



KONVERGENSI JALUR MENUJU TRANSFORMASI TRANSPERSONAL: ANALISIS LINTAS KASUS EMPAT PENGALAMAN KESEHATAN HOLOTROPIK DALAM PERSPEKTIF STANISLAV GROF

Denny Devantara Lastari, Yollga Imantyo Adyatma, Faiq Dzaky, Fariz Azzahra
Hidayat

Universitas Muria Kudus

*Penulis Korespondensi: 202360039@std.umk.ac.id

Abstract. *This study aims to identify convergent structural patterns of transpersonal experiences that emerge through different pathways. Using a qualitative approach with a multiple case study and cross-case synthesis design, this study involved four subjects who experienced psychological transformation through contemplative reading, a peak experience in nature (mountain climbing), an existential crisis followed by religious practices, and an experience of synchronicity. Based on Stanislav Grof's holotropic consciousness perspective, the cross-case analysis showed that although the triggering pathways were heterogeneous, all subjects exhibited relatively similar transformation patterns: a weakening of ego orientation, the emergence of experiences transcending personal identity, the reconstruction of life's meaning, and the formation of a more adaptive psychological identity. These findings support Grof's proposition regarding multiple-access domains and yield a six-stage conceptual model of transpersonal transformation that can serve as a theoretical contribution to transpersonal psychology in Indonesia.*

Keywords: *transpersonal psychology, holotropic consciousness, Stanislav Grof, multiple case study, cross-case synthesis, psychological transformation*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi pola struktural yang konvergen dari pengalaman transpersonal yang muncul melalui jalur berbeda. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain multiple case study dan cross-case synthesis, penelitian ini melibatkan empat subjek yang mengalami transformasi psikologis melalui jalur kontemplasi membaca, pengalaman puncak di alam (pendakian gunung), krisis eksistensial yang diikuti praktik ibadah, serta pengalaman sinkronisitas. Berdasarkan perspektif kesadaran holotropik Stanislav Grof, analisis lintas kasus menunjukkan bahwa meskipun jalur pemicu bersifat heterogen, seluruh subjek memperlihatkan pola transformasi yang relatif serupa: melemahnya orientasi ego, munculnya pengalaman yang melampaui identitas personal, rekonstruksi makna hidup, serta terbentuknya identitas psikologis yang lebih adaptif. Temuan ini mendukung proposisi Grof mengenai multiple-access domain dan menghasilkan model konseptual transformasi transpersonal enam tahap yang dapat menjadi kontribusi teoretis bagi psikologi transpersonal di Indonesia..

Kata kunci: psikologi transpersonal, kesadaran holotropik, Stanislav Grof, multiple case study, cross-case synthesis, transformasi psikologis

1. LATAR BELAKANG

Psikologi modern pada awal perkembangannya lebih banyak memusatkan perhatian pada perilaku yang dapat diamati, proses kognitif, serta gangguan psikologis yang bersifat patologis. Perkembangan tersebut menghasilkan berbagai teori yang mampu

Naskah Masuk: 29 Juni 2026; Revisi: 29 Juni 2026; Diterima: 29 Juni 2026; ; Terbit: 30 Juni 2026.

menjelaskan mekanisme belajar, emosi, maupun fungsi mental, namun belum sepenuhnya mampu menjelaskan pengalaman manusia yang bersifat transenden, seperti perasaan menyatu dengan alam, perubahan identitas yang mendalam, pengalaman spiritual, maupun transformasi kesadaran yang muncul setelah krisis kehidupan. Keterbatasan tersebut mendorong lahirnya psikologi transpersonal sebagai perluasan psikologi humanistik yang menempatkan pengalaman subjektif, spiritualitas, dan potensi tertinggi manusia sebagai objek kajian ilmiah (Sutich, 1969; Walsh & Vaughan, 1993).

