

Model Integratif Logoterapi dan Psikoterapi Islam: Rekonstruksi *Will to Meaning* sebagai *Will to Worship and Serve Allah*

¹Imam Zulkhairi, ²Khairunnas Rajab

Magister Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

ARTICLE INFO

Received 05 June 2026
Revised 10 June 2026
Accepted 13 June 2026
Available online 16 June 2026

Keywords

Logotherapy, Will to Meaning, Islamic Psychotherapy, Meaning in Life, Spirituality.



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.
Copyright © 2025 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRACT

The phenomenon of a crisis of meaning in life has become an increasingly prominent psychological issue in modern society, marked by rising existential emptiness, depression, and hopelessness. Viktor E. Frankl, through logotherapy, emphasized that the primary human motivation is the will to meaning, namely the fundamental drive to find meaning in life. This article aims to analyze the concept of the will to meaning within logotherapy and reconstruct it from the perspective of Islamic psychotherapy. The study employs a literature review method by examining relevant books and scholarly journal articles on logotherapy, meaning in life, and Islamic psychology. The findings reveal points of convergence between logotherapy and Islam in their recognition of the spiritual (noetic) dimension, the freedom to choose one's attitude, and the possibility of finding meaning in suffering. However, a fundamental difference lies in the source of meaning: logotherapy is existential and individual in nature, whereas Islam is grounded in divine revelation and tawhid, with the ultimate orientation toward seeking Allah's pleasure. Within the Islamic framework, the concept of the will to meaning is reconstructed as the will to worship and serve Allah, where the highest

meaning is devotion and submission to Him. Practically, logotherapeutic techniques such as dereflection, paradoxical intention, and Socratic dialogue can be integrated with the concepts of tazkiyatun nafs, tawakal, and muhasabah in Islamic counseling. This integration produces a psychotherapeutic model that is not only clinically effective in enhancing resilience and mental health, but also theologically authentic for Muslim clients. Thus, the synthesis of logotherapy and Islamic teachings contributes to strengthening a contemporary Islamic psychotherapy framework grounded in meaning and tawhid.

ABSTRAK

Fenomena krisis makna hidup menjadi persoalan psikologis yang semakin menonjol dalam masyarakat modern, ditandai oleh meningkatnya kehampaan eksistensial, depresi, dan keputusasaan. Viktor E. Frankl melalui logoterapi menegaskan bahwa motivasi utama manusia adalah will to meaning, yakni dorongan fundamental untuk menemukan makna hidup. Artikel ini bertujuan menganalisis konsep will to meaning dalam logoterapi serta merekonstruksinya dalam perspektif psikoterapi Islam. Penelitian menggunakan metode literature review dengan menelaah buku dan jurnal ilmiah terkait logoterapi, makna hidup, dan psikologi Islam. Hasil kajian menunjukkan adanya titik temu antara logoterapi dan Islam pada pengakuan dimensi spiritual (noetik), kebebasan memilih sikap, serta makna dalam penderitaan. Namun, perbedaan mendasar terletak pada sumber makna: logoterapi bersifat eksistensial-individual, sedangkan Islam berlandaskan wahyu dan tauhid dengan orientasi akhir pada ridha Allah. Konsep will to meaning dalam Islam direkonstruksi menjadi will to worship and serve Allah, di mana makna tertinggi adalah ibadah dan pengabdian kepada-Nya. Implikasi praktis menunjukkan bahwa teknik logoterapi seperti dereflection, paradoxical intention, dan Socratic dialogue dapat diintegrasikan dengan konsep tazkiyatun nafs, tawakal, dan muhasabah dalam konseling Islam. Integrasi ini menghasilkan model psikoterapi yang tidak hanya efektif secara klinis dalam meningkatkan resiliensi dan kesehatan mental, tetapi juga autentik secara teologis bagi klien Muslim. Dengan demikian, sintesis logoterapi dan ajaran Islam berkontribusi pada penguatan kerangka psikoterapi Islam kontemporer yang berbasis makna dan tauhid.

INTRODUCTION

Fenomena krisis makna hidup menjadi salah satu persoalan psikologis yang semakin menonjol dalam masyarakat modern. Perkembangan teknologi, perubahan sosial yang cepat, serta tekanan hidup yang tinggi seringkali menimbulkan perasaan hampa, kehilangan arah hidup,

*Corresponding Author

Email: tongaimam.psikologi@gmail.com, 2khairunnasrajab@gmail.com

dan keterasingan eksistensial pada individu. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis, tetapi juga meningkatkan kerentanan terhadap gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan keputusasaan (Wong, 2012; Batthyany & Russo-Netzer, 2014). Penelitian dalam psikologi makna menunjukkan bahwa rendahnya sense of meaning berkorelasi signifikan dengan meningkatnya depresi, kecemasan, dan ide bunuh diri (Steger et al., 2018; Schnell, 2021). Krisis ini menunjukkan bahwa manusia tidak hanya membutuhkan kesejahteraan material, tetapi juga orientasi makna yang mendalam.

Problematika eksistensial seperti kehampaan hidup, depresi eksistensial, hingga bunuh diri telah menjadi perhatian serius dalam literatur psikologi dan kesehatan mental global. Organisasi seperti World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa gangguan depresi merupakan salah satu penyebab utama disabilitas di dunia. Dalam konteks eksistensial, depresi sering kali bukan hanya gangguan afektif, tetapi juga refleksi dari kehilangan makna dan tujuan hidup. Studi dalam *The Oxford Handbook of Meaning in Life* menegaskan bahwa kebermaknaan hidup berfungsi sebagai faktor protektif terhadap hopelessness dan suicidal ideation (Steger et al., 2018). Dalam sejarah psikologi humanistik, makna hidup dipandang sebagai aspek sentral perkembangan manusia. Tokoh-tokoh seperti Abraham Maslow dan Carl Rogers menekankan aktualisasi diri, kebebasan, dan pertumbuhan personal sebagai inti kesehatan psikologis. Namun, pendekatan humanistik klasik lebih banyak menekankan potensi diri daripada dimensi transendensi secara eksplisit. Di sinilah kebutuhan akan pendekatan yang secara langsung menempatkan makna sebagai motivasi fundamental menjadi penting.

Persoalan krisis makna hidup dijelaskan melalui konsep *will to meaning*, yaitu dorongan dasar manusia untuk menemukan makna dalam kehidupannya. Konsep ini menjadi inti dari pendekatan logoterapi yang dikembangkan oleh Viktor E. Frankl, yang menegaskan bahwa manusia dapat bertahan dalam situasi penderitaan selama ia mampu menemukan makna di balik pengalaman hidupnya. Ketika dorongan ini terhambat, muncullah kehampaan eksistensial yang dapat berkembang menjadi neurosis noogenik, yaitu gangguan yang bersumber dari konflik makna, bukan konflik instingtual (Schulenberg, 2016). Dengan demikian, pemulihan psikologis bukan hanya persoalan regulasi emosi atau restrukturisasi kognitif, tetapi juga rekonstruksi makna hidup yang autentik.

Teori logoterapi yang dikembangkan oleh Viktor E. Frankl ini hadir sebagai respons terhadap krisis makna tersebut. Berangkat dari pengalaman Frankl sebagai penyintas kamp konsentrasi, ia merumuskan logoterapi sebagai “terapi makna” yang berfokus pada dimensi noetik (spiritual) manusia. Berbeda dari psikoanalisis yang berorientasi pada *will to pleasure* atau psikologi individual Adler yang menekankan *will to power*, logoterapi menegaskan bahwa motivasi terdalam manusia adalah pencarian makna (Frankl, 2006; Batthyany, 2016). Sejumlah penelitian kontemporer menunjukkan bahwa individu yang memiliki makna hidup yang jelas cenderung memiliki tingkat resiliensi psikologis yang lebih tinggi (Batthyany & Russo-Netzer, 2014; Rahman & Farid, 2021). Selain itu, studi terbaru menunjukkan bahwa logoterapi mampu meningkatkan harga diri dan ketahanan psikologis pada berbagai populasi rentan (Arinda & Huda, 2025; Abdelgalil, 2025). Hal ini mengindikasikan bahwa pendekatan berbasis makna tidak hanya relevan secara teoritis, tetapi juga memiliki implikasi praktis dalam intervensi psikologis kontemporer.

