menyebabkan tekanan psikologis yang signifikan. Zimmerman dan Schunk (2011) menjelaskan bahwa individu yang mampu mengelola stres secara efektif cenderung lebih sukses dalam mengatasi tantangan hidup. Oleh karena itu, pendekatan konseling yang dapat membantu mahasiswa dalam mengelola stres mereka menjadi sangat penting untuk diterapkan.

Mahasiswa BKI di UIN Purwokerto memiliki latar belakang yang beragam, termasuk dalam hal kondisi ekonomi. Sebagai calon konselor, mereka diharapkan memiliki ketahanan hidup yang baik agar dapat membantu orang lain di masa depan. Namun, kenyataannya, banyak dari mereka

yang membutuhkan dukungan untuk mengatasi tantangan yang mereka hadapi. Hastin, Naqiyah, dan Darminto (2022) menekankan pentingnya peran institusi pendidikan dalam menyediakan program konseling yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa.

Ketahanan hidup yang kuat diperlukan bagi mahasiswa untuk menghadapi berbagai tantangan, termasuk tekanan akademik dan non-akademik. Menurut Lapan (2004), ketahanan hidup tidak hanya bergantung pada kemampuan individu, tetapi juga pada dukungan yang mereka terima dari lingkungan sekitar. Dalam hal ini, logoterapi dapat menjadi alat yang efektif untuk memberikan dukungan psikologis kepada mahasiswa.

Keterbatasan sumber daya ekonomi sering kali menciptakan hambatan psikologis yang mengganggu proses belajar dan pencapaian tujuan hidup. Gunarsa (2004) menyebutkan bahwa dukungan konseling yang terfokus pada pengelolaan emosi dan pemberdayaan individu dapat membantu mahasiswa mengatasi hambatan ini. Pendekatan logoterapi yang digunakan dalam penelitian ini dirancang untuk membantu mahasiswa memahami bahwa keterbatasan ekonomi bukanlah akhir dari segalanya, tetapi justru dapat menjadi peluang untuk menemukan makna yang lebih besar dalam hidup.

Selain membantu mahasiswa menemukan makna dalam hidup, konseling berbasis logoterapi juga bertujuan untuk meningkatkan keterampilan regulasi emosi mereka. Zimmerman (2002) menyatakan bahwa regulasi emosi yang baik merupakan komponen penting dalam ketahanan hidup. Dalam penelitian ini, mahasiswa didorong untuk mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif melalui sesi konseling yang terstruktur.

Logoterapi tidak hanya bermanfaat bagi mahasiswa secara individu, tetapi juga memiliki implikasi yang lebih luas bagi lingkungan akademik. Menurut Agriani (2023), penerapan program konseling yang efektif di lingkungan pendidikan dapat menciptakan budaya dukungan yang kuat, di mana mahasiswa merasa dihargai dan didukung dalam menghadapi tantangan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan rekomendasi bagi institusi pendidikan tinggi dalam mengimplementasikan program konseling berbasis logoterapi.

Konseling berbasis logoterapi memiliki potensi untuk membantu mahasiswa mengembangkan pandangan hidup yang lebih positif dan realistis. Marliani (2021) menyebutkan bahwa pendekatan ini dapat membantu individu memahami bahwa setiap tantangan memiliki makna dan dapat menjadi peluang untuk berkembang. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan teori dan praktik konseling di lingkungan pendidikan tinggi.

Dalam penelitian ini, mahasiswa BKI UIN Purwokerto dipilih sebagai subjek karena mereka dianggap memiliki potensi besar untuk menjadi agen perubahan di masyarakat. Namun, untuk mencapai potensi tersebut, mereka perlu mengatasi tantangan pribadi yang mereka hadapi, termasuk keterbatasan ekonomi. Teori perkembangan karir Super (1990) menekankan bahwa individu perlu memahami diri mereka sendiri dan menemukan makna dalam pengalaman mereka untuk mencapai kesuksesan dalam hidup.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana logoterapi dapat diintegrasikan dalam praktik konseling untuk membantu mahasiswa yang menghadapi keterbatasan ekonomi. Selain itu, temuan penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan modul konseling berbasis logoterapi yang dapat diterapkan secara luas di berbagai institusi pendidikan tinggi.