Di antara tokoh yang memberikan kontribusi besar terhadap perkembangan psikologi transpersonal, Stanislav Grof mengembangkan konsep holotropic states of consciousness, yaitu kondisi kesadaran yang bergerak menuju keutuhan (holos) melalui reorganisasi struktur psikologis individu (Grof, 2000). Berbeda dengan pendekatan yang memandang perubahan kesadaran sebagai bentuk penyimpangan psikologis, Grof menjelaskan bahwa pengalaman transpersonal dapat menjadi bagian dari proses perkembangan manusia apabila mampu diintegrasikan secara adaptif ke dalam kehidupan sehari-hari (Grof & Grof, 2017). Dalam perspektif ini, pengalaman spiritual, pengalaman puncak (peak experience), maupun krisis eksistensial tidak selalu dipahami sebagai gangguan, melainkan dapat menjadi pintu masuk menuju transformasi psikologis yang lebih matang.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa pengalaman transpersonal dapat muncul melalui berbagai jalur. Maslow (1968) menjelaskan bahwa peak experience dapat muncul ketika individu mengalami rasa kagum (awe), kedamaian, atau keterhubungan yang mendalam terhadap realitas. Di sisi lain, Csikszentmihalyi (1990) menunjukkan bahwa kondisi flow mampu membawa individu pada pengalaman kesadaran yang sangat mendalam melalui aktivitas yang dilakukan secara penuh perhatian. Penelitian lain menjelaskan bahwa pengalaman transpersonal juga dapat berkembang melalui krisis eksistensial, praktik spiritual, maupun pengalaman sinkronisitas yang memberikan makna baru terhadap kehidupan (Frankl, 1985; Jung, 1973; Yaden et al., 2017).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian terdahulu masih mengkaji pengalaman transpersonal melalui satu jalur pemicu tertentu. Beberapa penelitian berfokus pada meditasi dan praktik spiritual, sebagian lain meneliti pengalaman di alam,

sementara penelitian mengenai krisis spiritual maupun sinkronisitas juga umumnya dilakukan secara terpisah. Pendekatan tersebut menghasilkan pemahaman yang mendalam terhadap masing-masing fenomena, tetapi belum mampu menjelaskan apakah pengalaman yang muncul melalui jalur yang sangat berbeda sebenarnya memiliki struktur psikologis yang sama.

Kesenjangan tersebut menjadi penting karena teori Grof pada dasarnya mengemukakan bahwa domain transpersonal merupakan wilayah kesadaran yang dapat diakses melalui berbagai wahana (multiple-access domain). Apabila proposisi tersebut benar, maka pengalaman transpersonal yang muncul melalui aktivitas membaca reflektif, pengalaman alam, krisis eksistensial, maupun pengalaman sinkronisitas seharusnya tetap memperlihatkan pola transformasi yang serupa, meskipun dipicu oleh konteks yang berbeda. Hingga saat ini, penelitian yang secara langsung membandingkan keempat jalur tersebut dalam satu kerangka analisis masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks budaya Indonesia.

Penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut melalui analisis lintas kasus terhadap empat individu yang mengalami transformasi transpersonal melalui jalur yang berbeda, yaitu kontemplasi membaca, pengalaman puncak ketika mendaki gunung, krisis eksistensial yang diikuti praktik ibadah, serta pengalaman sinkronisitas dalam kehidupan sehari-hari. Alih-alih membandingkan mana jalur yang paling efektif, penelitian ini berfokus untuk mengidentifikasi pola struktural yang muncul setelah individu melewati pengalaman tersebut. Dengan demikian, perhatian utama penelitian tidak terletak pada perbedaan pemicu, melainkan pada kesamaan proses transformasi psikologis yang dialami masing-masing subjek.

Berdasarkan perspektif kesadaran holotropik Stanislav Grof, penelitian ini mengajukan asumsi bahwa berbagai jalur pengalaman transpersonal pada akhirnya bermuara pada struktur transformasi yang konvergen. Struktur tersebut ditandai oleh melemahnya pola ego lama, munculnya pengalaman yang melampaui identitas personal, rekonstruksi makna hidup, serta terbentuknya identitas psikologis yang lebih adaptif. Melalui analisis lintas kasus, penelitian ini tidak hanya mendeskripsikan pengalaman masing-masing subjek, tetapi juga menyusun model konseptual mengenai mekanisme

transformasi transpersonal yang dapat menjadi kontribusi teoritis bagi pengembangan psikologi transpersonal di Indonesia.