Meskipun logoterapi memberikan kontribusi penting dalam pengembangan intervensi psikoterapi berbasis makna, pendekatan ini berkembang dalam konteks budaya Barat yang cenderung sekuler. Dimensi spiritual dan religius klien, khususnya dalam konteks masyarakat Muslim, belum sepenuhnya terakomodasi secara komprehensif. Padahal, bagi individu Muslim,

makna hidup tidak dapat dipisahkan dari keyakinan terhadap Allah SWT dan tujuan penciptaan manusia (Rahman & Asy-Syaukani, 2018).

Dalam perspektif Islam, pencarian makna bukanlah konsep asing. Islam memandang manusia sebagai makhluk yang diciptakan dengan fitrah, kecenderungan alami untuk mengenal dan menyembah Allah. Al-Qur'an secara tegas menyatakan bahwa manusia diciptakan untuk beribadah kepada Allah Swt (QS. Adz-Dzariyat: 56), sehingga makna hidup dalam Islam bersifat teosentris. Konsep ini selaras dengan gagasan bahwa manusia memiliki dimensi spiritual yang tidak dapat direduksi menjadi aspek biologis atau psikologis semata (Rothman, 2021). Dengan demikian, Islam menyediakan kerangka makna yang bersumber dari wahyu dan tauhid.

Islam memandang manusia sebagai makhluk spiritual-psikologis yang memiliki tujuan eksistensial yang jelas, yakni beribadah kepada Allah SWT dan menjalankan peran sebagai khalifah di muka bumi. Konsep ini menegaskan bahwa pencarian makna hidup dalam Islam tidak semata-mata bersifat subjektif, tetapi terikat pada nilai tauhid, moralitas, dan tanggung jawab sosial (Saeed, 2018; Nasution, 2017). Dalam realitas kehidupan, penderitaan dan kehilangan merupakan pengalaman yang tidak terpisahkan dari perjalanan hidup manusia. Perspektif Islam memandang penderitaan sebagai ujian (ibtilā') sekaligus sarana peningkatan kualitas keimanan dan kedewasaan psikologis individu. Individu yang mampu memaknai penderitaan secara spiritual cenderung memiliki daya lenting yang lebih kuat (Mahmood & Zulkefli, 2022).

Seiring berkembangnya kajian psikologi kontemporer, muncul upaya integrasi antara pendekatan psikoterapi Barat dengan nilai-nilai spiritual Islam melalui pengembangan psikoterapi Islam. Pendekatan ini menekankan transformasi psikospiritual sebagai bagian dari proses penyembuhan (Al-Rukban, 2019; Farooq & Abdullah, 2020). Studi dalam *Journal of Religion and Health* menegaskan bahwa religiositas dan spiritual coping berkontribusi positif terhadap kesejahteraan psikologis dan resiliensi (Coyle & Rothman, 2018). Dalam konteks masyarakat Muslim, pendekatan psikoterapi yang tidak mempertimbangkan nilai tauhid dan ibadah berpotensi kurang komprehensif karena mengabaikan dimensi spiritual sebagai pusat identitas. Logoterapi memiliki potensi besar untuk diintegrasikan ke dalam psikoterapi Islam. Konsep *will to meaning* dapat diperkaya dengan nilai-nilai Islam seperti niat (niyyah), sabar, dan tawakal sehingga proses pencarian makna hidup tidak hanya berorientasi pada eksistensi personal tetapi juga orientasi transendental (Kamal & Hassan, 2021).

Berdasarkan uraian tersebut, kajian logoterapi dalam perspektif psikoterapi Islam menjadi relevan dan mendesak. Logoterapi menawarkan metodologi ilmiah untuk mengeksplorasi makna hidup, sementara Islam menyediakan fondasi nilai dan orientasi transenden yang jelas. Integrasi keduanya berpotensi menghasilkan model psikoterapi yang tidak hanya efektif secara klinis, tetapi juga autentik secara teologis bagi klien Muslim. Dengan demikian, penelitian dan pengembangan konseptual dalam bidang ini menjadi kontribusi penting bagi penguatan psikoterapi Islam kontemporer.

RESEARCH METHOD

Artikel ini ditulis menggunakan metode penelitian kepustakaan atau literature review. Penulis mengumpulkan informasi dan data melalui berbagai sumber literatur yang relevan, termasuk artikel, jurnal dan buku. Data yang didapat dari literatur selanjutnya dianalisis dan bertujuan mengetahui makna *will to meaning* dalam perspektif ajaran Islam serta integrasi dan implikasi logoterapi dalam psikoterapi Islam.

RESULT AND DISCUSSION

Konsep Dasar Logoterapi

Viktor Emile Frankl seorang psikoterapis dan psikiater Austria yang lahir pada tanggal 26 Maret 1905 (Utomo & Hubertus, 2024). Frankl muda sudah mulai tertarik dengan ilmu Psikologi. Tokoh yang mempengaruhi pemikiran Frankl adalah Sigmund Freud dan Alfred Adler. Frankl awalnya tertarik dengan pemikiran Freud mengenai Aliran Psikoanalisis, namun hal tersebut terhenti karena Frankl tidak menyetujui teori asas-asas psikoanalisis yang dianggap beorientasi dengan unsur psikoseksual. Akhirnya Frankl bergabung bersama Alferd Alder yang telah mengembangkan aliran Freud dengan alirannya sendiri yaitu Psikologi Individual. Hubungan antar Frankl dan Adler awalnya berjalan baik, tapi mulai renggang karena Frankl mulai cenderung kepada Fenomenologi dan Eksistensialisme (Bastarman, 2007). Akhirnya, pada akhir tahun 1920 saat masih menjadi mahasiswa, Frankl berhasil mengurungkan niat seorang siswa untuk bunuh diri dengan nasehatnya. Karena hal tersebut, Frankl diamanahi untuk memimpin departemen pencegahan bunuh diri di Rumah Sakit Umum di Wina (Utomo & Hubertus, 2024). Tepatnya pada tahun 1929, sebelum Perang Dunia II dimulai, Frankl menjadi dokter muda pendiri “Pusat Bimbingan Remaja” (Bastarman, 2007). Kemudian sekitar tahun 1997 Frankl berpulang dengan tenang di usianya yang ke-92 tahun (Bushkin et al., 2021).

Frankl menikah dengan Tilly Grosser pada tahun 1942. September 1942, bersama keluarganya, Frankl ditangkap dan dikirim ke kamp konsentrasi Nazi. Puluhan ribu orang tewas di kamp konsentrasi ini karena mereka menderita kekejaman, kekurangan gizi, dan penyakit. Ayah, ibu, saudara laki-laki, bahkan istrinya meninggal di kamp konsentrasi tersebut. Saat berada di kamp konsentrasi, Frankl ditunjuk sebagai kepala bagian neurologis rumah sakit untuk orang Yahudi di Wina selama pendudukan Nazi, yaitu Rumah Sakit Rothschild. Ia sering dengan sengaja membuat diagnosis palsu terhadap pasiennya untuk menentang kebijakan Nazi yang berusaha melakukan euthanasia bagi pasein yang menderita gangguan jiwa. Di kamp konsentrasi inilah Frankl mengamati berbagai perilaku manusia, salah pemikiran yang terkenal adalah tentang Swine dan Saint Frankl melihat sekelompok tahanan yang bertingkah laku seperti swine (babi).