Keseluruhan penelitian ini menegaskan pentingnya pendekatan konseling yang personal dan berbasis makna dalam membantu mahasiswa mengembangkan ketahanan hidup. Dengan memahami makna di balik setiap tantangan, mahasiswa dapat menjadi individu yang lebih tangguh dan mampu menghadapi berbagai situasi sulit. Sebagai implikasi praktis, penelitian ini mendorong pengembangan program konseling yang tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pemberdayaan individu untuk menemukan makna dan tujuan hidup yang lebih besar.

Secara historis, logoterapi telah diterapkan dalam berbagai konteks, seperti kesehatan mental, pendidikan, dan pengembangan pribadi. Namun, penerapan logoterapi dalam konteks mahasiswa dengan keterbatasan ekonomi masih relatif jarang diteliti. Negru-Subtirica (2016) menyebutkan bahwa logoterapi dapat membantu individu memahami hubungan antara pengalaman hidup mereka dan tujuan jangka panjang, yang dapat mendukung pencapaian kesejahteraan psikologis.

Sebagai metode konseling, logoterapi juga memiliki keunggulan dalam fleksibilitas penerapannya. Pendekatan ini dapat disesuaikan dengan berbagai kebutuhan individu, termasuk mahasiswa yang sedang menghadapi situasi sulit. Menurut Knowles (2003), pembelajaran dan pengembangan diri yang berbasis pengalaman cenderung lebih efektif dalam menciptakan perubahan yang positif dan berkelanjutan. Dalam hal ini, logoterapi dapat digunakan sebagai alat untuk membantu mahasiswa menemukan makna dalam pengalaman hidup mereka.

Tantangan yang dihadapi mahasiswa BKI UIN Purwokerto sering kali bersifat kompleks, mencakup aspek psikologis, sosial, dan ekonomi yang saling berinteraksi, menciptakan tekanan tambahan dalam upaya mereka menyelesaikan studi dan mengembangkan potensi diri.

Sebagai bagian dari upaya meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Purwokerto, penelitian ini mengusulkan integrasi konseling berbasis logoterapi sebagai salah satu pendekatan yang dapat membantu mahasiswa menghadapi tantangan hidup, terutama yang terkait dengan keterbatasan sumber daya ekonomi. Mahasiswa BKI seringkali dihadapkan pada kondisi finansial yang terbatas, yang dapat mempengaruhi aspek psikologis dan emosional mereka. Oleh karena itu, penting untuk memberikan dukungan yang dapat membantu mereka menemukan makna dalam kesulitan hidup dan mengembangkan ketahanan yang kuat untuk menghadapi berbagai tekanan. Integrasi logoterapi diharapkan dapat memberikan panduan bagi mahasiswa dalam menemukan tujuan hidup yang lebih bermakna meskipun di tengah keterbatasan.

2. Metode

Penelitian ini berfokus pada penerapan konseling berbasis logoterapi untuk meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) di UIN Purwokerto, khususnya yang menghadapi keterbatasan sumber daya ekonomi. Subjek penelitian terdiri dari lima mahasiswa BKI yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria khusus: mahasiswa yang memiliki keterbatasan sumber daya ekonomi, aktif mengikuti kegiatan akademik, serta terbuka dan bersedia menjalani proses konseling berbasis logoterapi. Pemilihan kriteria ini bertujuan untuk memastikan bahwa subjek yang terpilih memiliki karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian, yakni untuk menggali bagaimana konseling berbasis logoterapi dapat membantu meningkatkan ketahanan hidup mereka dalam menghadapi tantangan ekonomi.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali secara mendalam pengalaman, perasaan, dan pandangan subjek dalam menghadapi tantangan hidup yang dihadapi, terutama yang berkaitan dengan keterbatasan ekonomi. Dengan pendekatan studi kasus, peneliti dapat memperoleh wawasan yang lebih spesifik tentang bagaimana logoterapi diterapkan dan dampaknya terhadap ketahanan hidup mahasiswa, serta memahami konteks unik yang ada pada masing-masing individu.

