ULIL ALBAB : Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Vol.5, No.11, Oktober 2026

Proses Pemaknaan *(Meaning Making)* dalam Psikologi (*Systematic Literature Review)*

Reski Amelia[1], Ahmad Razak[2], Muh. Daud[3]
[1]Universitas Negeri Makassar, Indonesia
[2]Universitas Negeri Makassar, Indonesia
[3]Universitas Negeri Makassar, Indonesia
E-mail: Reskiameliaa79@gmail.com[1], ahmad7106@unm.ac.id[2], m.daud@unm.ac.id[3]

Article History:
Received: 16 Juli 2026
Revised: 20 September 2026
Accepted: 08 Oktober 2026

Keywords: *Pemaknaan, Meaning-Making, Psikologi Klinis, Trauma, Kedukaan.*

Abstrak: *Individu yang menghadapi peristiwa hidup yang menekan, seperti putus hubungan romantis, kematian orang terkasih, penyalahgunaan zat, dan trauma, memerlukan proses pemaknaan (meaning-making) agar dapat kembali berfungsi secara adaptif. Namun, literatur mengenai proses pemaknaan masih terfragmentasi menurut konteks spesifiknya masing-masing sehingga benang merah teoretisnya kurang terintegrasi, khususnya dalam literatur berbahasa Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk memetakan teori-teori utama proses pemaknaan dalam psikologi, mensintesiskan temuan empiris dari berbagai konteks penerapannya, serta merumuskan pola umum yang dapat menjadi rujukan bagi penelitian maupun praktik psikologi klinis dan konseling. Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) terhadap delapan teori utama (logoterapi Frankl, teori asumsi dasar Janoff-Bulman, model stres-koping Park dan Folkman, model rekonstruksi makna Neimeyer, model pemeliharaan makna Heine dkk., teori kebutuhan makna Baumeister, dua konstruksi makna Davis dkk., dan model integratif Park) serta lima studi empiris dari berbagai konteks. Hasil kajian menunjukkan bahwa proses pemaknaan melibatkan interaksi antara makna situasional dan makna global, bahwa kegagalan membangun makna berkaitan dengan berbagai masalah psikologis seperti depresi dan kedukaan berkepanjangan, bahwa pemaknaan dapat terwujud melalui narasi, religiusitas, interpretasi kognitif, maupun kepribadian, serta bahwa proses ini bersifat sosial-relasional dan dinamis. Temuan ini menegaskan pentingnya proses pemaknaan sebagai mekanisme adaptif lintas konteks dan menjadi dasar bagi pengembangan intervensi psikologis yang berorientasi pada makna.*

PENDAHULUAN

Kehidupan manusia tidak pernah lepas dari peristiwa-peristiwa yang mengguncang tatanan pemahaman diri dan dunia, mulai dari putusnya hubungan romantis, kematian orang terkasih, hingga pengalaman traumatis lain seperti kekerasan, bencana, atau kecanduan. Sejak akhir abad ke-20, psikologi klinis dan sosial semakin memusatkan perhatian pada satu pertanyaan mendasar: bagaimana individu berusaha memahami dan memberi arti terhadap peristiwa-peristiwa tersebut agar dapat kembali berfungsi secara adaptif. Pertanyaan inilah yang melahirkan kajian tentang proses pemaknaan atau *meaning-making*, yaitu upaya kognitif, emosional, naratif, maupun spiritual individu untuk merekonsiliasi pengalaman yang mengganggu dengan sistem keyakinan dan tujuan hidup yang telah dimilikinya sebelumnya (Park & Folkman, 1997; Park, 2010).

Konsep pemaknaan bukanlah gagasan baru. Konsep ini berakar pada logoterapi Viktor Frankl yang menekankan kehendak untuk bermakna *(will to meaning)* sebagai motivasi eksistensial utama manusia, kemudian berkembang melalui teori asumsi dasar *(assumptive world)* Janoff-Bulman, model stres-koping Park dan Folkman, hingga model rekonstruksi makna Neimeyer dalam konteks kedukaan. Pada dekade 2000-an hingga 2020-an, penelitian empiris semakin memperluas cakupan proses pemaknaan ke berbagai domain: putus cinta (Frost, Rubin, & Darcangelo, 2016), kematian orang terkasih dan koping religius (Lichtenthal, Burke, & Neimeyer, 2011), pemulihan penyalahgunaan zat berbasis nilai keagamaan (Sørensen, Lien, Landheim, & Danbolt, 2015), trauma secara umum (Park, 2022), serta hubungannya dengan kepribadian dan gaya kognitif (Steger, Kashdan, Sullivan, & Lorentz, 2006).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa proses pemaknaan berperan penting dalam membantu individu beradaptasi terhadap pengalaman hidup yang penuh tekanan. Pada konteks putus hubungan romantis, individu yang mampu membangun makna dan narasi positif atas pengalaman yang dialami menunjukkan penyesuaian psikologis yang lebih baik serta tingkat depresi yang lebih rendah (Frost et al., 2016). Dalam konteks kehilangan akibat kematian orang terdekat, keberhasilan menemukan makna berkaitan dengan penerimaan yang lebih baik, proses berduka yang lebih adaptif, dan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi, sedangkan pencarian makna yang tidak membuahkan hasil cenderung memperpanjang kedukaan (Lichtenthal et al., 2011).

