

LOGOTERAPI EFEKTIF UNTUK MENURUNKAN TINGKAT DEPRESI: STUDI META-ANALISIS

Rosa Bany Widiaratri¹
Ananta Yudianto

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Keywords/Kata kunci

Logotherapy, Making
meaning therapy,
Depression.

Logoterapi, Terapi
Makna, Depresi.

ABSTRACT/ABSTRAK:

Depression is one of the problems in mental health that is currently experienced by many individuals around the world. Logotherapy is a method of psychological intervention that focuses on self-empowerment through finding the meaning of one's life. This study aims to examine the level of effectiveness and impact of logotherapy in reducing the level of depression in individuals. This study used 13 studies of scientific journals that would test by meta-analysis technic. The main data used in this study were the number of participants (N), the average after the intervention (M), and the standard deviation (SD). Further testing involved the intensity of the number of intervention sessions given as a moderating variable. Based on the test results, logotherapy is effective in reducing the level of depression significantly with the effect size obtained through the random effect model $g=-1.93$, and the significance is <0.01 . The presence of the intensity variable of the number of sessions did not have a large and significant impact on the ability of logotherapy to reduce the level of depression with a moderator effect size of $g=-0.140$.

Depresi merupakan salah satu permasalahan dalam kesehatan mental yang saat ini banyak dialami oleh individu di seluruh dunia. Logoterapi adalah salah satu metode intervensi psikologi yang menitikberatkan pada pemberdayaan diri melalui penemuan makna hidup seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk menguji level efektivitas dan dampak logoterapi dalam menurunkan tingkat depresi pada individu. Sebanyak 13 penelitian dalam jurnal ilmiah digunakan pada penelitian ini yang diuji melalui uji meta analisis. Data utama yang dimanfaatkan dalam penelitian ini adalah jumlah partisipan (n), rata-rata setelah intervensi (M), dan standar deviasi (SD). Pengujian lebih lanjut melibatkan intensitas jumlah sesi intervensi yang diberikan sebagai variabel moderator. Berdasarkan hasil pengujian, logoterapi efektif dalam menurunkan tingkat depresi secara signifikan dengan besaran *effect size* yang diperoleh melalui *random effect model* $g=-1,93$, dan signifikansi sebesar $<0,01$. Hadirnya variabel intensitas jumlah sesi tidak memberikan dampak besar dan signifikan pada kemampuan logoterapi untuk menurunkan tingkat depresi dengan *effect size* moderator sebesar $g=-0,140$.

¹Korespondensi mengenai isi artikel dapat dilakukan melalui: s154121503@student.ubaya.ac.id

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh World Health Organization [WHO] (2021), setidaknya 280 juta penduduk dunia menderita gangguan depresi yang meliputi 5% orang dewasa dan 5,7% lansia. Di Indonesia sendiri per tahun 2018, prevalensi penduduk yang mengalami gangguan depresi sebesar 6,2% (Kementerian Kesehatan, 2018). Depresi menjadi salah satu penyebab utama dari kasus bunuh diri sebab individu kehilangan semangat hidup, merasa bahwa diri lemah dan tidak berdaya (Santoso et al., 2018). Depresi dapat dialami oleh setiap individu sebab depresi tidak dipengaruhi oleh perbedaan pendidikan, etnis, usia, pendapatan, maupun status perkawinan (Sulistiyorini & Sabarisman, 2017).

Berdasarkan tinjauan dalam DSM-5, depresi berkorelasi dengan hadirnya pemikiran akan kematian, pemikiran untuk bunuh diri, atau tindakan bunuh diri. Hal ini menunjukkan bahwa kasus depresi merupakan suatu fenomena gangguan kesehatan mental yang serius dan banyak dialami oleh individu. Menurut Davidson & Neale (Sulistiyorini & Sabarisman, 2017) depresi didefinisikan sebagai keadaan emosi seseorang ditandai dengan adanya kondisi kesedihan yang dalam, munculnya perasaan tidak berharga dan rasa bersalah, penghindaran diri dari orang lain, kesulitan untuk tidur, kehilangan atau tidak bisa menahan nafsu makan, berkurangnya atau bahkan kehilangan minat terhadap aktivitas sehari-hari. Teori yang disampaikan Sadock et al. (2003) menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan depresi yaitu faktor biologi yang berkaitan dengan interaksi senyawa kimia dalam tubuh manusia, faktor genetika berkaitan dengan adanya risiko yang diperoleh dari garis keturunan keluarga, dan faktor psikososial berkaitan dengan penurunan atau hilangnya peran sosial, otonomi, orang dikasihi, kesehatan, finansial, dan fungsi kognitif. Di