Secara teoretis, penelitian ini memperluas penerapan teori kesadaran holotropik Grof dengan menunjukkan bahwa struktur pengalaman transpersonal bersifat konvergen meskipun dipicu oleh jalur yang heterogen. Secara praktis, temuan penelitian diharapkan dapat membantu psikolog, konselor, maupun praktisi kesehatan mental untuk memahami bahwa perubahan identitas yang tampak drastis tidak selalu merupakan indikator psikopatologi, tetapi dalam kondisi tertentu dapat mencerminkan proses perkembangan psikologis yang sehat apabila individu mampu mengintegrasikan pengalaman tersebut secara konstruktif.

2. KAJIAN TEORITIS

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain multiple case study yang dipadukan dengan cross-case synthesis untuk mengidentifikasi pola umum dari beberapa kasus yang memiliki karakteristik serupa, tetapi muncul melalui konteks yang berbeda (Yin, 2018). Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian bukan untuk melakukan generalisasi statistik, melainkan memahami struktur pengalaman transpersonal secara mendalam melalui perbandingan lintas kasus.

Subjek penelitian terdiri atas empat individu yang dipilih secara purposive berdasarkan kriteria pernah mengalami pengalaman yang secara subjektif dipersepsikan sebagai titik balik psikologis atau spiritual yang menghasilkan perubahan bermakna dalam kehidupannya. Keempat subjek mewakili empat jalur pengalaman yang berbeda, yaitu kontemplasi membaca reflektif, pengalaman puncak ketika mendaki gunung, krisis eksistensial yang diikuti praktik ibadah, serta pengalaman sinkronisitas dalam kehidupan sehari-hari.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Subjek	Jalur Pemicu	Kondisi Sebelum	Bentuk Pengalaman	Transformasi
P	Kontemplasi membaca	Impulsif, bergantung pada validasi sosial	Flow reflektif	Lebih tenang dan reflektif
M	Pendakian gunung	Tergesa-gesa, kurang reflektif	Peak experience	Lebih bersyukur dan mindful
H	Krisis eksistensial dan praktik ibadah	Self-centered, ilusi kontrol	Spiritual surrender	Lebih rendah hati dan adaptif
J	Pengalaman sinkronisitas	Skeptis terhadap spiritualitas	Meaningful coincidence	Memaknai keterhubungan manusia, alam, dan Tuhan

Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi partisipatif, dan dokumentasi yang dilakukan secara konsisten pada seluruh subjek. Wawancara diarahkan untuk mengeksplorasi kondisi sebelum pengalaman transpersonal, faktor pemicu, karakteristik pengalaman yang dialami, serta perubahan psikologis yang dirasakan setelahnya. Observasi digunakan untuk memperoleh informasi mengenai ekspresi emosional, konsistensi narasi, dan perubahan perilaku, sedangkan dokumentasi berfungsi sebagai data pendukung untuk memperkuat interpretasi hasil penelitian.

Analisis data dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama adalah within-case analysis, yaitu menganalisis setiap kasus secara individual untuk mengidentifikasi dinamika pengalaman transpersonal masing-masing subjek. Tahap kedua adalah cross-case synthesis, yaitu membandingkan seluruh kasus guna menemukan tema-tema yang berulang serta membangun model konseptual mengenai struktur transformasi transpersonal lintas jalur. Proses analisis mengikuti tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sebagaimana dikemukakan oleh Miles, Huberman, dan

Saldana (2014), dengan interpretasi akhir menggunakan kerangka teori kesadaran holotropik Stanislav Grof.