Pada tahun 1945 saat Perang Dunia II berakhir, Frankl dibebaskan dari tahanan Nazi setelah menempati dan melewati empat kamp konsentrasi Nazi (Auschwitz, Maidanek, Dachau dan Treblinka). Setelah dibebaskan, Frankl diangkat sebagai Kepala Neurologi Rumah Sakit Poliklinik Wina. Di sana, Frankl bertemu dengan istri keduanya, Elly Schwindt, dan menikah ditahun 1947. Setelah menata kehidupan yang baru, Frankl bersama istrinya bersama-sama mengajarkan pemikiran dan filsafat Logoterapi. Pandangan dan Kontribusi Frankl terhadap dunia psikologi pada temuannya telah diakui oleh berbagai lembaga besar di seluruh dunia (Bushkin et al., 2021).

Logoterapi merupakan salah satu corak psikoterapi yang mengakui adanya dimensi ragawi, kejiwaan dan spiritual yang menjadikan makna hidup sebagai term sentralnya dan dikelompokkan ke dalam aliran psikologi eksistensial atau psikologi humanistik. Adapun makna spiritual dalam logoterapi tidak bermakna dengan supranatural atau metafisika, ia berhubungan dengan aspirasi manusia untuk tampil bermakna (Arroisi & Mukharom, 2021). Viktor Frankl memperkenalkan logoterapi menjadi kajian fenomena dalam dunia psikologi yang membahas mengenai kebermaknaan hidup (Arroisi & Mukharom, 2021).

Logoterapi diambil dari kata “Logos” yang dalam bahasa Yunani berarti makna (meaning) dan juga rohani (spirituality), sedangkan “Therapi” adalah penyembuhan atau pengobatan. Logoterapi secara umum diartikan sebagai jenis ilmu psikologi yang mengakui adanya dimensi kerohanian pada manusia disamping dimensi ragawi dan kejiwaan (Fatimah, 2025). Menurut Frankl logoterapi merupakan aliran psikoterapi yang berasal dari pengalaman hidup dan perenungan yang cukup panjang dan sangat dipengaruhi oleh pola didik spiritual semasa kecil

hingga dewasa (Frankl, V.E., 1969). Teori yang mendasari konsep logoterapi tersebut yaitu eksistensialisme yang merupakan sebuah teknik psikoterapi ekstensial untuk mengungkapkan keberadaan makna dasar dalam kehidupan manusia sehari-hari untuk mencapai kehidupan yang lebih baik menggunakan stoicisisme yaitu sikap sabar, tabah dan tenang. Sikap tersebut harus dimiliki dalam diri manusia sehingga mampu untuk menunjukkan keteguhan hati dan memposisikan diri dengan kebermaknaan hidup dalam segala kondisi (Tomy, A., 2014).

Sistem dan metode yang berlandaskan pada filsafat manusia mampu mengembalikan kebebasan manusia. Menjadikan landasan logoterapi dalam memandang eksistensi manusia. Bahwa manusia adalah makhluk bebas yang berusaha merubah kehidupannya berdasarkan keinginannya demi mewujudkan makna hidup yang dimilikinya untuk menjadi kenyataan. Makna hidup merupakan hal sangat penting dan berharga karena terkait dengan alasan dan tujuan dari kehidupan itu sendiri. Makna hidup bersifat objektif, berada di luar manusia dan menantang untuk meraihnya. Manusia menurut logoterapi memiliki kebebasan menentukan sikap dan kondisi psikologisnya, karena merupakan kesatuan utuh dimensi ragawi, kejiwaan dan spiritual (Frankl, 1969).

Will to Meaning dalam Logoterapi

Menurut Victor Frankl terdapat tiga konsep eksistensi manusia yang ditandai dengan rohani (spirituality), kebebasan (freedom) dan tanggungjawab (responsibility). Sementara itu, terdapat pula tiga asas-asas penting logoterapi sebagai landasan filosofis yaitu The Freedom of will, The Will to meaning, dan The Meaning of life (Arroisi & Mukharom, 2021). kebebasan berkeinginan (the freedom of will), yang artinya setiap manusia bebas untuk menentukan pilihan dan berpotensi untuk mampu menentukan nasibnya sendiri dengan batasan kebebasan itu sendiri. kemudian, keinginan akan makna hidup (the will to meaning), yaitu setiap manusia memiliki hasrat akan makna hidup sehingga upaya mencari makna hidup menjadi motivator utama hidupnya. Makna dan nilai menurut Frankl berada di luar diri manusia dan dengan kebebasan manusialah yang menentukannya. Makna hidup adalah hal yang harus dicapai bukan hanya sekedar motivator. Selanjutnya, makna hidup (the meaning of life), menurut Frankl makna hidup adalah sebuah makna tersendiri dalam situasi yang konkrit. Sebuah kesadaran akan adanya suatu kemungkinan yang dilatarbelakangi oleh realitas dalam kalimat yang sederhana. Manusia bertanggungjawab untuk mewujudkan berbagai potensi makna hidup yang sebenarnya, karena harus ditemukan di dunia dan bukan di dalam batin atau jiwa manusia (Arroisi & Mukharom, 2021).

Makna hidup menurut Frankl adalah makna yang tersembunyi dalam setiap situasi yang dihadapi seseorang sepanjang hidupnya. Makna hidup adalah sebuah kesadaran akan kemungkinan untuk menyadari hal yang dilakukan saat itu, yang kemudian jika berhasil dipenuhi maka akan menghasilkan penghayatan bahagia (Arroisi & Mukharom, 2021). Makna (meaning) berarti pula dengan makna atau tujuan hidup yang harus dicapai oleh manusia. Makna (meaning) bersifat unik, spesifik, temporal dan universal. Makna (meaning) tersebut harus ditemukan dalam dirinya sendiri (Fatimah, 2025).

Logoterapi beranggapan bahwa makna hidup (the meaning of life) dan hasrat untuk hidup bermakna (the will to meaning) merupakan motivasi utama manusia untuk meraih taraf kehidupan bermakna (the meaning life) yang didambakan (Bastarman, 2007). Sistem dan metode yang berlandaskan pada filsafat manusia mampu mengembalikan kebebasan manusia. Menjadikan landasan logoterapi dalam memandang eksistensi manusia. Bahwa manusia adalah makhluk bebas yang berusaha merubah kehidupannya berdasarkan keinginannya demi mewujudkan makna hidup yang dimilikinya untuk menjadi kenyataan. Makna hidup merupakan hal sangat penting dan berharga karena terkait dengan alasan dan tujuan dari kehidupan itu

sendiri. Makna hidup bersifat objektif, berada di luar manusia dan menantang untuk meraihnya. Manusia menurut logoterapi memiliki kebebasan menentukan sikap dan kondisi psikologisnya, karena merupakan kesatuan utuh dimensi ragawi, kejiwaan dan spiritual (Arroisi & Mukharom, 2021).

Motivasi utama seseorang adalah perjuangannya untuk menemukan makna hidupnya. Menurut Bastaman (2007), keinginan untuk mencari makna hidup menurut Frankl berbeda dengan prinsip kesenangan (pleasure principle) yaitu keinginan untuk mencari kesenangan dan merupakan dasar dari aliran psikoanalisis yang dipelopori oleh Freud dan berbeda pula dengan keinginan untuk mencari kekuasaan (will to power) yaitu dasar dari aliran psikologi Adler yang pusat perhatiannya adalah perjuangan untuk mencari keunggulan (striving for superiority). Pada dasarnya Frankl adalah pengikut Sigmund Freud dan Adler, tetapi ia keluar dari ajaran gurunya karena telah menemukan sebuah pendekatan baru dari pengalamannya yang jauh berbeda selama di camp Nazi sehingga menemukan konsep logoterapi (Bastaman, 2007).