sisi lain, menurut Beck (Martsari & Ediati, 2020), depresi diakibatkan adanya penyimpangan berpikir dalam bentuk interpretasi negatif yang terjadi pada seseorang. Sebagian besar depresi disebabkan oleh adanya pengalaman buruk dan menyakitkan sehingga menimbulkan perasaan kehilangan harapan pada individu. (Santoso et al., 2018).

Selain beberapa faktor yang telah disebutkan di atas, terdapat berbagai macam faktor risiko yang dapat memicu dan mempengaruhi tingkat depresi seseorang. (Grant et al., 2013) menyebutkan bahwa rendahnya kesejahteraan subjektif secara signifikan dapat menjadi predictor adanya peningkatan skor gejala depresi pada individu terlebih mahasiswa kedokteran yang sedang magang. Penelitian lain menunjukkan adanya perilaku menetap yang berkepanjangan berupa aktivitas pasif seperti duduk, berbaring sambil menonton televisi, atau pekerja di depan komputer dapat diasosiasikan dengan meningkatnya risiko individu mengalami depresi (Zhai et al., 2015). Hal ini didukung dari teori sosial/psikologis dari Biddle dan Asare (2011) yang menyebutkan bahwa rendahnya aktivitas fisik berkorelasi tinggi pada berbagai masalah kesehatan dan juga rendahnya aktivitas sosial sehingga individu tidak banyak melakukan interaksi sosial dengan lingkungan di sekitarnya.

Depresi sebagai salah satu permasalahan mental memerlukan penerapan intervensi agar dapat menurunkan intensitas dan terbebas dari depresi. Beberapa tahun ke belakang, berbagai intervensi mulai dikembangkan untuk menangani kasus depresi. Menurut Sinaga (2020), terdapat tiga kategori intervensi yang digunakan dalam menangani kasus depresi yaitu terapi psikologis, terapi fisik, dan terapi spiritual. Beberapa intervensi psikologis yang telah dikembangkan dan diberikan dalam praktik

diantaranya *Integrative Positive Psychological Intervention* (Chaves et al., 2019), *Cognitive Behavior Therapy* (Ferooshani et al., 2011; Watts et al., 2013), *Online CBT* (Saddichha et al., 2014), *mindfulness* (Asiah et al., 2019; Fourianalistyawati & Listiyandini, 2018), terapi pencarian makna atau logoterapi (Arzani, 2016; Khaledian et al., 2016; Liu et al., 2021; Maria Michael & Reyes, 2021).

Logoterapi adalah sebuah metode intervensi yang mendorong dan mengarahkan individu untuk menemukan makna dalam hidup (Arzani, 2016). Konsep yang diterapkan dalam logoterapi adalah individu bertanggung jawab pada dirinya sendiri, sehingga memberikan intervensi logoterapi berguna memberikan kesempatan individu dalam memilih hingga menemukan makna atas eksistensi dirinya sendiri (Rahmah & Hasanati, 2016). Intervensi logoterapi mendorong individu untuk lebih menghargai eksistensi diri, merasakan diri yang bebas dari tekanan emosional, dan menemukan makna serta tujuan hidup dirinya (Robotmili et al., 2015).