Penelitian pada individu yang menjalani pemulihan dari penyalahgunaan zat juga menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas membantu individu memaknai penderitaan sebagai bagian dari proses perubahan diri dan pembentukan tujuan hidup yang baru (Sørensen et al., 2015). Selaras dengan temuan tersebut, Park (2022) menjelaskan bahwa proses pemaknaan merupakan mekanisme psikologis yang membantu individu mengatasi ketidaksesuaian antara pengalaman traumatis dan sistem keyakinannya hingga terbentuk makna baru yang mendukung penyesuaian psikologis. Selain itu, Steger et al. (2006) menemukan bahwa keberhasilan menemukan makna hidup berhubungan dengan kesejahteraan psikologis, optimisme, dan kepuasan hidup, sedangkan pencarian makna yang belum menghasilkan pemahaman baru lebih sering dikaitkan dengan distress psikologis.

Meskipun literatur mengenai proses pemaknaan telah berkembang pesat, kajian-kajian tersebut sering kali terfragmentasi menurut konteks spesifiknya masing-masing, misalnya kedukaan, trauma, atau hubungan romantic, sehingga benang merah teoretis yang menghubungkannya kurang banyak diulas secara terintegrasi, khususnya dalam literatur berbahasa Indonesia. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk: (1) memetakan teori-teori utama proses pemaknaan dalam psikologi; (2) mensintesiskan temuan empiris dari berbagai konteks penerapan teori tersebut; dan (3) merumuskan pola umum proses pemaknaan yang dapat menjadi rujukan bagi

penelitian maupun praktik psikologi klinis dan konseling selanjutnya

LANDASAN TEORI

1. Definisi dan Konsep Dasar Proses Pemaknaan

Proses pemaknaan didefinisikan sebagai proses kognitif dan emosional yang dilakukan individu untuk memahami, menafsirkan, dan memberi arti terhadap suatu peristiwa, khususnya peristiwa yang bersifat menekan atau mengancam sistem keyakinan dasar mereka (Park & Folkman, 1997). Park (2010) membedakan dua tingkat makna yang saling berinteraksi dalam proses ini, yaitu makna global *(global meaning),* yaitu keyakinan, tujuan, dan asumsi menyeluruh individu tentang diri dan dunia yang relatif stabil—dan makna situasional *(situational meaning),* penilaian dan interpretasi individu terhadap peristiwa tertentu yang sedang dihadapi. Proses pemaknaan terjadi ketika muncul ketidaksesuaian *(discrepancy)* antara kedua tingkat makna tersebut, dan individu berupaya mengurangi ketidaksesuaian itu melalui berbagai mekanisme psikologis

2. Logoterapi Viktor Frankl: Kehendak untuk Bermakna

Frankl (1959) mengembangkan logoterapi berdasarkan pengamatannya terhadap penderitaan di kamp konsentrasi, dan berargumen bahwa dorongan psikologis paling fundamental manusia bukanlah kesenangan atau kekuasaan melainkan kehendak untuk menemukan makna *(will to meaning).* Bagi Frankl, makna dapat ditemukan bahkan dalam penderitaan yang tidak dapat dihindari, melalui sikap *(attitudinal values)* yang diambil seseorang terhadap penderitaan tersebut. Gagasan ini menjadi fondasi filosofis bagi banyak teori pemaknaan yang berkembang kemudian