Dalam karya Frankl, *The Doctor and Soul*, ia menerangkan bahwa logoterapi membimbing manusia untuk melakukan kegiatan yang mengandung nilai untuk mencapai makna hidup. Pertama, berkarya untuk menemukan makna hidup, atau disebut sebagai nilai-nilai kreatif (creative values). Kedua, berusaha mengalami dan menghayati segala sesuatu yang terjadi dalam hidup disebut sebagai nilai-nilai penghayatan (experiential values). Ketiga, menerima segala bentuk kejadian dan musibah yang terjadi dalam hidup kesakitan, kematian, dan menyingkapinya dengan tabah. Sikap ini disebut nilai-nilai bersikap (attitude values). Nilai ini dihadapkan pada klien untuk membantu menemukan dan mencapai makna hidupnya sehingga ia mampu memilih dan menentukan tujuan hidupnya (Arroisi & Mukharom, 2021).

Kebahagiaan menurut logoterapi merupakan keberhasilan seseorang memenuhi keinginannya untuk hidup bermakna. Jika seseorang telah berhasil mencapainya maka ia akan merasakan kebahagiaan. Selain itu, ia tidak akan merasakan kehampaan dan merasakan hidup tak bermakna. Karena hakikatnya, gangguan kejiwaan adalah akibat dari hidup yang tak bermakna. Oleh karenanya, hidup bermakna menjadi motivasi utama dalam diri manusia untuk mencari, menemukan, memenuhi tujuan hidup dan arti hidup. Keinginan jauh berbeda dengan kesenangan karena keinginan kekuasaan konteksnya lebih kepada sebatas kesenangan bukan kebahagiaan hakiki yang menjadi inti dari makna hidup. Frankl juga menekankan bahwa kematian tidak membuat hidup itu bermakna karena semua tergantung kepada kemampuan manusia untuk mewujudkannya (Frankl, 1971). Dari semua pembahasan tersebut, inti pendekatan logoterapi adalah bahwa pencarian makna hidup merupakan motivasi utama manusia dan menemukan makna hidup dapat membantu individu mengatasi berbagai masalah kehidupan (Kuswono, 2024).

Ketegangan batin ditimbulkan saat manusia berupaya untuk mencari makna hidup, akan tetapi hal tersebut menjadi prasyarat yang sangat dibutuhkan dalam tercapainya kesehatan mental. Karena menurut Frankl cara yang paling efektif untuk manusia bertahan hidup adalah kesadaran memiliki makna hidup. Kesehatan mental seseorang juga berdasarkan pada tingkatan ketegangan tertentu yang baru dan telah dicapainya. Keseimbangan sangat dibutuhkan manusia untuk mencapai kondisi tanpa tekanan atau dalam ilmu biologi disebut homeostatis. Untuk menghilangkan tekanan hidup dibutuhkan upaya untuk mencari makna hidup yang potensial dan terpenuhi. Dalam bahasa Frankl menyebutnya *noodinamik*, yaitu eksistensi atau kehidupan yang terletak di antara dua kutub yaitu ketegangan. Kutub akan makna yang harus dipenuhi manusia dan kutub yang mewakili orang yang harus memenuhi makna tersebut. Sehingga, jika pasien ingin memperkuat kesehatan mental mereka, mereka tidak boleh ragu untuk menciptakan sejumlah ketegangan yang kemudian meninjau kembali makna hidupnya (Bastaman, 2007).

Untuk mencapai tingkatan bermakna terdapat proses-proses penemuan makna hidup, yaitu: pertama, mengalami pengalaman tragis. Kedua, adanya penghayatan tak bermakna. Ketiga, penemuan makna dan tujuan hidup. Keempat, keterikatan diri. Kelima, kegiatan terarah untuk pemenuhan makna hidup. Keenam, pengubahan sikap. Ketujuh, hidup bermakna. Kedelapan, kebahagiaan (happines). Selain untuk mengatasi permasalahan kejiwaan manusia, tujuan utama logoterapi adalah meraih hidup bermakna. Hal ini diperoleh dengan jalan menyadari, memahami, dan merealisasikan segala potensi dan sumber daya spiritual yang dimiliki setiap individu manusia. Itu dikembangkan dengan cara menjalani kehidupan mental yang sehat, (mental health), dan tujuan akhirnya adalah mengembangkan keimanan dan penyelamatan rohani (spiritual salvation). Meskipun keduanya berbeda dimensi akan tetapi keduanya mungkin berkaitan. Psikologis dan spiritual jiwa dan ruh manusia tak terpisahkan. Dengan demikian, logoterapi mengakui peran agama dalam kesehatan mental meskipun tidak merupakan hubungan langsung (Bastaman, 2007).

Konsep Makna Hidup dalam Islam

Dalam Islam, kesempurnaan hidup dianggap sebagai tujuan utama setiap individu. Untuk mencapai kesempurnaan, umat Islam diperingatkan untuk mengembangkan tiga unsur penting, yaitu: Iman, islam, dan ihsan. Iman, islam, dan ihsan adalah tiga konsep yang saling terkait dan berhubungan dengan kesempurnaan hidup. Pada kehidupan sehari-hari, banyak dari kita mencari kunci untuk mencapai kesuksesan yang berkelanjutan. Dalam konteks ini, kolaborasi antara iman, islam, dan ihsan menjadi landasan yang kuat untuk meraih keberhasilan yang sejati. Iman sebagai keyakinan yang kokoh, islam sebagai pedoman hidup yang sempurna, dan ihsan sebagai konsep kesempurnaan dalam berbuat baik, menjadi pilar utama dalam mencapai tujuan hidup yang bermakna (Saujani et al., 2024).

Pengertian makna hidup menjelaskan bahwa didalam makna hidup juga terdapat tujuan hidup, memiliki keyakinan dan harapan bahwa ada hal-hal yang perlu didapatkan dan dipenuhi dalam kehidupan ini. Makna hidup tidak mudah ditemukan dalam kehidupan seorang individu, akan tetapi makna hidup benar-benar ada dalam kehidupan. Apabila makna hidup berhasil ditemukan dalam kehidupan, maka kehidupan akan terasa lebih berarti dan berharga yang dapat melahirkan sebuah kebahagiaan. Kebahagiaan merupakan sebuah reward dari tercapainya makna hidup seseorang. Makna hidup adalah motivasi, tujuan dan harapan yang ada pada kehidupan setiap orang yang sangat bersifat personal dan dapat berubah-ubah sesuai dengan situasi dan kondisi yang dialami seseorang yang harus dicapai dengan segala usaha dan tanggung jawab dan dapat membuat hidup bahagia dan lebih berarti. Dari pengertian makna hidup di atas dapat disimpulkan bahwa makna hidup adalah hal-hal yang dianggap penting dan berharga serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan (Bastaman, 2007).

Dalam perspektif Islam, makna hidup berkaitan erat dengan tujuan penciptaan manusia sebagaimana tercantum dalam Al-Qur'an Surah Adh-Dhariyat ayat 56: *"Dan Aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka menyembah-Ku."* (Kementerian Agama RI, 2019). Ayat ini menunjukkan bahwa makna hidup dalam Islam berorientasi pada ibadah dan pengabdian kepada Allah SWT, di mana seluruh aspek kehidupan manusia diarahkan kepada pencapaian keridaan Ilahi. Pemikiran ini mendapat penguatan dari para filsuf Muslim seperti Al-Farabi dan Al-Ghazali, yang menekankan pentingnya keterhubungan antara akal, jiwa, dan orientasi ilahiah dalam memahami tujuan hidup (Nasution, dalam Satrio, 2025).

Selain itu, tujuan penciptaan manusia adalah sebagai khalifah di muka bumi ini, sebagai mana yang dijelaskan dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 30: *"Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada Para Malaikat: "Sesungguhnya aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka*

bumi." mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, Padahal Kami Senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui." (Kementerian Agama RI, 2019). Dari ayat ini menjelaskan bahwa manusia secara nonformal adalah kedudukannya ialah sebagai khalifah. Perkataan khalifah dalam ayat ini ialah tidak hanya ditunjukkan kepada para khalifah sesudah Nabi Adam, yang disebut sebagai manusia dengan tugas untuk memakmurkan bumi yang meliputi tugas menyeru orang lain berbuat amar ma'ruf dan mencegah perbuatan mungkar (Saifayurallah, 2016).