Intervensi dengan logoterapi telah diterapkan pada berbagai kalangan. Logoterapi telah diterapkan dan terbukti efektif untuk menurunkan depresi pada pencandu narkoba (Arzani, 2016; Khaledian et al., 2016). Selain itu, depresi yang dialami oleh penderita kanker juga telah menerapkan logoterapi sebagai intervensi yang efektif (Abolghasami et al., 2010; Breitbart et al., 2015; Hamid et al., 2011; Rezaei et al., 2012). Tidak hanya efektif untuk menurunkan depresi pada orang dewasa, logoterapi juga efektif diterapkan sebagai intervensi pada siswa sekolah dasar (Kang et al., 2013) dan mahasiswa perguruan tinggi (Fereydouni & Forstmeier, 2022; Robotmili et al., 2015). Efektivitas logoterapi juga telah terbukti berhasil diberikan pada individu depresi yang terdampak akibat interaksi dengan internet seperti adiksi (Liu et al., 2021) dan

perundungan secara daring (Maria Michael & Reyes, 2021).

Logoterapi telah banyak diteliti di berbagai latar belakang kalangan partisipan, tetapi hingga saat ini meta analisis mengenai logoterapi pada penderita depresi masih sangat terbatas. Penelitian meta analisis diperlukan sebagai evaluasi terhadap penelitian eksperimen yang telah dilakukan. Hasil dari meta analisis dapat digunakan sebagai bukti yang ilmiah dan tidak hanya sebatas pengalaman atau kebiasaan. Kebaruan penelitian mengenai efektivitas logoterapi pada penderita depresi dapat dilihat dari hasil analisis menggunakan metode meta analisis berdasarkan *effect size* yang ditemukan.

METODE PENELITIAN

Pencarian Literatur

Penulisan penelitian ini mengacu pada panduan dari PRISMA 2020. Pencarian sumber data dilakukan dengan menelusuri jurnal dengan kata kunci "*Logotherapy for depression intervention*", "Terapi logo pada depresi", "*Meaning making therapy for depression*" dan "*Randomized Trial Logotherapy for depression*" pada *Google Scholar*, *Semantic scholar*, dan hanya mengambil artikel jurnal yang sudah dipublikasikan secara internasional maupun nasional.

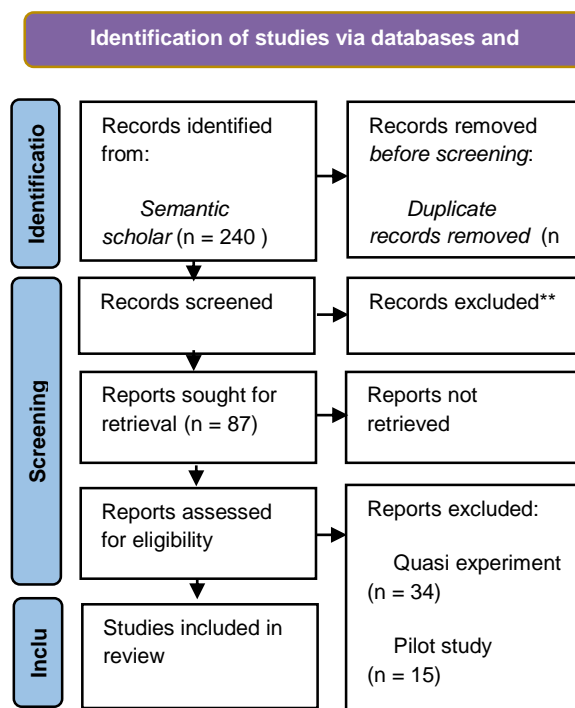
Seleksi Data

Proses pencarian dan penyaringan jurnal dilaksanakan selama bulan Mei-Juni 2022. Peneliti melakukan sortir pada jurnal-jurnal yang ditemukan dengan membaca bagian judul, abstrak, lalu dilanjutkan dengan bagian metode penelitian, dan alat ukur yang digunakan dalam penelitian tersebut. Penyaringan ini dilakukan untuk menyeleksi hanya jurnal-jurnal yang sesuai kriteria yang dapat digunakan. Kriteria inklusi yang diterapkan dalam penelitian ini adalah jurnal penelitian dengan jenis *true experiment* dan jurnal penelitian *randomized*

trial experiment. Peneliti membatasi jurnal yang digunakan maksimal diterbitkan pada tahun 2008, menggunakan metode *randomized controlled trial*, alat ukur yang digunakan *Beck Depression Inventory II* (BDI-II), *Geriatric Depression Scale* (GDS), dan *Self Rating Depression Scale* (SDS).