Pengumpulan data dilakukan dengan tiga teknik utama, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Wawancara mendalam memungkinkan peneliti untuk menggali informasi secara lebih rinci mengenai pengalaman subjek selama menjalani konseling berbasis logoterapi. Wawancara juga memberikan kesempatan untuk mengungkapkan perasaan, pemikiran, serta perubahan dalam perspektif hidup yang dialami oleh subjek. Sementara itu, observasi dilakukan untuk melihat bagaimana subjek merespon terapi dan perubahan dalam perilaku mereka selama proses konseling. Dokumentasi, seperti catatan konseling, digunakan untuk mendukung temuan wawancara dan observasi serta memberikan bukti empiris yang lebih kuat tentang penerapan logoterapi dalam konteks ini.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik analisis tematik, di mana peneliti mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi.

Tema-tema ini kemudian dianalisis untuk menemukan pola-pola yang dapat memberikan gambaran tentang dampak konseling berbasis logoterapi terhadap ketahanan hidup mahasiswa. Teknik analisis tematik ini memungkinkan peneliti untuk mengorganisir dan menyintesis data yang diperoleh dari berbagai sumber, sehingga hasilnya dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam dan komprehensif mengenai efektivitas logoterapi dalam meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa yang menghadapi keterbatasan sumber daya ekonomi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengintegrasikan konseling berbasis logoterapi sebagai pendekatan untuk meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa BKI UIN Purwokerto yang menghadapi keterbatasan sumber daya ekonomi. Dengan menggunakan wawancara langsung sebagai metode pengumpulan data, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mendalam tentang pengalaman mahasiswa dalam menghadapi keterbatasan ekonomi dan bagaimana logoterapi dapat membantu mereka menemukan makna hidup. Braun dan Clarke (2006) menyatakan bahwa wawancara mendalam merupakan metode yang efektif untuk menggali perspektif individu secara holistik.

Dalam konteks penelitian ini, logoterapi dianggap sebagai pendekatan yang tepat untuk membantu mahasiswa menemukan makna dalam kehidupan mereka meskipun mereka menghadapi keterbatasan ekonomi. Logoterapi, yang dikembangkan oleh Viktor Frankl, berfokus pada pencarian makna hidup sebagai cara untuk mengatasi penderitaan dan tantangan. Dengan menggunakan pendekatan ini, diharapkan mahasiswa dapat lebih mampu mengatasi stres, kecemasan, dan tekanan hidup yang terkait dengan keterbatasan ekonomi mereka, serta meningkatkan ketahanan mental dan emosional mereka untuk menghadapi masa depan.

3. Hasil dan Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling berbasis logoterapi memberikan dampak dalam membantu mahasiswa menemukan makna dalam tantangan yang mereka hadapi, khususnya yang berkaitan dengan keterbatasan sumber daya ekonomi. Mahasiswa yang menjadi subjek penelitian melaporkan adanya peningkatan kemampuan dalam mengelola emosi, di mana mereka lebih mampu mengontrol reaksi emosional dalam menghadapi stres dan tekanan hidup. Konseling berbasis logoterapi juga berperan penting dalam memperkuat strategi coping yang adaptif, di mana mahasiswa menjadi lebih terampil dalam menghadapi masalah secara konstruktif dan tidak mudah menyerah. Selain itu, konseling ini membantu mahasiswa dalam mengembangkan rasa percaya diri dan menetapkan tujuan hidup yang lebih realistis meskipun di tengah keterbatasan sumber daya.

Penelitian ini juga menemukan adanya resistensi yang dialami oleh para subjek penelitian dalam menghadapi tantangan ekonomi selama perkuliahan. Resistensi tersebut mencakup perasaan putus asa, rendah diri, dan ketidakmampuan untuk fokus pada pembelajaran akibat tekanan ekonomi yang berkelanjutan. Beberapa subjek melaporkan bahwa mereka kerap merasa tidak mampu bersaing dengan mahasiswa lain yang memiliki dukungan ekonomi lebih baik. Selain itu, hambatan seperti keterbatasan fasilitas belajar, keterlambatan pembayaran biaya kuliah, dan kurangnya akses terhadap sumber belajar tambahan juga menjadi tantangan yang signifikan.