Khalifah, dilihat dari segi bahasa terminologi khalifah akar katanya terdiri dari tiga huruf yaitu kha', lam dan fa. Makna yang terkandung di dalamnya ada tiga macam yaitu, mengganti kedudukan, belakangan dan perubahan (Saifayurallah, 2016). Kata khalifah berasal dari kata kholafa – yakhlifu – kholfan yang memiliki arti menggantikan, menempati tempatnya. Sedangkan kata khalafu memiliki arti orang yang datang kemudian atau ganti, pengganti. Dan kata al khaalifatu mempunyai arti umat pengganti, yang berbeda pengertiannya dengan al khalifatu yang bentuk jama'nya khulafa dan khalaaf yang berarti khalifah.

Fitrah dan Spiritual

Fitrah adalah konsep dasar manusia dalam Islam. Secara umum ia mengandung arti penciptaan asli dan identitas esensial manusia¹ Dengan fitrah manusia menjadi dirinya sendiri sebagai manusia sejak awal kejadiannya sampai akhir hayatnya. Fitrah bukan hanya suatu kecenderungan alamiah, tetapi juga suatu kecenderungan kepada tindakan yang benar dan ketundukan kepada Allah SWT. Ia juga berarti kekuatan terpendam yang ada dalam diri manusia, yang telah dibawanya semenjak lahir; dan akan menjadi pendorong bagi kepribadiannya. (Al-Afifi, 2018).

Adapun fitrah dalam arti "penanaman agama ke dalam diri manusia" memiliki dua fase, sebelum kelahiran dan ketika manusia lahir. Fase sebelum kelahiran terjadi pada saat manusia masih berbentuk roh seperti yang terdapat dalam surah al-'Araf ayat 172, yang artinya:

"Dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah Aku ini Tuhanmu?" Mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), kami menjadi saksi". (Kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)."

Fitrah manusia bersifat umum dan menyeluruh. Ia merupakan sifat yang menyifati segala yang ada. (Al-Afifi, 2018). Eksistensinya menjadi dan mengetahui dengan sendirinya. Ia layak nya kesadaran manusia tanpa perlu diusahakan dan dicari, dan menuntun manusia untuk hidup dan menjalani kehidupan "bagaimana seharusnya", bukan hanya sekadar membiarkan manusia hidup "apa adanya" (Mujib, 1999). Walaupun terlihat mirip, makna fitrah masih bisa dibedakan dengan kata insting (gharīzah) ataupun alami (thabī'ah). Kata insting lebih condong digunakan untuk hewan karena mereka bergerak dan berperilaku tanpa dasar akal, dan kata alami lebih cocok digunakan untuk benda-benda alam seperti tumbuh-tumbuhan. Maka, fitrah merasuk ke dalam segala segi kehidupan manusia termasuk etika, psikologis, dan bahkan teologi (Al-Afifi, 2018).

Jika dilihat dari substansinya, fitrah manusia dapat diklasifikasikan sebagai dua cara untuk mengenal Tuhan, yaitu: 1) fitrah sebagai naluri, sifat, dan pembawaan asli manusia untuk mengenal Tuhan dan 2) fitrah sebagai wahyu dari Tuhan yang diturunkan melalui para nabi- Nya. Jadi, potensi fitrah manusia dan agama merupakan dua sisi mata koin yang tidak bisa dipisahkan (Ramayulis, 1998). Karena fitrah sudah dimasukkan dalam jiwa manusia dan kalimat tauhid dalam arti pengakuan akan Allah SWT sebagai Pencipta (Wahidin, 2015), maka kedatangan para

nabi tidak lebih dari sekadar pengingat (mudzakkir) manusia kepada fitrahnya dan membimbing mereka untuk menyelami dan memahami dirinya sendiri (Al-Afifi, 2018).

Fitrah dapat dikelompokkan dalam dua kelompok pemaknaan besar, yaitu pemaknaan yang bersifat religius dan pemaknaan bersifat paradigmatis ilmiah yang bermuara pada konsep tauhid (Al-Afifi, 2018). Konsep fitrah di dalam Psikologi Islam menghadirkan keseimbangan sempurna antara sebab-sebab lingkungan eksternal dan sebab-sebab struktural bawaan dari perilaku. Tentu saja, fitrah menggambarkan aspek material empiris maupun spiritual dari eksistensi manusia. Oleh karena itu, fitrah merupakan definisi tentang esensi spiritual manusia, tetapi juga mencakup semua entitas yang bisa diamati. Fitrah selalu tetap dan tidak berubah sebagai esensi spiritual, tapi struktur fenomenalnya berubah seiring dengan hubungan dinamis dengan realitas fenomenanya (Mohamed, 1997)

Analisis Integratif: Logoterapi dan Ajaran Islam

1. Titik Temu

a. Dimensi Spiritual (Noetik) Sejalan dengan Konsep Ruh

Logoterapi, dikembangkan oleh Viktor E. Frankl, menempatkan dimensi *noetik* (spiritual) sebagai inti dari kebermaknaan hidup manusia bukan sekadar perilaku atau kognisi, tetapi unsur spiritual yang membuat hidup memiliki tujuan meskipun dalam penderitaan. Dimensi noetik ini mencakup pencarian makna yang pada akhirnya berhubungan dengan pengalaman transenden dan nilai-nilai yang melampaui keinginan duniawi. Frankl menegaskan bahwa manusia memiliki "*will to meaning*", yaitu dorongan fundamental untuk menemukan makna dalam hidup (termasuk dalam pencapaian makna saat menghadapi penderitaan) (Arroisi & Mukharom, 2021).

Dalam ajaran Islam, dimensi spiritual juga merupakan titik sentral bagi eksistensi manusia (*insan*) yang diciptakan sebagai makhluk yang mengabdikan dan mendekat kepada Allah. Makna hidup bukan hanya berorientasi pada keberhasilan duniawi, tetapi berlandaskan pada pencapaian kedekatan dengan Allah, serta bukan hanya berhenti pada eksistensi jasmani tetapi mencakup hubungan manusia terhadap Tuhan. Artikel kajian filsafat Islam terbaru menjelaskan bahwa dalam perspektif Islam, makna hidup adalah perjalanan spiritual untuk mengabdikan pada Allah dan mencapai kebahagiaan sejati di dunia dan akhirat.

Antara logoterapi dan ajaran Islam, keduanya setuju bahwa dimensi spiritual bersifat fundamental dalam manusia, dan bahwa pemenuhan kebutuhan spiritual membuat hidup seseorang "bermakna" dan utuh, meskipun terminologi *noetik* tidak secara eksplisit digunakan dalam tradisi Islam klasik (Satrio, et al., 2025).

b. Makna dalam Penderitaan Selaras dengan Konsep Sabar dan Ujian

Logoterapi menekankan bahwa makna dapat ditemukan dalam penderitaan melalui sikap dan cara kita menyikapinya, ketika orang memiliki keterampilan untuk memilih sikap terhadap situasi yang tak dapat diubah, mereka dapat menemukan makna dalam penderitaan itu sendiri. Frankl memandang penderitaan manusia sebagai peluang untuk menemukan makna yang lebih dalam, karena manusia tetap memiliki kebebasan sikap meskipun berada dalam kondisi ekstrem atau tidak berdaya (Arroisi & Mukharom, 2021).