3. Model Asumsi Dasar: Janof-Bullman

Janoff-Bulman (1992), individu pada dasarnya memiliki seperangkat asumsi dasar yang menjadi landasan dalam memahami kehidupan, yaitu keyakinan bahwa dunia merupakan tempat yang baik (*benevolent world*), kehidupan memiliki keteraturan dan makna (*meaningful world*), serta diri sendiri adalah pribadi yang bernilai (*self-worth*). Ketika seseorang mengalami peristiwa traumatis, asumsi-asumsi tersebut dapat terguncang atau bahkan runtuh karena pengalaman yang dialami tidak lagi sejalan dengan keyakinan yang sebelumnya dimiliki. Kondisi ini mendorong individu untuk meninjau kembali, menyesuaikan, atau membangun ulang sistem keyakinannya agar mampu memahami pengalaman tersebut dan kembali mencapai keseimbangan psikologis. Oleh karena itu, teori ini menjelaskan bahwa trauma tidak hanya menimbulkan dampak psikologis, tetapi juga memicu proses pemaknaan ulang terhadap diri, orang lain, dan dunia di sekitarnya.

4. Model Pemaknaan dalam konteks Stres dan Koping (Park & Folkman)

Park dan Folkman (1997) mengembangkan lebih lanjut model stres dan koping transaksional yang sebelumnya diperkenalkan oleh Lazarus dengan menempatkan makna sebagai komponen penting dalam proses adaptasi terhadap peristiwa yang penuh tekanan. Mereka menjelaskan bahwa cara individu menilai (*appraisal*) suatu peristiwa tidak hanya dipengaruhi oleh karakteristik peristiwa itu sendiri, tetapi juga oleh sistem makna dan keyakinan yang dimiliki. Ketika individu menghadapi situasi yang bertentangan dengan sistem makna tersebut, mereka akan berupaya melakukan koping yang berorientasi pada makna (*meaning-focused coping*), seperti menafsirkan kembali pengalaman secara lebih positif (*positive reappraisal*) atau menemukan hikmah dan manfaat dari pengalaman tersebut (*benefit finding*). Bentuk koping ini melengkapi strategi koping yang berfokus pada penyelesaian masalah maupun pengelolaan emosi, serta membantu individu menyesuaikan diri dengan pengalaman yang sulit.

5. Model Rekonstruksi Makna Neimeyer

Neimeyer (2001) mengemukakan model rekonstruksi makna (*meaning reconstruction*) yang menjelaskan proses pemaknaan dalam konteks kedukaan melalui perspektif konstruktivis dan naratif. Menurutnya, kedukaan tidak hanya berkaitan dengan upaya melepaskan ikatan emosional terhadap orang yang telah meninggal, tetapi juga melibatkan proses aktif membangun kembali makna kehidupan setelah kehilangan. Individu berusaha menyusun ulang narasi hidupnya sehingga pengalaman kehilangan dapat diintegrasikan ke dalam identitas dan perjalanan hidup secara lebih utuh. Berdasarkan model ini, intervensi dalam konseling atau terapi kedukaan diarahkan untuk membantu individu mengembangkan narasi kehidupan yang baru dan lebih adaptif, bukan semata-mata mengurangi gejala emosional akibat kehilangan.

6. Model Pemeliharaan Makna

Heine, Proulx, dan Vohs (2006) mengemukakan *Meaning Maintenance Model (MMM)* yang menjelaskan bahwa manusia memiliki kebutuhan mendasar untuk memandang dunia sebagai sesuatu yang teratur, konsisten, dan dapat dipahami melalui hubungan-hubungan yang dapat diprediksi (*expected relations*). Ketika sistem makna tersebut terganggu, misalnya akibat ancaman terhadap harga diri, ketidakpastian, penolakan sosial, atau kesadaran akan kematian, individu akan berupaya memulihkan kembali rasa bermakna melalui mekanisme yang disebut *fluid compensation*. Mekanisme ini memungkinkan individu memperkuat atau menemukan makna pada aspek kehidupan lain yang tidak secara langsung berkaitan dengan sumber ancaman. Dengan demikian, model ini menunjukkan bahwa proses pemaknaan tidak selalu terjadi pada domain yang sama dengan peristiwa yang dialami, tetapi dapat terbentuk melalui penguatan makna pada berbagai aspek kehidupan lainnya sebagai bentuk adaptasi psikologis.

7. Kebutuhan Akan Makna (Baumeister) dan Dua Konstruksi Makna (Davis, Nolen-Hoeksema, & Larson)

Baumeister (1991) menjelaskan bahwa kebermaknaan hidup dibangun melalui pemenuhan empat kebutuhan psikologis utama, yaitu memiliki tujuan hidup (*purpose*), keyakinan bahwa tindakan yang dilakukan selaras dengan nilai-nilai yang diyakini (*value* atau *justification*), perasaan mampu mengendalikan dan memengaruhi kehidupan (*efficacy*), serta pandangan positif terhadap diri sendiri (*self-worth*). Keempat aspek tersebut menjadi landasan bagi individu dalam memaknai pengalaman hidup dan mempertahankan kesejahteraan psikologis.