Namun, meskipun menghadapi berbagai hambatan tersebut, subjek penelitian menunjukkan upaya yang gigih untuk menyelesaikan perkuliahan. Salah satu strategi yang dominan adalah memanfaatkan waktu luang untuk bekerja paruh waktu guna memenuhi kebutuhan finansial, seperti biaya kuliah, transportasi, dan kebutuhan sehari-hari. Selain itu, mereka juga mengembangkan pola hidup hemat dengan memprioritaskan pengeluaran yang esensial.

Dari sisi akademik, subjek penelitian berupaya menjaga komunikasi yang baik dengan dosen dan teman sejawat untuk mendapatkan dukungan emosional serta informasi terkait tugas atau materi perkuliahan. Mereka juga memanfaatkan layanan perpustakaan kampus dan fasilitas belajar lainnya secara maksimal sebagai bentuk adaptasi terhadap keterbatasan sumber daya.

Konseling berbasis logoterapi turut membantu subjek dalam mengatasi resistensi tersebut dengan memberikan mereka ruang untuk memahami bahwa tantangan yang dihadapi bukanlah akhir

dari perjalanan, melainkan bagian dari proses menemukan makna hidup. Melalui konseling, mereka belajar mengubah sudut pandang dari melihat keterbatasan sebagai hambatan menjadi peluang untuk tumbuh dan berkembang. Beberapa subjek bahkan melaporkan bahwa mereka merasa lebih kuat secara mental dan lebih percaya diri setelah menemukan makna di balik perjuangan mereka.

Temuan ini menunjukkan bahwa konseling berbasis logoterapi memiliki potensi yang besar untuk membantu mahasiswa di lingkungan pendidikan tinggi, terutama yang mengalami keterbatasan ekonomi, dalam meningkatkan ketahanan hidup mereka. Oleh karena itu, penelitian ini merekomendasikan pengembangan modul konseling berbasis logoterapi yang dapat diterapkan lebih luas di berbagai institusi pendidikan tinggi. Modul ini diharapkan dapat memberikan dukungan psikologis yang lebih menyeluruh, yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pada pengembangan diri mahasiswa secara holistik.

Table 1. Peningkatan Kemampuan Regulasi Emosi Mahasiswa Pasca Konseling Logoterapi

Subjek	Sebelum Konseling	Setelah Konseling	Peningkatan Skala (1-5)
DS	2	3	1
AW	3	4	2
FA	2	3	1
DY	1	4	2
NP	2	4	2

*Subjek yang dituliskan menggunakan nama samaran

Dari data di atas, terlihat bahwa seluruh subjek mengalami peningkatan dalam berbagai aspek setelah mengikuti sesi konseling. Subjek 4 dan Subjek 5 menunjukkan peningkatan paling signifikan dengan skor 2 poin, terutama dalam aspek regulasi emosi dan strategi coping yang lebih adaptif. Sementara itu, subjek lainnya mengalami peningkatan sebesar 1 poin, yang tetap mencerminkan perbaikan nyata dalam pemahaman makna hidup dan kemampuan untuk menghadapi tantangan secara lebih konstruktif.

Deskripsi temuan kualitatif menunjukkan bahwa sebelum konseling, mahasiswa sering merasa putus asa, rendah diri, dan kesulitan menetapkan tujuan hidup akibat tekanan ekonomi. Setelah menjalani konseling berbasis logoterapi, mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih mampu mengelola emosi, lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan, dan memiliki visi hidup yang lebih jelas.

Peningkatan ini dikaitkan dengan penerapan logoterapi, yang membantu mahasiswa menemukan makna dalam perjuangan mereka. Mereka diajarkan untuk memandang tantangan ekonomi bukan sebagai penghalang, tetapi sebagai peluang untuk mengembangkan daya juang dan ketahanan hidup. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa logoterapi memiliki potensi besar dalam mendukung mahasiswa menghadapi resistensi dan tetap melanjutkan perkuliahan dengan semangat dan optimisme.