Dalam Islam, konsep *sabr* (kesabaran) adalah respons yang sangat ditekankan ketika Muslim menghadapi ujian dan cobaan (*ibtilā'*). *Sabr* menurut ajaran Islam bukanlah sekadar menahan keluhan, tetapi keteguhan hati yang mengarah pada ketundukan kepada kehendak Allah dan pengharapan ridha-Nya dalam setiap ujian

hidup. Konsep ini dijelaskan dalam banyak ayat Al-Qur'an bahwa manusia akan diuji dan *sabr* adalah reaksi spiritual yang dianjurkan, bukan sekadar sikap pasrah tanpa usaha (Raihanah, 2016).

Dalam terminologi Al-Qur'an, sabar bukan hanya bermakna pasif menunggu, melainkan sikap aktif yang menunjukkan keteguhan hati dan kestabilan iman dalam menghadapi kesulitan hidup. Allah berfirman dalam QS. Al-Baqarah ayat 153: "Hai orang-orang yang beriman, mintalah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat; sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar." Ayat ini menegaskan bahwa sabar merupakan sumber kekuatan spiritual yang menghubungkan manusia dengan pertolongan Allah.

Para mufasir seperti Ibn Katsir menjelaskan bahwa sabar mencakup tiga dimensi utama: 1) sabar dalam ketaatan kepada Allah, 2) sabar dalam menjauhi larangan-Nya, dan 3) sabar dalam menghadapi takdir dan ujian hidup (Sundari, 2018). Zuhriyandi (2024) menegaskan bahwa ayat-ayat Al-Qur'an terkait kesabaran memuat dimensi psikologis yang penting, seperti kemampuan mengendalikan emosi, menjaga keteguhan hati, serta mengarahkan individu untuk menghadapi tantangan dengan sikap positif. Dengan demikian, sabar tidak hanya berfungsi sebagai pengendalian diri, tetapi juga sebagai bentuk kepasrahan yang aktif kepada kehendak Ilahi (Aisyah & Akbar, 2025).

Kedua tradisi memandang penderitaan bukan sekadar sebagai pengalaman negatif semata tetapi sebagai "arena makna", baik dalam proses menemukannya (Frankl) maupun melalui keteguhan iman dan ketawakalannya kepada Allah (Islam).

c. Kebebasan Memilih Sikap dalam Islam (Ikhtiar Moral)

Logoterapi menegaskan bahwa kendati situasi eksternal terkadang tidak dapat diubah, manusia tetap memiliki kebebasan untuk memilih sikap terhadap situasi itu, suatu konsep yang disebut *freedom of will*. Artinya, manusia memiliki kapasitas moral dan spiritual untuk menentukan sikapnya, sekalipun berada di bawah tekanan atau penderitaan (Arroisi & Mukharom, 2021).

Dalam Islam, konsep kebebasan moral juga diakui melalui ajaran bahwa manusia diberi *ikhtiar* (pilihan) dan *tanggung jawab moral* atas tindakan mereka. Meskipun semua kejadian berada dalam ketetapan Allah, manusia memiliki *ikhtiar* untuk memilih sikap yang sesuai dengan nilai-nilai moral Islam, misalnya memilih sabar, tawakal, dan ibadah ketika menghadapi ujian. Ini menjadi bentuk kebebasan moral yang selaras dengan tanggung jawab kepada Allah sebagai *amal saleh*. Perspektif ini dipertegas dalam kajian Islam modern bahwa hidup bermakna bukan hanya eksistensi personal tetapi juga proses spiritual dan moral dalam hubungan dengan Tuhan (Satrio, et al., 2025).

Dengan demikian, meskipun terminologi berbeda, logoterapi dan Islam bertemu pada poin bahwa manusia memiliki kebebasan moral untuk menentukan sikap dalam kondisi apapun, yang menjadi dasar pencarian makna dalam hidup. Logoterapi dan Islam bertemu dalam menekankan dimensi spiritual dan pencarian makna melalui pilihan sikap manusia, serta melihat penderitaan sebagai peluang makna, Islam memformalkannya dalam konsep *sabr* dan *ikhtiar*.

2. Perbedaan Konseptual Antara Logoterapi dan Islam

Dalam logoterapi, makna hidup bersifat sangat personal dan eksistensial. Artinya, makna bukan hanya ditemukan dari ajaran eksternal, tetapi melalui pengalaman hidup, tindakan, dan pilihan pribadi. Frankl menggarisbawahi bahwa manusia harus

menemukan atau menciptakan makna bagi dirinya sendiri, bahkan dalam kondisi paling berat sekalipun. Pendekatan ini bersifat humanistik dan tidak mengikat diri pada satu sistem agama tertentu, sehingga sumber makna sangat bersifat subjektif dan individual (Arroisi & Mukharom, 2021).

Berbeda dengan model individualistik dalam logoterapi, perspektif Islam menempatkan sumber makna hidup pada wahyu Allah dan prinsip *tauhid*, yaitu keyakinan akan keesaan dan keagungan Allah sebagai sumber eksistensi dan makna. Dalam Islam, makna hidup bukan sekadar subjektivitas personal, tetapi terkait dengan tujuan penciptaan manusia untuk beribadah kepada Allah dan mewujudkan akhlak yang saleh sesuai tuntunan syariah. Makna hidup dalam Islam berkaitan langsung dengan pengakuan terhadap Tuhan, komitmen moral dalam ajaran Islam, serta hubungan makhluk dengan Penciptanya. Kajian filsafat Islam menunjukkan bahwa makna hidup tidak dipisahkan dari nilai-nilai teologis seperti *tauhid*, moralitas, dan pertanggungjawaban spiritual (Satrio, et al., 2025).

Perbedaan ini menandai bahwa logoterapi memberikan ruang luas bagi persepsi makna yang bisa bersifat personal dan universal, sedangkan Islam menekankan bahwa makna tertinggi adalah relasional, hubungan manusia dengan Allah yang diwujudkan dalam sumbu nilai ilahi. Sumber makna dalam logoterapi bersifat eksistensial-individual, sedangkan dalam Islam terikat pada wahyu Allah dan prinsip *tauhid*.

3. Rekonstruksi Konseptual: *Will to Meaning* sebagai *Will to Worship and Serve Allah*

Logoterapi menekankan *will to meaning* sebagai hasrat manusia untuk mencari makna dalam hidupnya. Dalam konstruksi Islam, aspirasi ini tidak hanya bersifat psikologis, tetapi terarah pada hubungan transenden dengan Allah, di mana makna hidup tertancap pada kehendak untuk *beribadah* dan *melayani Allah*. Perspektif Islam melihat pencarian makna bukan hanya personal tetapi juga sebagai bagian dari rutinitas spiritual yang diwujudkan melalui ibadah, ketaatan, dan pengabdian kepada Allah. Makna ini didukung oleh kajian filsafat Islam yang menggambarkan makna hidup sebagai perjalanan spiritual menuju tujuan utama, yaitu beribadah kepada Tuhan (Satrio, et al., 2025).

Dalam Islam, makna tertinggi hidup bukan sekadar tujuan eksistensial abstrak, melainkan pencapaian *ridha Allah* (keridhaan Tuhan). Ini berbeda dari orientasi logoterapi yang lebih membuka makna secara individual, karena Islam menjadikan ridha dan keimanan kepada Allah sebagai pusat dari makna hidup. Muslim berupaya mengarahkan seluruh tindakan, pilihan moral dan sikap terhadap kehidupan sebagai upaya untuk memperoleh *ridha Allah*, yang dianggap memiliki dampak spiritual dan eskatologis. Konsep ridha Allah ini tercermin dalam banyak ajaran Islam tentang sabar, tawakal, dan kepasrahan spiritual bukan sebagai pengakuan fatalistik, tetapi sebagai kepatuhan aktif kepada Tuhan.