Adapun kriteria eksklusi yang digunakan dalam penyaringan adalah jenis penelitian kuasi, *pilot study*, penelitian kualitatif, dan penelitian korelasi. Peneliti tidak membatasi area atau negara tempat penelitian dilakukan, pertimbangan utama didasari oleh jenis penelitian. Akan tetapi,

sebagian besar penelitian di dalam maupun luar negeri merupakan penelitian dengan jenis *quasi experiment* atau *pilot experiment*. Pertimbangan tersebut yang membuat berbagai artikel penelitian dalam negeri tidak dapat digunakan dalam penelitian ini. Pembatasan tahun penerbitan artikel diterapkan dengan mempertimbangkan tahun terbit jurnal yaitu kurang lebih 10 tahun yang kemudian berdasarkan pencarian didapatkan 13 artikel penelitian yang masuk dalam kriteria inklusi dan dapat digunakan pada penelitian ini.



Gambar 1: Alur Seleksi Jurnal

Subjek Penelitian

Berdasarkan hasil pencarian literatur yang telah dilakukan dan mempertimbangkan beberapa kriteria inklusi dan

eksklusi, penelitian yang pada akhirnya dipilih dalam penelitian ini sebanyak 13 artikel.

Tabel 1: Alur Seleksi Jurnal

Studi	Metode KE	Metode KK
Arzani (2016)	Logotherapy-Individual	Tanpa perlakuan
Khaledian et al. (2016)	Group Logotherapy	Tanpa perlakuan
Moosavi et al. (2012)	Cognitive and logotherapy	Tanpa perlakuan
Robotmili et al. (2015)	Group Logotherapy	Tanpa perlakuan
Fereydouni dan Forstmeier (2022)	spiritually sensitive logotherapy treatment	Tanpa perlakuan
Kang et al. (2013)	Group Logotherapy	Tanpa perlakuan
Hamid et al. (2011)	Logotherapy-Individual	Tanpa perlakuan
Abolghasami et al. (2010)	Group Logotherapy	Guided imagery therapy
Rezaei et al. (2012)	Logotherapy-Individual	Tanpa perlakuan
Breitbart et al. (2015)	Meaning Centered Group Psychotherapy	supportive group psychotherapy
Mohammadi et al. (2014)	Logotherapy	Tanpa perlakuan
Liu et al. (2021)	Logotherapy based mindfulness	Tanpa perlakuan
Maria Michael dan Reyes P2021)	Online Mindfulness-Based Logotherapy Program	Tanpa perlakuan

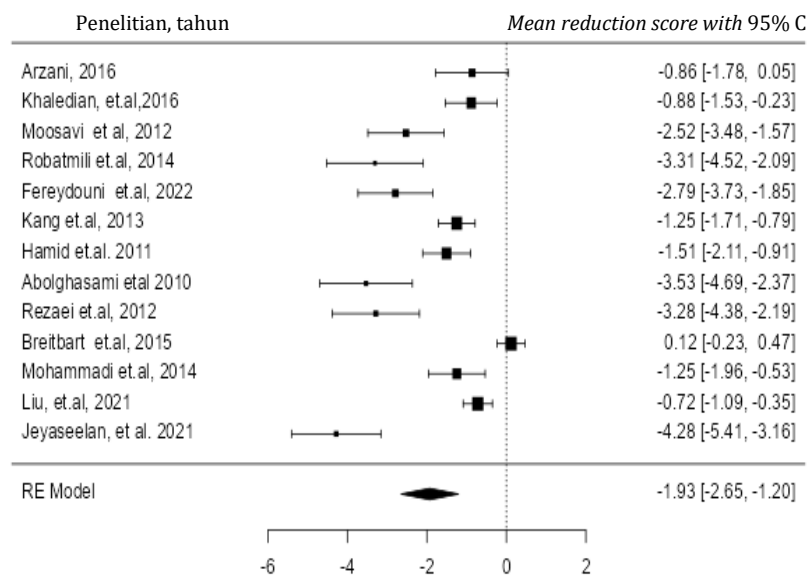
Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode meta analisis untuk melihat efektivitas intervensi logoterapi pada penderita depresi. Meta-analisis adalah salah satu metode yang digunakan untuk meringkas hasil dari studi yang telah ada dengan mengestimasi hubungan statistik antara hasil yang dilaporkan dalam studi terhadap variabel menggunakan heterogenitas dalam dan lintas studi (Bergstrom & Taylor, 2006). Meta analisis memiliki tiga tujuan umum, diantaranya (1) menyaring literatur berdasarkan topik tertentu, (2) menguji hipotesis berkaitan efek dari variabel