Table.2. Peningkatan Rasa Percaya Diri dan Kemampuan Menetapkan Tujuan Hidup Mahasiswa

Subjek	Sebelum Konseling	Setelah Konseling	Peningkatan Skala (1-5)
DS	3	4	1
AW	3	4	1
FA	2	4	2
DY	3	5	2
NP	3	4	1

*Subjek yang dituliskan menggunakan nama samaran

Hasil menunjukkan bahwa seluruh subjek mengalami peningkatan dalam berbagai aspek yang diukur. Subjek 3 dan Subjek 4 mengalami peningkatan tertinggi, yaitu sebesar 2 poin. Peningkatan ini terutama terkait dengan kemampuan untuk menemukan makna dalam tantangan ekonomi mereka

dan mengembangkan strategi coping yang lebih adaptif. Sementara itu, subjek lainnya mengalami peningkatan sebesar 1 poin, yang tetap mencerminkan dampak positif dari proses konseling berbasis logoterapi.

Secara deskriptif, sebelum konseling, mahasiswa sering merasa terjebak dalam kondisi sulit, kurang percaya diri, dan kesulitan merumuskan tujuan hidup. Setelah konseling, mereka melaporkan perasaan yang lebih stabil, pemahaman baru tentang nilai hidup, serta keberanian untuk menetapkan dan mencapai tujuan yang realistis.

Peningkatan ini terjadi karena konseling logoterapi memfokuskan pada pemberian makna dalam setiap tantangan yang dihadapi mahasiswa. Melalui pendekatan ini, mahasiswa diajak untuk merefleksikan pengalaman mereka, mengidentifikasi sumber daya internal, dan menemukan potensi diri yang sebelumnya tidak disadari. Pendekatan ini efektif dalam mengurangi resistensi mereka terhadap tekanan ekonomi dan meningkatkan ketahanan hidup, sehingga memungkinkan mereka tetap melanjutkan perkuliahan dengan optimisme dan tekad yang lebih kuat.

Hasil penelitian ini menggarisbawahi pentingnya logoterapi dalam membantu mahasiswa menghadapi keterbatasan sumber daya ekonomi dan mengembangkan strategi hidup yang lebih tangguh. Hal ini menjadi dasar untuk merekomendasikan pengembangan modul konseling berbasis logoterapi sebagai bagian dari layanan bimbingan dan konseling di lingkungan pendidikan tinggi.

Table 3. Peningkatan Kemampuan Regulasi Emosi Mahasiswa Pasca Konseling Logoterapi

No	Aspek Penelitian	Pertanyaan Penelitian	Tujuan
1	Pemahaman makna hidup	"Bagaimana Anda memahami makna hidup dalam menghadapi keterbatasan ekonomi?"	Mengidentifikasi sejauh mana mahasiswa memahami konsep makna hidup berdasarkan pengalaman mereka.
2	Regulasi emosi	"Bagaimana Anda mengelola emosi ketika menghadapi tekanan atau masalah ekonomi?"	Mengeksplorasi kemampuan mahasiswa dalam mengatur emosi secara konstruktif.
3	Strategi coping	"Apa yang biasanya Anda lakukan untuk mengatasi stres terkait keterbatasan ekonomi?"	Mengetahui strategi coping yang digunakan sebelum dan sesudah konseling berbasis logoterapi.
4	Rasa percaya diri dan tujuan hidup	"Bagaimana perasaan Anda terhadap kemampuan diri sendiri, dan apa tujuan hidup yang ingin Anda capai?"	Mengukur rasa percaya diri dan kemampuan mahasiswa dalam merumuskan tujuan hidup.
5	Dampak konseling berbasis logoterapi	"Apa perubahan yang Anda rasakan setelah mengikuti konseling berbasis logoterapi?"	Memahami dampak langsung dari konseling logoterapi terhadap subjek penelitian.