Untuk meningkatkan kredibilitas penelitian, peneliti menerapkan triangulasi metode melalui penggunaan wawancara, observasi, dan dokumentasi, serta melakukan member checking kepada seluruh subjek guna memastikan bahwa interpretasi yang dihasilkan sesuai dengan pengalaman yang mereka maksudkan. Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi persetujuan partisipan (informed consent), kerahasiaan identitas, dan penggunaan data semata-mata untuk kepentingan akademik.

3. METODE PENELITIAN

Bagian ini memuat rancangan penelitian meliputi disain penelitian, populasi/sampel penelitian, teknik dan instrumen pengumpulan data, alat analisis data, dan model penelitian yang digunakan. Metode yang sudah umum tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup merujuk ke referensi acuan (misalnya: rumus uji-F, uji-t, dll). Pengujian validitas dan reliabilitas instrumen penelitian tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup dengan mengungkapkan hasil pengujian dan interpretasinya. Keterangan simbol pada model dituliskan dalam kalimat.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis terhadap empat subjek menunjukkan bahwa pengalaman transpersonal muncul melalui jalur pemicu yang berbeda, namun menghasilkan pola perubahan psikologis yang memiliki karakteristik serupa. Perbedaan utama terletak pada konteks yang memicu pengalaman tersebut, sedangkan proses transformasi setelah pengalaman berlangsung memperlihatkan konvergensi pada beberapa aspek, seperti perubahan cara memandang diri, peningkatan refleksi diri, pelemahan orientasi ego, serta terbentuknya makna hidup yang lebih adaptif.

Tabel 2. Perbandingan Dinamika Pengalaman Transpersonal Antar Subjek

Aspek	P	M	H	J
Jalur pemicu	Kontemplasi membaca	Pendakian gunung	Krisis eksistensial dan praktik ibadah	Pengalaman sinkronisitas
Kondisi awal	Impulsif, bergantung pada validasi sosial	Tergesa-gesa dan kurang reflektif	Self-centered dan ilusi kontrol	Skeptis terhadap pengalaman spiritual
Momen transformatif	Flow reflektif	Peak experience	Spiritual surrender	Meaningful coincidence
Perubahan utama	Reflektif dan mandiri	Mindful dan bersyukur	Rendah hati dan menerima keterbatasan	Memaknai keterhubungan manusia, alam, dan Tuhan
Dampak jangka panjang	Otonomi psikologis	Kedewasaan emosional	Integrasi spiritual	Orientasi hidup yang lebih bermakna

Tabel 2 menunjukkan bahwa setiap subjek mengalami pengalaman transpersonal melalui konteks yang berbeda. Subjek P mengalami perubahan setelah aktivitas membaca reflektif yang dilakukan secara intens, M melalui pengalaman puncak ketika berada di alam, H melalui krisis eksistensial yang diikuti praktik ibadah, sedangkan J melalui pengalaman sinkronisitas yang berulang dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun pemicunya heterogen, seluruh subjek menunjukkan perubahan menuju pola kehidupan yang lebih reflektif, adaptif, dan bermakna.

Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa seluruh subjek mengalami proses perubahan yang berlangsung secara bertahap. Sebelum pengalaman transpersonal, seluruh subjek menunjukkan dominasi orientasi ego, meskipun dalam bentuk yang berbeda. Pada subjek P orientasi tersebut tampak dalam kebutuhan akan validasi sosial, M dalam kehidupan yang kurang reflektif, H dalam keyakinan bahwa seluruh aspek kehidupan dapat dikendalikan sendiri, sedangkan J dalam skeptisisme terhadap dimensi spiritual.

Perbedaan orientasi awal tersebut kemudian diikuti oleh pengalaman yang mengganggu pola berpikir sebelumnya. Pada tahap ini, masing-masing subjek mengalami pengalaman yang sulit dijelaskan secara rasional, namun dipersepsikan sebagai titik balik yang mengubah cara mereka memahami diri maupun realitas di sekitarnya. Pengalaman tersebut tidak selalu muncul secara tiba-tiba, melainkan berkembang melalui proses refleksi yang berulang hingga akhirnya menghasilkan perubahan nilai yang menetap.