terhadap nilai dari konstruk, dan (3) memprediksi estimasi nilai dari konstruk berdasarkan waktu dan tempat studi (Bergstrom & Taylor, 2006).

Pengolahan data menggunakan media *software* Jamovi dengan kriteria *effect size* yang digunakan *small effect size* ($g \leq 0,2$), *medium effect size* ($0,2 \geq g \leq 0,8$), dan *large effect size* ($g \geq 0,8$). Pengujian heterogenitas dilihat dari besaran presentase I^2 . Semakin besar presentase yang didapatkan menunjukkan semakin besar pula heterogenitasnya dan begitu pula sebaliknya. Kemudian adanya bias publikasi dilihat dari besaran nilai *egger's regression*.

HASIL PENELITIAN



Gambar 2: Forest Plot Logoterapi

Berdasarkan perhitungan secara statistik melalui analisis *effect size* pada penelitian-penelitian yang melibatkan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen menunjukkan bahwa logoterapi terbukti efektif untuk menurunkan tingkat depresi. Besaran nilai *effect size* yang didapatkan dari *randomized effect* adalah -1,93 (CI = -2,653 sampai -1,202, nilai $p < 0,01$). Kemudian hasil analisa heterogenitas menunjukkan nilai I^2 sebesar 93,63%. Hasil pengujian bias publikasi melalui *Egger's Regression* didapatkan nilai sebesar -6,234 dengan besaran nilai $p < 0,01$. Pemaparan hasil pengujian di atas menunjukkan bahwa intervensi logoterapi efektif dalam menurunkan tingkat depresi secara signifikan, meskipun terdapat bias publikasi.

Peneliti melakukan pengukuran lanjutan dengan melibatkan variabel moderator yaitu intensitas atau banyak sesi yang diberikan kepada partisipan. Nilai *effect size* dari moderator intensitas sesi sebesar -0,140 (95% CI = -0,582 sampai 0,302, dengan nilai $p = 0,534$). Hal ini menunjukkan bahwa variabel moderator

intensitas sesi yang diberikan pada partisipan memberikan potensi efektivitas yang kecil dan tidak signifikan dalam menurunkan tingkat depresi individu.

PEMBAHASAN

Hasil pengujian meta analisis yang telah dilakukan, didapatkan *randomized effect size* sebesar -1,93 (CI = -2,653 sampai -1,202, nilai $p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa *effect size* logoterapi untuk menurunkan tingkat depresi berada pada kategori *large* yang berarti logoterapi memberikan dampak yang besar untuk menurunkan tingkat depresi pada individu. Hasil ini mendukung penelitian sebelumnya yang juga sepakat bahwa logoterapi dapat secara efektif menurunkan tingkat depresi pada mahasiswa universitas (Fereydouni & Forstmeier, 2022; Robotmili et al., 2015). Selain itu, penelitian serupa yang mendukung temuan penelitian ini menunjukkan bahwa logoterapi juga dapat memberikan dampak secara efektif dan signifikan untuk menurunkan depresi pada remaja yang mengalami *cyberbullying*

selama pandemi Covid-19 (Maria Michael & Reyes, 2021).