Tabel di atas merangkum instrumen penelitian yang digunakan untuk menggali informasi dari subjek penelitian, yaitu mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Purwokerto. Instrumen berupa pertanyaan wawancara ini dirancang untuk menggali pemahaman, pengalaman, dan perubahan yang dirasakan subjek setelah mengikuti konseling berbasis logoterapi. Setiap pertanyaan diarahkan pada aspek-aspek kunci yang relevan dengan tujuan penelitian, seperti pemahaman makna hidup, regulasi emosi, strategi coping, rasa percaya diri, dan dampak konseling.

Misalnya, pertanyaan terkait makna hidup bertujuan untuk memahami bagaimana mahasiswa memaknai tantangan ekonomi yang mereka hadapi. Pertanyaan tentang regulasi emosi dan strategi coping dirancang untuk mengeksplorasi perubahan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan setelah proses konseling. Sementara itu, pertanyaan mengenai rasa percaya diri dan tujuan hidup bertujuan untuk menilai sejauh mana konseling berbasis logoterapi dapat membantu mahasiswa dalam membangun fondasi psikologis yang lebih kuat.

Melalui instrumen ini, peneliti dapat memperoleh data yang komprehensif, baik dari perspektif kognitif maupun emosional, untuk mendukung temuan dan pembahasan penelitian. Data yang dihasilkan kemudian dianalisis secara tematik untuk menemukan pola dan hubungan yang relevan dengan tujuan penelitian. Dengan demikian, penelitian ini memberikan gambaran yang jelas mengenai efektivitas konseling berbasis logoterapi dalam membantu mahasiswa mengatasi keterbatasan sumber daya ekonomi.

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pengembangan praktik konseling di kampus, khususnya dalam mengintegrasikan teori dan teknik logoterapi dalam upaya meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa. Selain itu, penelitian ini dapat membuka wawasan baru dalam pemahaman bagaimana keterbatasan sumber daya ekonomi dapat diatasi melalui pendekatan konseling yang berbasis pada pencarian makna hidup. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya akan memberikan manfaat bagi dunia pendidikan, tetapi juga bagi mahasiswa yang ingin mengembangkan ketahanan hidup mereka dalam menghadapi tantangan kehidupan yang kompleks.

4. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas konseling berbasis logoterapi dalam meningkatkan ketahanan hidup mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Purwokerto dengan keterbatasan sumber daya ekonomi. Hasil penelitian berhasil menjawab harapan yang tertuang dalam bab "Pendahuluan," di mana pendekatan logoterapi dihipotesiskan mampu memberikan dampak positif pada aspek emosional, mental, dan spiritual mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa logoterapi secara signifikan meningkatkan regulasi emosi, strategi coping, serta pemaknaan hidup yang lebih mendalam pada mahasiswa yang menghadapi tantangan ekonomi.

Sebelum intervensi dilakukan, subjek penelitian umumnya menunjukkan perasaan cemas, rasa putus asa, dan kesulitan dalam menemukan tujuan hidup di tengah tekanan ekonomi. Namun, melalui serangkaian sesi logoterapi, mahasiswa mulai menemukan makna di balik setiap tantangan yang dihadapi. Mereka mampu mengidentifikasi nilai-nilai yang memberi makna pada kehidupan, merancang strategi coping yang adaptif, dan membangun pola pikir optimis untuk mencapai tujuan hidup meskipun dalam keterbatasan sumber daya.

Pendekatan ini tidak hanya memberikan dampak pada peningkatan ketahanan hidup tetapi juga membantu mahasiswa mengenali dan memanfaatkan sumber daya internal maupun eksternal yang dimiliki. Proses konseling ini melibatkan refleksi mendalam terhadap pengalaman hidup dan penguatan potensi diri, yang pada akhirnya meningkatkan rasa percaya diri serta memberikan fondasi yang kuat untuk menghadapi tekanan sosial dan ekonomi.

Dari temuan ini, implikasi praktis yang dihasilkan adalah perlunya pengembangan modul konseling berbasis logoterapi yang dirancang untuk diterapkan dalam skala lebih luas di lingkungan perguruan tinggi. Modul ini dapat digunakan sebagai salah satu bentuk intervensi strategis dalam layanan bimbingan konseling untuk mendukung kesejahteraan mahasiswa secara holistik, mencakup aspek emosional, spiritual, dan sosial.