Davis, Nolen-Hoeksema, dan Larson (1998) membedakan proses pemaknaan pascakehilangan ke dalam dua bentuk, yaitu *sense-making* dan *benefit-finding*. *Sense-making* mengacu pada upaya individu memahami alasan atau penyebab terjadinya suatu peristiwa, sedangkan *benefit-finding* merupakan usaha menemukan hikmah, manfaat, atau pertumbuhan pribadi dari pengalaman yang dialami. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa kedua proses tersebut memberikan kontribusi yang berbeda namun sama-sama penting dalam membantu individu menyesuaikan diri setelah mengalami kehilangan.

8. Model Integratif Pemaknaan (Park, 2010, 2022)

Park (2010, 2022) mengintegrasikan berbagai teori mengenai pemaknaan ke dalam sebuah model yang menjelaskan bagaimana individu beradaptasi setelah mengalami peristiwa yang penuh tekanan. Menurut model ini, proses pemaknaan diawali ketika suatu peristiwa menimbulkan ketidaksesuaian antara makna yang diberikan individu terhadap peristiwa tersebut (*situational meaning*) dengan sistem keyakinan, tujuan hidup, dan nilai-nilai yang dimilikinya (*global*

meaning). Ketidaksesuaian ini memunculkan distres psikologis yang mendorong individu untuk melakukan berbagai upaya pemaknaan (*meaning-making efforts*), seperti refleksi, penilaian ulang terhadap pengalaman, penyusunan kembali narasi kehidupan, maupun pemanfaatan praktik religius dan spiritual. Melalui proses tersebut, individu dapat membentuk makna baru (*meanings made*), seperti memperoleh pemahaman yang lebih utuh terhadap pengalaman yang dialami atau menemukan hikmah di balik peristiwa tersebut. Makna baru yang terbentuk selanjutnya berperan dalam meningkatkan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan mencapai kesejahteraan psikologis dalam jangka Panjang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan *Systematic Literature Review* (SLR). SLR merupakan metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan, menyeleksi, menelaah, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu secara sistematis sesuai dengan topik yang dikaji. Literatur yang dipilih merupakan artikel jurnal maupun buku akademik yang diterbitkan oleh penerbit ilmiah bereputasi, membahas secara khusus konsep proses pemaknaan atau konstruk yang sepadan dalam psikologi, tersedia dalam bahasa Inggris, serta memiliki metadata yang dapat diverifikasi, seperti nama penulis, tahun publikasi, judul, nama jurnal atau penerbit, dan DOI apabila tersedia. Sebaliknya, sumber yang tidak memenuhi kriteria tersebut, seperti artikel nonilmiah, referensi tanpa metadata yang jelas, atau tulisan yang hanya menyebut konsep makna tanpa landasan teoretis yang memadai, tidak disertakan dalam kajian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pemaknaan dalam Konteks Putus Hubungan Romantis

Frost, Rubin, dan Darcangelo (2016) menemukan bahwa individu yang mengalami putus hubungan romantis cenderung membangun narasi mengenai berbagai peristiwa penting dalam hubungan, seperti titik balik, masa-masa sulit, dan proses pengambilan keputusan, bukan hanya berfokus pada perpisahan itu sendiri. Temuan ini sejalan dengan model rekonstruksi makna Neimeyer (2001), yang menekankan bahwa individu menyusun kembali makna dari keseluruhan pengalaman hubungan untuk memperoleh pemahaman diri yang lebih utuh setelah perpisahan. Selain itu, narasi yang berakhir dengan makna atau resolusi positif berkaitan dengan tingkat depresi yang lebih rendah, menunjukkan bahwa kualitas proses pemaknaan berperan penting dalam mendukung penyesuaian psikologis.

2. Pemaknaan, Koping Religius, dan Kedukaan

Lichtenthal, Burke, dan Neimeyer (2011) menunjukkan bahwa koping religius berperan dalam proses pemaknaan pada individu yang mengalami kehilangan. Penelitian tersebut menemukan bahwa koping religius negatif, seperti merasa ditinggalkan atau dihukum oleh Tuhan, berkaitan dengan kesulitan menemukan makna atas kehilangan dan meningkatnya risiko kedukaan berkepanjangan. Temuan ini sejalan dengan teori asumsi dasar Janoff-Bulman (1992), yang menjelaskan bahwa ketika peristiwa kehilangan mengguncang keyakinan religius sebagai sumber makna, proses membangun kembali makna menjadi lebih sulit dibandingkan ketika keyakinan religius tetap berfungsi sebagai sumber dukungan.