Intervensi logoterapi dapat digunakan menjadi alternatif yang tepat dalam menurunkan depresi sebab salah satu fokus utama pada terapi ini adalah penemuan dan penguatan pemaknaan akan hidup individu (Bastaman, 2007). Tujuan pada terapi ini cocok untuk mengatasi karakteristik khas individu yang mengalami depresi yaitu adanya pengalaman yang menyakitkan dan menimbulkan suatu perasaan tidak ada harapan (Santoso et al., 2018). Melalui logoterapi individu didorong untuk mendapatkan makna dalam hidupnya sehingga individu bisa menemukan kembali harapan hidup untuk ke depannya.

Menurut Higgins et al. (2003), kategorisasi heterogenitas dibagi menjadi tiga kelompok rendah (<25%), sedang (<50%), dan tinggi (>75%). Oleh karena itu, temuan penelitian ini masuk dalam kategori heterogenitas yang tinggi. Intervensi depresi dengan logoterapi memiliki tingkat heterogenitas yang tinggi karena terdapat berbagai penyebab. Salah satu penyebab yang tampak pada artikel dalam meta analisis ini adalah adanya perbedaan jenis metode yang diterapkan, sebagian penelitian menerapkan logoterapi berbasis kelompok (Abolghasami et al., 2010; Breitbart et al., 2015; Kang et al., 2013; Khaledian et al., 2016; Robatmili et al., 2015) dan sebagian lainnya menggunakan metode yang beragam.

Logoterapi terbukti dapat secara efektif dan memberikan dampak yang signifikan untuk menurunkan tingkat depresi. Akan tetapi, melalui penelitian ini didapatkan hasil bahwa penelitian-penelitian yang tersedia menunjukkan adanya bias publikasi. Bias publikasi terjadi karena penelitian-penelitian dengan hasil negatif atau tidak memberikan dampak cenderung tidak dipublikasikan (Prasiska,

2014). Pada penelitian ini keseluruhan hasil penelitian menunjukkan bahwa logoterapi dapat digunakan untuk menurunkan tingkat depresi, meskipun tidak semua hasil berdampak signifikan.

Berdasarkan hasil analisis, perbedaan intensitas sesi atau pertemuan memberikan dampak yang kecil pada efektivitas logoterapi untuk menurunkan tingkat depresi. Hal ini menunjukkan bahwa intensitas sesi intervensi tidak dapat digunakan sebagai pertimbangan *effect size* pada logoterapi. Keterbatasan pada penelitian ini adalah proses penyaringan artikel yang digunakan terbatas pada *grey literatur*. Peneliti juga tidak mengukur dampak dari adanya perbedaan metode logoterapi yang diterapkan pada partisipan. Selain itu, peneliti tidak memperhitungkan aspek usia partisipan penelitian. Keterbatasan dan kelemahan yang ditemukan pada penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu bahan pertimbangan saran penelitian selanjutnya. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan eksplorasi pengukuran lebih dalam lagi terkait adanya perbedaan metode logoterapi dan usia partisipan. Dengan begitu, intervensi logoterapi semakin dapat digunakan menjadi bahan pertimbangan penerapan intervensi pada kasus depresi.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan 13 penelitian yang digunakan, dapat disimpulkan bahwa intervensi berbasis logoterapi dapat digunakan secara efektif dan memberikan dampak yang signifikan untuk menurunkan tingkat depresi. Faktor yang memengaruhi dampak logoterapi pada tingkat depresi di antara lain perbedaan metode yang diberikan. Variabel moderator jumlah sesi intervensi kurang memberi dampak yang besar untuk menurunkan tingkat depresi individu.