Tabel 3. Tema Konvergen Pengalaman Transpersonal

Tema	Manifestasi pada Seluruh Subjek
Disintegrasi pola lama	Cara berpikir lama mulai dipertanyakan
Pelemahan orientasi ego	Berkurangnya kebutuhan mengendalikan atau membuktikan diri
Pengalaman melampaui diri	Muncul rasa damai, keterhubungan, atau makna baru
Rekonstruksi makna	Pengalaman lama ditafsirkan kembali dengan perspektif baru
Integrasi	Nilai baru diterapkan dalam kehidupan sehari-hari

Kelima tema tersebut muncul secara konsisten pada seluruh subjek meskipun jalur pengalaman berbeda. Temuan ini menunjukkan bahwa perbedaan konteks tidak mengubah struktur dasar transformasi psikologis yang dialami masing-masing individu.

PEMBAHASAN

Konvergensi Jalur Menuju Transformasi Transpersonal

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pengalaman transpersonal tidak bergantung pada satu jenis aktivitas tertentu, melainkan dapat muncul melalui berbagai jalur yang berbeda. Aktivitas membaca reflektif, pengalaman berada di alam, krisis eksistensial, maupun pengalaman sinkronisitas sama-sama berfungsi sebagai pemicu munculnya perubahan kesadaran yang menghasilkan transformasi psikologis. Temuan ini memperkuat pandangan Grof (2000) bahwa domain transpersonal merupakan wilayah kesadaran yang dapat diakses melalui berbagai wahana (*multiple-access domain*).

Meskipun setiap subjek memiliki latar belakang pengalaman yang berbeda, seluruhnya memperlihatkan pola perubahan yang serupa, yaitu pergeseran dari orientasi yang berpusat pada ego menuju cara pandang yang lebih luas terhadap diri dan kehidupan. Perubahan tersebut tidak hanya ditunjukkan melalui perubahan perilaku, tetapi juga melalui perubahan sistem makna yang menjadi dasar individu dalam memahami realitas.

Disintegrasi Ego sebagai Awal Transformasi

Seluruh subjek menunjukkan bahwa perubahan tidak dimulai dari munculnya pengalaman transpersonal, melainkan dari melemahnya struktur psikologis lama yang sebelumnya dianggap stabil. Pada subjek P kondisi tersebut muncul melalui refleksi panjang terhadap pengalaman masa lalu, pada M melalui pengalaman kagum terhadap alam, pada H melalui kegagalan hidup yang mengguncang keyakinan mengenai kontrol diri, sedangkan pada J melalui akumulasi pengalaman yang dianggap memiliki keterhubungan makna.

Perubahan tersebut sejalan dengan konsep ego disintegration yang dijelaskan oleh Grof dan Grof (2017), yaitu kondisi ketika struktur identitas lama mulai kehilangan kemampuannya dalam menjelaskan pengalaman hidup individu. Dalam penelitian ini, proses tersebut tidak dipahami sebagai gangguan psikologis, melainkan sebagai tahap awal reorganisasi kesadaran menuju struktur identitas yang lebih adaptif.

Rekonstruksi Makna Melalui Pengalaman Transpersonal

Setelah mengalami perubahan kesadaran, seluruh subjek melakukan proses rekonstruksi makna terhadap pengalaman hidupnya. Pengalaman masa lalu yang sebelumnya dipersepsikan sebagai sumber penderitaan mulai dipahami sebagai bagian dari proses pembelajaran dan pertumbuhan psikologis.

Pada subjek P, proses tersebut terjadi melalui kontemplasi membaca yang menghasilkan refleksi terhadap pengalaman trauma. Pada M, pengalaman puncak di alam membentuk rasa syukur dan kesadaran mengenai posisi manusia di tengah alam semesta. H memaknai kembali kegagalan hidup sebagai sarana pembelajaran spiritual, sedangkan J menafsirkan pengalaman sinkronisitas sebagai bentuk keterhubungan antara manusia, alam, dan Tuhan.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman transpersonal tidak berhenti pada munculnya emosi positif sesaat, tetapi berkembang menjadi perubahan sistem makna yang memengaruhi cara individu menjalani kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, transformasi yang terjadi bersifat berkelanjutan, bukan sekadar respons emosional sementara.