3. Pemaknaan Religius-Spiritual dalam Pemulihan Penyalahgunaan Zat

Sørensen, Lien, Landheim, dan Danbolt (2015) menemukan bahwa proses pemaknaan dalam rehabilitasi berbasis nilai keagamaan tidak hanya berlangsung secara individual, tetapi juga

dibangun melalui interaksi antara staf dan pasien. Spiritualitas dan religiusitas menjadi kerangka bersama yang membantu individu menyusun kembali identitas serta tujuan hidup selama masa pemulihan. Temuan ini menunjukkan bahwa proses pemaknaan memiliki dimensi sosial-relasional, sehingga memperluas pandangan yang menempatkan pemaknaan sebagai proses individual dan sejalan dengan konsep narasi bersama *(co-constructed narrative)* yang dikemukakan Neimeyer (2001).

4. Pemaknaan Pascatrauma secara Umum

Park (2022) menjelaskan bahwa trauma menimbulkan ketidaksesuaian antara makna peristiwa yang dialami dengan sistem keyakinan individu. Untuk mengatasi ketidaksesuaian tersebut, individu melakukan proses pemaknaan melalui asimilasi, yaitu menafsirkan kembali peristiwa agar selaras dengan keyakinan yang telah dimiliki, atau akomodasi, yaitu menyesuaikan sistem keyakinan dengan realitas baru. Keberhasilan proses ini berperan dalam mengurangi tekanan psikologis dan mendorong penyesuaian yang lebih adaptif, termasuk kemungkinan munculnya pertumbuhan pascatrauma.

5. Pemaknaan, Gaya Kepribadian, dan Kognitif

Steger, Kashdan, Sullivan, dan Lorentz (2006) menunjukkan bahwa pencarian makna (*search for meaning*) dan keberadaan makna (*presence of meaning*) merupakan dua dimensi yang saling berkaitan, tetapi memiliki karakteristik yang berbeda. Penelitian tersebut menemukan bahwa pencarian dan penghayatan makna dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian, seperti neurotisisme, keterbukaan terhadap pengalaman, dan kecenderungan berpikir reflektif. Temuan ini menunjukkan bahwa proses pemaknaan tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman hidup yang penuh tekanan, tetapi juga oleh disposisi kepribadian individu, sejalan dengan pandangan Heine, Proulx, dan Vohs (2006) bahwa kebutuhan akan makna merupakan kebutuhan psikologis yang mendasar dan berlangsung secara berkelanjutan.

6. Sintesis Lintas Teori dan Studi

Sintesis terhadap kedelapan teori dan lima studi empiris di atas menunjukkan beberapa pola umum berikut:

a. Proses pemaknaan melibatkan interaksi antara makna situasional yang berkaitan dengan peristiwa tertentu dan makna global yang mencakup keyakinan serta tujuan hidup individu (Park & Folkman, 1997; Park, 2010, 2022).
b. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesulitan dalam membangun makna berhubungan dengan berbagai masalah psikologis, seperti depresi setelah putus hubungan, kedukaan berkepanjangan, dan distres pascatrauma. Temuan ini menegaskan bahwa proses pemaknaan merupakan faktor penting dalam penyesuaian psikologis (Frost et al., 2016; Lichtenthal et al., 2011; Park, 2022).
c. Proses pemaknaan dapat diwujudkan melalui berbagai bentuk, seperti penyusunan narasi pengalaman, religiusitas dan spiritualitas, interpretasi kognitif terhadap peristiwa, maupun karakteristik kepribadian individu (Neimeyer, 2001; Davis et al., 1998; Frost et al., 2016; Lichtenthal et al., 2011; Sørensen et al., 2015; Steger et al., 2006).
d. Proses pemaknaan tidak hanya berlangsung secara individual, tetapi juga dipengaruhi oleh hubungan sosial dan dukungan dari lingkungan, termasuk komunitas keagamaan yang membantu individu membangun serta

mempertahankan makna hidup (Sørensen et al., 2015).

e. Selain dipengaruhi oleh peristiwa yang memicu krisis, kebutuhan akan makna juga bersifat dinamis. Individu dapat membangun kembali makna melalui berbagai aspek kehidupan yang berbeda dari sumber permasalahan yang dialami (Heine, Proulx, & Vohs, 2006).