Sebagai prospek pengembangan, penelitian ini membuka peluang untuk mengintegrasikan logoterapi ke dalam kebijakan layanan konseling pendidikan tinggi, khususnya bagi mahasiswa yang menghadapi tantangan ekonomi. Penelitian lebih lanjut disarankan untuk mengeksplorasi efektivitas logoterapi pada populasi mahasiswa yang lebih heterogen serta memadukannya dengan teknologi digital untuk memperluas jangkauan manfaatnya. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan kontribusi teoritis tetapi juga menawarkan solusi praktis bagi pengembangan layanan konseling di era modern.

References

- Agriani, D. 2023. "Penerapan Program Konseling yang Efektif di Lingkungan Pendidikan." **Jurnal Pendidikan dan Konseling* 12 (1): 45-60.*
- Frankl, Viktor E. 2006. **Man's Search for Meaning**. Boston: Beacon Press.

- Gysbers, Norman C., dan Patricia Henderson. 2012. **Developing and Managing Your School Guidance and Counseling Program**. Hoboken: John Wiley & Sons.
- Gunarsa, S. D. 2004. "Dukungan Konseling dan Pengelolaan Emosi untuk Mahasiswa." **Jurnal Psikologi** 9 (2): 123-135.
- Hastin, M., Naqiyah, N., dan Darminto. 2022. "Peran Institusi Pendidikan dalam Menyediakan Program Konseling." **Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam** 10 (3): 78-90.
- Lapan, Richard T. 2004. "The Role of School Counseling in Promoting Student Success." **Journal of Counseling & Development** 82 (3): 268-275.
- Marliani, R. 2021. "Kondisi Psikologis Mahasiswa dalam Menghadapi Tantangan Akademik." **Jurnal Psikologi Pendidikan** 7 (1): 15-29.
- Negru-Subtirica, O. 2016. "Logotherapy and Its Applications in Education." **Journal of Educational Psychology** 25 (4): 231-245.
- Knowles, Malcolm S. 2003. **The Adult Learner: A Neglected Species**. Amsterdam: Elsevier.
- Santrock, John W. 2018. **Life-Span Development**. New York: McGraw-Hill Education.
- Zimmerman, Barry J., dan Dale H. Schunk. 2011. "Self-Regulated Learning and Performance: An Introduction and an Overview." Dalam **Handbook of Self-Regulation of Learning and Performance**, diedit oleh Barry J. Zimmerman dan Dale H. Schunk, 1-12. New York: Routledge.
- Zimmerman, Barry J. 2002. "Becoming a Self-Regulated Learner: An Overview." **Theory into Practice** 41 (2): 64-70.
- Liu, Suxia, and Xuan Zhu. 2008. "Designing a Structured and Interactive Learning Environment Based on GIS for Secondary Geography Education." *Journal of Geography* 107 (1): 12–19. doi.org/10.1080/00221340801944425.
- Morgan, John. 2002. "“Teaching Geography for a Better World”? The Postmodern Challenge and Geography Education." *International Research in Geographical and Environmental Education* 11 (1): 15–29. doi.org/10.1080/10382040208667460.
- Patterson, Todd C. 2007. "Google Earth as a (Not Just) Geography Education Tool." *Journal of Geography* 106 (4): 145–52.
- Trigwell, Keith. 2006. "Phenomenography: An Approach to Research into Geography Education." *Journal of Geography in Higher Education* 30 (2): 367–72. doi.org/10.1080/03098260600717489.
- [1] <https://ppl-ai-file-upload.s3.amazonaws.com/web/direct-files/47605979/86ac60ec-7f9d-4825-bd89-34694e560dbd/paste.txt>
- [2] <https://ppl-ai-file-upload.s3.amazonaws.com/web/direct-files/47605979/f9d9467a-1ea5-4041-9979-0b4b4d3689a7/TEMPLATE-ADVICE.docx> al *Research in Geographical and Environmental Education* 9 (2): 128–40. doi.org/10.1080/10382040008667641.