Model Konseptual Transformasi Transpersonal

Berdasarkan sintesis lintas kasus, penelitian ini mengusulkan model konseptual mengenai mekanisme transformasi transpersonal yang menunjukkan bahwa berbagai jalur pengalaman pada akhirnya mengikuti struktur perubahan yang relatif serupa.

Tabel 4. Model Konseptual Transformasi Transpersonal

Tahap	Karakteristik
Kondisi awal	Dominasi orientasi ego dan pola hidup lama
Pemicu	Membaca reflektif, alam, krisis eksistensial, atau sinkronisitas
Pengalaman transpersonal	Muncul pengalaman yang melampaui kerangka berpikir sebelumnya
Rekonstruksi makna	Individu menafsirkan kembali pengalaman hidup secara lebih luas
Integrasi	Nilai baru diterapkan dalam kehidupan sehari-hari
Transformasi	Terbentuk identitas yang lebih reflektif, adaptif, dan bermakna

Model tersebut memperlihatkan bahwa jalur pemicu hanya memengaruhi cara individu memasuki pengalaman transpersonal, tetapi tidak mengubah struktur transformasi psikologis setelah pengalaman tersebut terjadi. Dengan kata lain, pengalaman membaca, alam, spiritualitas, maupun sinkronisitas berfungsi sebagai vehicle, sedangkan mekanisme perubahan yang terjadi setelahnya memperlihatkan pola yang konvergen.

Implikasi Teoretis

Temuan penelitian memperluas penerapan teori kesadaran holotropik Stanislav Grof dengan menunjukkan bahwa heterogenitas pemicu tidak selalu menghasilkan heterogenitas struktur pengalaman. Sebaliknya, berbagai jalur yang berbeda justru bermuara pada pola transformasi psikologis yang relatif serupa. Hasil ini mendukung konsep multiple-access domain yang menyatakan bahwa domain transpersonal dapat diakses melalui berbagai konteks kehidupan tanpa harus dibatasi pada praktik spiritual formal ataupun kondisi kesadaran non-ordinari yang ekstrem.

Selain memperkuat teori Grof, penelitian ini juga mengintegrasikan konsep peak experience (Maslow), flow (Csikszentmihalyi), spiritual emergency (Grof & Grof), dan synchronicity (Jung) sebagai mekanisme spesifik yang berbeda, tetapi mengarah pada struktur transformasi yang sama. Dengan demikian, teori-teori tersebut tidak diposisikan sebagai penjelasan yang saling bersaing, melainkan sebagai lensa yang menjelaskan variasi jalur menuju pengalaman transpersonal

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman transpersonal dapat muncul melalui berbagai jalur yang berbeda, mulai dari kontemplasi membaca, pengalaman berada di alam, krisis eksistensial yang diikuti praktik spiritual, hingga pengalaman sinkronisitas dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun setiap subjek memasuki pengalaman tersebut melalui konteks yang berbeda, analisis lintas kasus memperlihatkan adanya pola transformasi psikologis yang konvergen.

Seluruh subjek mengalami perubahan yang diawali oleh melemahnya pola orientasi ego, diikuti pengalaman yang melampaui kerangka berpikir sebelumnya, kemudian berkembang menjadi proses rekonstruksi makna dan akhirnya terintegrasi ke dalam identitas baru yang lebih reflektif, adaptif, serta bermakna. Temuan ini mendukung pandangan Stanislav Grof bahwa domain transpersonal merupakan wilayah kesadaran yang dapat diakses melalui berbagai wahana (*multiple-access domain*), sementara struktur transformasi yang dihasilkan menunjukkan karakteristik yang relatif serupa.