KESIMPULAN

Kajian sistematis terhadap delapan teori dan lima studi empiris ini menegaskan bahwa proses pemaknaan *(meaning-making)* merupakan mekanisme psikologis lintas konteks yang berperan penting dalam membantu individu beradaptasi terhadap peristiwa hidup yang penuh tekanan. Secara teoretis, berbagai perspektif yang tampak berdiri sendiri, mulai dari logoterapi Frankl, teori asumsi dasar Janoff-Bulman, model stres-koping Park dan Folkman, model rekonstruksi makna Neimeyer, hingga model integratif Park, pada dasarnya bertemu pada satu benang merah yang sama, yaitu adanya ketidaksesuaian antara makna situasional dan makna global yang mendorong individu melakukan upaya pemaknaan untuk memulihkan koherensi psikologisnya. Temuan dari kelima konteks empiris (putus hubungan romantis, kedukaan dan koping religius, pemulihan penyalahgunaan zat, trauma secara umum, serta kepribadian dan gaya kognitif) menunjukkan bahwa keberhasilan membangun makna secara konsisten berkaitan dengan penyesuaian psikologis yang lebih baik, sedangkan kegagalan atau kebuntuan dalam proses tersebut berkaitan dengan distres, depresi, dan kedukaan yang berkepanjangan.

Secara praktis, temuan ini merekomendasikan agar intervensi psikologi klinis dan konseling, khususnya pada individu yang mengalami kehilangan, putus hubungan, atau trauma, tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala emosional, tetapi juga secara eksplisit memfasilitasi proses pemaknaan, misalnya melalui penyusunan narasi, penilaian ulang yang positif *(positive reappraisal)*, maupun pemanfaatan sumber daya religius dan spiritual bagi klien yang relevan. Mengingat proses pemaknaan juga bersifat sosial-relasional, dukungan dari komunitas dan lingkungan sosial klien perlu turut dipertimbangkan dalam rancangan intervensi.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan, yaitu sumber yang digunakan sebagian besar berasal dari konteks budaya Barat, sehingga generalisasi temuan pada konteks budaya Indonesia perlu dilakukan secara hati-hati. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan memperluas cakupan literatur pada konteks budaya non-Barat termasuk Indonesia, serta menguji secara empiris pola-pola umum proses pemaknaan yang dirumuskan dalam kajian ini pada populasi klinis maupun nonklinis di Indonesia.

DAFTAR REFERENSI

Baumeister, R. F. (1991). *Meanings of life*. Guilford Press.

Davis, C. G., Nolen-Hoeksema, S., & Larson, J. (1998). Making sense of loss and benefiting from the experience: Two construals of meaning. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(2), 561–574. https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.2.561

Frankl, V. E. (1959). *Man's search for meaning*. Beacon Press.

Frost, D. M., Rubin, J. D., & Darcangelo, N. (2016). Making meaning of significant events in past relationships: Implications for depression among newly single individuals. *Journal of Social and Personal Relationships, 33*(7), 938–960. https://doi.org/10.1177/0265407515612241

Heine, S. J., Proulx, T., & Vohs, K. D. (2006). The meaning maintenance model: On the coherence of social motivations. *Personality and Social Psychology Review, 10*(2), 88–110.

https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1002_1

Janoff-Bulman, R. (1992). *Shattered assumptions: Towards a new psychology of trauma*. Free Press.

Lichtenthal, W. G., Burke, L. A., & Neimeyer, R. A. (2011). Religious coping and meaning-making following the loss of a loved one. *Counseling and Spirituality, 30*, 113–136.

Neimeyer, R. A. (Ed.). (2001). *Meaning reconstruction and the experience of loss*. American Psychological Association.

Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin, 136*(2), 257–301. https://doi.org/10.1037/a0018301

Park, C. L. (2022). Meaning making following trauma. *Frontiers in Psychology, 13*, Article 844891. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.844891

Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology, 1*(2), 115–144. https://doi.org/10.1037/1089-2680.1.2.115

Sørensen, T., Lien, L., Landheim, A., & Danbolt, L. J. (2015). Meaning-making, religiousness and spirituality in religiously founded substance misuse services: A qualitative study of staff and patients' experiences. *Religions, 6*(1), 92–106. https://doi.org/10.3390/rel6010092

Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D. (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality, 76*(2), 199–228. https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2007.00484.x