Saran

Berdasarkan hasil diskusi pada penelitian ini, saran yang diberikan antara lain: (1) penelitian meta analisis berkaitan dengan logoterapi selanjutnya dapat lebih mengeksplorasi berbagai aspek lain seperti kategori usia, jenis kelamin, latar belakang budaya, ataupun perbedaan metode pada kelompok kontrol, (2) penelitian selanjutnya bisa memperdalam adanya perbedaan

efektivitas intervensi pada penerapan logoterapi secara individual maupun kelompok, (3) proses pencarian artikel pada penelitian selanjutnya dilakukan secara mendalam tidak hanya berada pada level *grey literature*, (4) masih diperlukan penelitian replikasi yang dapat digunakan untuk memperkuat hasil dari berbagai temuan yang telah didapatkan pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abolghasami, S., Saeadi, S., & Najafi, N. (2010). The effect of guided imagery and logo therapy on depression, anxiety and hopefulness in women with cancer in Ahwaz. *Woman and Culture, 2*(1), 31–47.
- Arzani, M. (2016). The efficacy of group logo therapy on reducing depression among people addicted to drugs. *World Scientific News, 44*, 181–191.
- Asiah, A., Dwidiyanti, M., & Wijayanti, D. Y. (2019). Penurunan tingkat depresi pada pasien dengan intervensi minfulness spiritual Islam. *Jurnal Keperawatan Jiwa, 7*(3), 267. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.3.2019.267-274>
- Bastaman, H. D. (2007). Logoterapi: Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna. In *PT. Raja Grafindo Persada*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Bergstrom, J. C., & Taylor, L. O. (2006). Using meta-analysis for benefits transfer: Theory and practice. *Ecological Economics, 60*(2), 351–360. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2006.06.015>
- Biddle, S. J. H., & Asare, M. (2011). Physical activity and mental health in children and adolescents: A review of reviews. *British Journal of Sports Medicine, 45*(11), 886–895. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2011-090185>
- Breitbart, W., Rosenfeld, B., Pessin, H., Applebaum, A., Kulikowski, J., & Lichtenthal, W. G. (2015). Meaning-centered group psychotherapy: An effective intervention for improving psychological well-being in patients with advanced cancer. *Journal of Clinical Oncology, 33*(7), 749–754. <https://doi.org/10.1200/JCO.2014.57.2198>
- Chaves, C., Lopez-Gomez, I., Hervas, G., & Vazquez, C. (2019). The integrative positive psychological intervention for depression (IPPI-D). *Journal of Contemporary Psychotherapy, 49*(3), 177–185. <https://doi.org/10.1007/s10879-018-9412-0>
- Fereydouni, S., & Forstmeier, S. (2022). An Islamic form of logotherapy in the treatment of depression, anxiety and stress symptoms in University students in Iran. *Journal of Religion and Health, 61*(1), 139–157. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01495-0>

- Foroushani, P. S., Schneider, J., & Assareh, N. (2011). Meta-review of the effectiveness of computerised CBT in treating depression. *BMC Psychiatry*, *11*(131), 1–6. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-11-131>
- Fourianalistyawati, E., & Listiyandini, R. A. (2018). Hubungan antara mindfulness dengan depresi pada remaja. *Journal Psikogenesis*, *5*(2), 115–122. <https://doi.org/10.24854/jps.v5i2.500>
- Grant, F., Guille, C., & Sen, S. (2013). Well-being and the risk of depression under stress. *PLoS ONE*, *8*(7), e67395. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0067395>
- Hamid, N., Talebian, L., Mehrabizadeh Honarmand, M., & Yavari, A. (2011). The effects of logotherapy on depression, anxiety and quality of life of cancer patients in ahvaz big oil hospital. *Psychological Achievements*, *18*(2), 199–224. https://psychac.scu.ac.ir/article_11727.html
- Higgins, J. P. T., Thompson, S. G., Deeks, J. J., & Altman, D. G. (2003). Measuring inconsistency in meta-analyses. *BMJ*, *327*(7414), 557–560. <https://doi.org/10.1136/bmj.327.7414.557>
- Kang, K.-A., Kim, S.-J., Song, M.-K., & Kim, M.-J. (2013). Effects of logotherapy on life respect, meaning of life, and depression of older school-age children. *Journal of Korean Academy of Nursing*, *43*(1), 91–101. <https://doi.org/10.4040/jkan.2013.43.1.91>
- Kementerian Kesehatan. (2018). *Situasi kesehatan jiwa di Indonesia*. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. <https://pusdatin.kemkes.go.id/>
- Khaledian, M., Yarahmadi, M., & Mahmoudfakhe, H. (2016). Effect of group logotherapy in reducing depression and increasing hope in drug addicts. *Journal Research Health*, *6*(1), 167–174. <http://jr.h.gmu.ac.ir/article-1-636-en.html>
- Liu, X., Jiang, J., & Zhang, Y. (2021). Effects of logotherapy-based mindfulness intervention on internet addiction among adolescents during the COVID-19 pandemic. *Iranian Journal of Public Health*, *50*(4), 789–797. <https://doi.org/10.18502/ijph.v50i4.6005>
- Maria Michael, J., & Reyes, M. E. (2021). Efficacy of the online mindfulness-based logotherapy program (OnlineMLP) on the depressive symptoms of selected cyberbullied adolescents during Covid-19 pandemic. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, *12*(4), 478–484.
- Martsari, O. D., & Ediati, A. (2020). Harapan orangtua dan depresi pada mahasiswa program studi S1 Kedokteran Umum. *Jurnal EMPATI*, *7*(3), 835–842. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21835>
- Mohammadi, F., Fard, F. D., & Heidari, H. (2014). Effectiveness of logo therapy in hope of life in the women depression. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, *159*, 643–646. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.12.440>
- Moosavi, S., Kafi, S. M., Haghiri, M., Ofoghi, N., Atashkar, S. R., & Abolghasemi, S. (2012). Comparison of efficiency of cognitive therapy and logo therapy on the depression rate of aged men. *International Journal of Psychology and Counselling*, *4*(11), 143–149. <https://doi.org/https://doi.org/10.5897/IJPC12.009>