Integrasi yang ideal antara logoterapi dan Islam dapat dipandang sebagai penggabungan metode psikoterapi logoterapi dengan fondasi nilai Islam yang kuat. Secara praktis, logoterapi dapat diposisikan sebagai *metodologi* atau pendekatan dalam konseling yang menekankan pencarian makna, sementara Islam menyediakan *landasan nilai* dan tujuan hidup yang lebih komprehensif. Kajian integrasi yang lebih baru menyatakan bahwa menerapkan prinsip logoterapi dalam layanan konseling Islam dapat menggunakan pendekatan ibadah (*worship therapy*) yang menggabungkan aspek spiritual Islam dengan teknik pencarian makna Frankl, sehingga konseling tidak hanya

menolong individu menemukan makna, tetapi secara langsung mengaitkannya dengan nilai Islam sebagai kerangka makna final (Yurika & Irsyadunnas, 2024).

Konsep *will to meaning* dalam Islam direkonstruksi menjadi *will to worship and serve Allah*, dengan ridha Allah sebagai makna tertinggi, serta logoterapi dilihat sebagai metode yang dapat diintegrasikan ke dalam praktik konseling Islam.

Implikasi dalam Psikoterapi Islam

1. Teknik Logoterapi yang Relevan

a. Dereflection dalam Konteks Tazkiyatun Nafs

Teknik dereflection dalam Viktor E. Frankl bertujuan mengalihkan perhatian klien dari fokus berlebihan pada diri (*self-preoccupation*) menuju makna di luar dirinya, baik pada karya, nilai, maupun relasi (Frankl, 2006; Batthyany, 2016). Dalam konteks klinis modern, teknik ini efektif untuk mengatasi kecemasan performatif, depresi eksistensial, dan ruminasi maladaptif karena membantu klien keluar dari lingkaran introspeksi patologis (Schulenberg, 2016; Schnell, 2021).

Dalam psikoterapi Islam, dereflection dapat diintegrasikan dengan konsep tazkiyatun nafs (penyucian jiwa), yaitu mengarahkan perhatian klien dari ego dan keluhan personal menuju orientasi ibadah dan pelayanan sosial. Secara praktis, konselor membantu klien mengalihkan fokus dari “mengapa saya menderita?” menjadi “apa hikmah dan tanggung jawab spiritual saya dalam situasi ini?”. Pendekatan ini sejalan dengan model psikologi Islam kontemporer yang dikembangkan oleh Abdallah Rothman (2021), yang menekankan bahwa kesehatan mental terkait dengan orientasi hati kepada Allah, bukan sekadar regulasi emosi.

b. Paradoxical Intention dan Konsep Tawakal

Paradoxical intention adalah teknik yang mendorong klien untuk secara sadar menghadapi atau bahkan “mengundang” ketakutan yang irasional guna memutus siklus kecemasan (Frankl, 2006). Teknik ini banyak digunakan dalam gangguan kecemasan, insomnia, dan fobia karena mengurangi tekanan anticipatory anxiety (Batthyany & Schulenberg, 2016).

Dalam psikoterapi Islam, teknik ini dapat dipadukan dengan konsep tawakal (berserah diri aktif kepada Allah setelah usaha maksimal). Klien dibimbing untuk menghadapi ketakutannya dengan kesadaran bahwa hasil akhir berada dalam ketentuan Allah. Integrasi ini memperkaya teknik Frankl dengan fondasi teologis, ketika klien “menghadapi” ketakutan, ia melakukannya bukan hanya sebagai strategi psikologis, tetapi sebagai ekspresi keimanan. Studi dalam *Journal of Religion and Health* menunjukkan bahwa coping religius berbasis tawakal berkontribusi signifikan terhadap resiliensi psikologis pada populasi Muslim (Coyle & Rothman, 2018).

c. Socratic Dialogue dan Konsep Muhasabah

Socratic dialogue dalam logoterapi bertujuan menggali makna laten melalui pertanyaan reflektif mendalam. Terapis tidak memberi makna secara langsung, tetapi membantu klien menemukannya sendiri melalui eksplorasi nilai (Schulenberg, 2016). Teknik ini sangat efektif dalam kasus krisis identitas dan kehilangan makna hidup.

Dalam perspektif psikoterapi Islam, pendekatan ini paralel dengan muhasabah (refleksi diri spiritual). Konselor dapat mengajukan pertanyaan seperti: “Apa nilai yang Allah ajarkan melalui pengalaman ini?” atau “Bagaimana pengalaman ini dapat mendekatkan Anda kepada-Nya?”. Dengan demikian, dialog sokratik diperkaya dengan orientasi tauhid. Model integrasi ini sesuai dengan pengembangan psikologi

Islam modern yang menempatkan wahyu sebagai kerangka nilai, sementara teknik terapi tetap berbasis ilmiah (Rothman, 2021).

Integrasi logoterapi dalam psikoterapi Islam menunjukkan bahwa teknik-teknik Frankl (dereflection, paradoxical intention, Socratic dialogue) dapat digunakan secara efektif apabila ditempatkan dalam fondasi tauhid. Logoterapi menyediakan metodologi pencarian makna, sedangkan Islam menyediakan arah makna tertinggi yaitu ibadah dan ridha Allah.

2. Integrasi Praktis dalam Psikoterapi Islam

a. Mengaitkan Makna Hidup dengan Ibadah

Dalam logoterapi, makna ditemukan melalui nilai kreatif, nilai pengalaman, dan nilai sikap. Dalam Islam, ketiganya dapat direkonstruksi dalam bentuk ibadah baik ritual maupun sosial. Ibadah tidak hanya dimaknai sebagai aktivitas formal, tetapi sebagai orientasi hidup menyeluruh untuk meraih ridha Allah. Integrasi ini menjadikan *will to meaning* sebagai *will to worship*.

Penelitian tentang makna hidup dalam konteks religius menunjukkan bahwa orientasi transenden memberikan proteksi signifikan terhadap depresi dan keputusan (Steger et al., 2018; Schnell, 2021). Dalam praktik konseling, konselor membantu klien melihat aktivitas harian, pekerjaan, relasi keluarga, bahkan penderitaan sebagai bagian dari ibadah yang bermakna.

b. Reframing Penderitaan Sebagai Ujian

Frankl menegaskan bahwa makna dapat ditemukan dalam penderitaan yang tak terhindarkan. Islam memberikan kerangka teologis melalui konsep *ibtilā'* (ujian). Reframing dilakukan dengan mengubah persepsi dari "hukuman" menjadi "proses pemurnian spiritual".

Dalam psikoterapi Islam, teknik reframing ini dipadukan dengan ayat dan nilai spiritual yang relevan, sehingga penderitaan tidak dipersepsikan sebagai absurditas eksistensial, tetapi sebagai bagian dari perjalanan menuju kedewasaan iman. Pendekatan ini terbukti meningkatkan resiliensi religius dalam studi coping spiritual kontemporer (Wong, 2019; Coyle & Rothman, 2018).

c. Penguatan Nilai Tauhid dalam Konseling

Perbedaan utama antara logoterapi dan Islam terletak pada sumber makna. Oleh karena itu, integrasi praktis harus menegaskan tauhid sebagai fondasi nilai. Makna tertinggi dalam Islam bukan sekadar aktualisasi diri, tetapi ridha Allah.

Penguatan tauhid dalam terapi membantu klien mengembangkan stabilitas identitas spiritual. Menurut Rothman (2021), krisis psikologis sering kali berakar pada disorientasi spiritual (*qalb disconnection*). Dengan demikian, logoterapi berfungsi sebagai metode eksplorasi makna, sementara tauhid menjadi orientasi akhirnya.

CONCLUSION

The conclusion describes the answer to the hypothesis and / or the purpose of the research or scientific findings obtained. Conclusions do not contain repetitions of the results and discussion, but rather summarize the findings as expected in the objectives or hypotheses.

Berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa logoterapi yang dikembangkan oleh Viktor E. Frankl menempatkan will to meaning sebagai motivasi utama manusia dalam menjalani kehidupan. Manusia dipandang sebagai makhluk yang memiliki dimensi ragawi, psikis, dan spiritual (noetik), serta memiliki kebebasan untuk memilih sikap dalam situasi apa pun, termasuk dalam penderitaan. Makna hidup menurut logoterapi bersifat objektif namun harus ditemukan secara personal melalui nilai kreatif, nilai penghayatan, dan nilai sikap. Pencarian makna tersebut menjadi dasar kesehatan mental, resiliensi, dan kebahagiaan autentik.

Dalam perspektif Islam, makna hidup tidak dilepaskan dari tujuan penciptaan manusia, yaitu beribadah dan mengabdikan kepada Allah serta menjalankan peran sebagai khalifah di bumi. Konsep iman, Islam, dan ihsan menjadi fondasi kesempurnaan hidup yang bermakna. Islam memandang bahwa makna tertinggi kehidupan berorientasi pada ridha Allah, sehingga seluruh aktivitas manusia baik dalam kondisi lapang maupun penderitaan merupakan bagian dari perjalanan spiritual menuju kedekatan dengan-Nya. Konsep fitrah, sabar, tawakal, dan ikhtiar mempertegas bahwa manusia memiliki potensi spiritual sekaligus tanggung jawab moral dalam merealisasikan makna hidup.

Secara integratif, terdapat titik temu antara logoterapi dan ajaran Islam pada pengakuan terhadap dimensi spiritual manusia, kebebasan memilih sikap, serta kemungkinan menemukan makna dalam penderitaan. Namun, perbedaan mendasar terletak pada sumber dan orientasi makna: logoterapi bersifat eksistensial-individual, sedangkan Islam berlandaskan wahyu dan tauhid. Oleh karena itu, konsep will to meaning dalam kerangka Islam direkonstruksi menjadi will to worship and serve Allah, dengan ridha Allah sebagai makna tertinggi.

Implikasinya dalam psikoterapi Islam menunjukkan bahwa teknik-teknik logoterapi seperti dereflection, paradoxical intention, dan Socratic dialogue dapat diintegrasikan dengan konsep tazkiyatun nafs, tawakal, dan muhasabah. Logoterapi berfungsi sebagai metodologi pencarian makna yang sistematis dan ilmiah, sementara Islam menyediakan kerangka nilai dan orientasi teologis yang komprehensif. Dengan demikian, integrasi ini memperkuat pengembangan psikoterapi Islam kontemporer yang tidak hanya efektif secara klinis dalam meningkatkan kesehatan mental dan resiliensi, tetapi juga kokoh secara spiritual dan teologis dalam bingkai tauhid.

REFERENCES

- Abdelgalil, R. (2025). LOGOTHERAPY AND ISLAMIC THEOLOGY: AN ANALYSIS OF MEANING, PURPOSE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING. *European Journal of Science and Theology*, 21(3), 81-94.
- Aisyah, S., & Akbar, A. (2025). KONSEP SABAR DALAM AL-QUR'AN: NILAI MORAL DAN RELEVANSINYA DALAM KEHIDUPAN MODERN. *Journal Education, Sociology and Law*, 1(3), 1189-1197.
- Al Afify, M. F. (2018). Konsep Fitrah dalam Psikologi Islam. *Tsaqafah*, 14(2), 279-298.
- Arinda, F. P., & Huda, M. M. (2025). Logotherapy as a Strategy to Enhance Self-Esteem in Individuals with Disabilities. *Asian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 32-43.
- Bastarman, H. D. (2007). *Logoterapi (Psikologi untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna)*.
- Batthyany, A. (2016). *Logotherapy and existential analysis: Proceedings of the Viktor Frankl Institute Vienna* (Vol. 1). Springer.
- Batthyany, A., & Russo-Netzer, P. (Eds.). (2014). *Meaning in positive and existential psychology* (Vol. 10). New York, NY: Springer.

- Bushkin, H., Niekerk, R. Van, & Stroud, L. (2021). Searching for Meaning in Chaos: Viktor Frankl 's Story. *Europe's Journal of Psychology*, 17(3).
- Coyle, A., & Rothman, A. (2018). Toward a framework for Islamic psychology and psychotherapy: An Islamic model of the soul. *Journal of Religion and Health*, 57(5), 1731–1744. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0651-x>
- Fatimah, S. L., & Soleh, A. K. (2025). Agama dan makna hidup dalam perspektif logoterapi Viktor Frankl. *Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ)*, 3(6), 1018-1024.
- Frankl, V. E. (2006). *Man's search for meaning*. Beacon Press. (Original work published 1946)
- Frankl, V. E. *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*. Paperback. New York: Bantam Books, 1971.
- Frankl, V. E. *The Will to Meaning: Foundations and Applications of Logotherapy*. New York: World Publishing Company, 1969.
- Kuswono, D. P. (2024). Dampak Tawakal Terhadap Kesehatan Mental (Studi Terhadap Al Qur ' an, dan Logoterapi).
- Mohamed, Y. (1997). *Insan yang suci*. Mizan.
- Mujib, A. (1999). *Fitrah dan kepribadian Islam: Sebuah pendekatan psikologis*. Darul Falah.
- Mukharom, R. A., & Arroisi, J. (2021). Makna Hidup Perspektif Victor Frankl: Kajian Dimensi Spiritual Dalam Logoterapi. *TAJDID: Jurnal Ilmu Ushuluddin*, 20(1), 91-115.
- Raihanah, R. (2016). Konsep Sabar Dalam Alquran. *Tarbiyah Islamiyah: Jurnal Ilmiah Pendidikan Agama Islam*, 6(1).
- Ramayulis, & Jalaluddin. (1998). *Pengantar ilmu jiwa agama*. Kalam Mulia.
- Rothman, A. (2021). *Developing Islamic psychology: From classical scholarship to contemporary practice*. Routledge.
- Rothman, A. (2021). *Developing Islamic psychology: From classical scholarship to contemporary practice*. Routledge
- Saifayurallah, S. (2016). Konsep Khalifah menurut Tafsir Al-Mishbah. *TAFSE: Journal of Qur'anic Studies*, 1(1), 106-120.
- Satrio, M. A. F., & Akmansyah, M. (2025). Kajian Filsafat tentang Makna Hidup dalam Perspektif Agama dan Implikasinya bagi Masyarakat Sekarang. *Mukaddimah: Jurnal Studi Islam*, 10(1), 179-193.
- Saujani, M. A. N., Apriansyah, M. A., Khoiroh, A. M., Hikmah, N. N., Ramadhani, N. W., Sisdayanti, T., & Widawati, R. (2024). Kolaborasi Iman, Islam, Dan Ihsan: Menggapai Makna Hidup Yang Sesungguhnya. *Perspektif: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Bahasa*, 2(2), 31-37.
- Schnell, T. (2021). *The psychology of meaning in life*. Routledge.
- Schulenberg, S. E. (Ed.). (2016). *The Wiley world handbook of existential therapy*. Wiley-Blackwell.
- Steger, M. F., Hicks, J. A., & colleagues. (Eds.). (2018). *The Oxford handbook of meaning in life*. Oxford University Press.
- Sundari, S. (2018). *Konsep Sabar dalam Surat Al-Kahfi dan Implikasinya dalam Pendidikan Islam (Kajian Tafsir Ibnu Katsir)* (Doctoral dissertation, Iain Curup).
- Tomy, Anumol. —Logotherapy: A Means of Finding Meaning to Life.|| *Journal of Psychiatric Nursing* 3, no. 1 (2014).
- Utomo, K. D. M., & Hubertus, A. (2024). Mencegah Bunuh Diri dengan Mengembangkan Makna Hidup. *Prosiding Seri Filsafat Teologi*, 34(33). <https://doi.org/10.35312/serifilsafat.v34i33.248>
- Wahidin. (2015). *Sains dan agama*. Penerbit Ombak.
- Wong, P. T. P. (2012). *The human quest for meaning*. Routledge.