Kontribusi utama penelitian ini terletak pada penyusunan model konseptual transformasi transpersonal yang menggambarkan bahwa keragaman jalur pemicu tidak selalu menghasilkan keragaman struktur pengalaman. Jalur pengalaman berfungsi sebagai *vehicle* yang berbeda, sedangkan mekanisme perubahan psikologis yang terjadi setelah pengalaman tersebut memperlihatkan pola yang konvergen. Model ini memperluas penerapan teori kesadaran holotropik dalam konteks budaya Indonesia sekaligus mengintegrasikan konsep flow, peak experience, spiritual emergency, dan synchronicity ke dalam satu kerangka analitis yang saling melengkapi.

Secara praktis, hasil penelitian memberikan implikasi bahwa perubahan identitas yang tampak drastis tidak selalu mencerminkan gangguan psikologis. Dalam kondisi

tertentu, perubahan tersebut dapat dipahami sebagai bagian dari proses perkembangan psikologis yang sehat apabila individu mampu mengintegrasikan pengalaman transpersonal secara konstruktif ke dalam kehidupannya. Temuan ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi psikolog, konselor, maupun praktisi kesehatan mental dalam memahami dinamika transformasi psikologis yang berakar pada pengalaman transpersonal.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah partisipan yang lebih beragam, termasuk latar belakang budaya dan agama yang berbeda, sehingga model konseptual yang dihasilkan dapat diuji kembali pada konteks yang lebih luas. Selain itu, penggunaan pendekatan longitudinal juga diperlukan untuk memahami keberlanjutan transformasi transpersonal dalam rentang waktu yang lebih panjang.

DAFTAR REFERENSI

- Bowen, G. A. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 9(2), 27-40.
- Boyce, C., & Neale, P. (2006). *Conducting in-depth interviews: A guide for designing and conducting in-depth interviews for evaluation input*. Pathfinder International.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2017). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience*. Harper & Row.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2018). *The Sage handbook of qualitative research* (5th ed.). Sage Publications.
- Frankl, V. E. (1985). *Man's search for meaning*. Washington Square Press.
- Garcia-Romeu, A., Himelstein, S. P., & Kaminker, J. (2015). Self-transcendent experience: A grounded theory study. *Qualitative Research*, 15(5), 633-654.
- Grof, S. (1985). *Beyond the brain: Birth, death, and transcendence in psychotherapy*. State University of New York Press.
- Grof, S. (2000). *Psychology of the future: Lessons from modern consciousness research*. State University of New York Press.
- Grof, S., & Grof, C. (2017). Spiritual emergency revisited: The evolution of a revolutionary concept. *International Journal of Transpersonal Studies*, 36(2), 30-43.

- Hartelius, G., & Ferrer, J. N. (2013). *The Wiley-Blackwell handbook of transpersonal psychology*. Wiley-Blackwell.
- Jung, C. G. (1973). *Synchronicity: An acausal connecting principle*. Princeton University Press.
- Kawulich, B. B. (2005). Participant observation as a data collection method. *Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research*, 6(2).
- Koltko-Rivera, M. E. (2006). Rediscovering the later version of Maslow's hierarchy of needs. *Review of General Psychology*, 10(4), 302-317.
- Lajoie, D. H., & Shapiro, S. I. (1992). Definitions of transpersonal psychology: The first twenty-three years. *Journal of Transpersonal Psychology*, 24(1), 79-98.
- Maslow, A. H. (1968). *Toward a psychology of being* (2nd ed.). Van Nostrand.
- May, R. (1977). *The meaning of anxiety*. W. W. Norton.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person*. Houghton Mifflin.
- Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage Publications.
- Sutich, A. J. (1969). Some considerations regarding transpersonal psychology. *Journal of Transpersonal Psychology*, 1(1), 11-20.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1-18.
- Walsh, R., & Vaughan, F. (1993). *Paths beyond ego: The transpersonal vision*. Tarcher.
- Yaden, D. B., Haidt, J., Hood, R. W., Vago, D. R., & Newberg, A. B. (2017). The varieties of self-transcendent experience. *Review of General Psychology*, 21(2), 143-160.
- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). Sage Publications.