- Prasiska, D. I. (2014). Analisis faktor risiko berat badan lahir pada kematian perinatal menggunakan meta analysis. *Biometrika Dan Kependudukan*, 3(1), 28–33.
- Rahmah, H., & Hasanati, N. (2016). Efektivitas logo terapi kelompok dalam menurunkan gejala kecemasan pada narapidana. *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)*, 8(1), 53–66. <https://doi.org/10.20885/intervensipikologi.vol8.iss1.art4>
- Rezaei, A., Refahi, J., & Ahmadikhah, M. (2012). The effect of logo therapy to decrease depression in a sample of cancer patients. *Journal Psychological Models and Methods*, 2(7), 37–46.
- Robatmili, S., Sohrabi, F., Shahrak, M. A., Talepasand, S., Nokani, M., & Hasani, M. (2015). The effect of group logotherapy on meaning in life and depression levels of Iranian students. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 37(1), 54–62. <https://doi.org/10.1007/s10447-014-9225-0>
- Saddichha, S., Al-Desouki, M., Lamia, A., Linden, I. A., & Krausz, M. (2014). Online interventions for depression and anxiety – a systematic review. *Health Psychology and Behavioral Medicine*, 2(1), 841–881. <https://doi.org/10.1080/21642850.2014.945934>
- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Kaplan, H. I. (2003). *Synopsis of psychiatry behavioral sciences/clinical psychiatry*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Santoso, M. B., Asiah, D. H. S. K., & Ilma, C. (2018). Bunuh diri dan depresi dalam perspektif pekerjaan sosial. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 390–398. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i3.18617>
- Sinaga, M. R. E. (2020). Efektivitas intervensi depresi pada lansia: Systematic review. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(4), 529–540.
- Sulistiyorini, W., & Sabarisman, M. (2017). Depresi: Suatu tinjauan psikologis. *Sosio Informa*, 3(2), 153–164. <https://doi.org/10.33007/inf.v3i2.939>
- Watts, S., Mackenzie, A., Thomas, C., Griskaitis, A., Mewton, L., Williams, A., & Andrews, G. (2013). CBT for depression: A pilot RCT comparing mobile phone vs computer. *BMC Psychiatry*, 13(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-13-49>
- World Health Organization [WHO]. (2021). *Depression*. WHO. <https://www.who.int/>
- Zhai, L., Zhang, Y., & Zhang, D. (2015). Sedentary behaviour and the risk of depression: A meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 49(11), 705–709. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2014-093613>