

***Spiritual Coping* Tokoh Delisa dalam Menghadapi Bencana: Kajian Psikologi Sastra pada Novel *Hafalan Shalat Delisa* Karya Tere Liye**

***Modi Eli Sabel**

*Universitas Negeri Surabaya, Indonesia
email: [*modi.23021@mhs.unesa.ac.id](mailto:modi.23021@mhs.unesa.ac.id)

Abstract

This study aims to analyze the spiritual coping strategies employed by the character Delisa in the face of disaster and examine the relationship between traumatic experiences and the strengthening of faith in Tere Liye's novel *Hafalan Shalat Delisa*. This study uses a qualitative approach with descriptive analytical methods through the study of literary psychology. The primary data source is the novel *Hafalan Shalat Delisa*, while secondary data are obtained from various scientific articles and relevant research on spiritual coping, literary psychology, trauma, and religiosity. Data collection techniques were conducted through reading and note-taking, then analyzed descriptively and interpretively. The results show that the character Delisa exhibits several forms of spiritual coping, namely patience in the face of disaster, acceptance of God's destiny, a habit of prayer, a sincere attitude towards loss, and steadfastness in carrying out religious duties. These forms of spiritual coping play a role in helping Delisa maintain psychological resilience and build optimism after experiencing a disaster. This study demonstrates that spirituality plays a crucial role in the process of building resilience and strengthening the faith of characters in religious literary works.

Keywords: *Spiritual Coping, Literary Psychology, Trauma, Faith*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk-bentuk *spiritual coping* tokoh Delisa dalam menghadapi bencana serta mengkaji hubungan antara pengalaman traumatis dan penguatan keimanan dalam novel *Hafalan Shalat Delisa* karya Tere Liye. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analitis melalui kajian psikologi sastra. Sumber data utama berupa novel *Hafalan Shalat Delisa*, sedangkan data sekunder diperoleh dari berbagai artikel ilmiah dan penelitian relevan mengenai *spiritual coping*, psikologi sastra, trauma, dan religiusitas. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik baca dan catat, kemudian dianalisis secara deskriptif interpretatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tokoh Delisa memiliki beberapa bentuk *spiritual coping*, yaitu sikap sabar dalam menghadapi musibah, penerimaan terhadap takdir Tuhan, kebiasaan berdo'a, sikap ikhlas atas kehilangan, serta keteguhan menjalankan ibadah. Bentuk-bentuk *spiritual coping* tersebut berperan dalam membantu tokoh Delisa mempertahankan ketahanan psikologis dan membangun optimisme setelah mengalami bencana. Penelitian ini menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki peran penting dalam proses pembentukan resiliensi dan penguatan keimanan tokoh dalam karya sastra religius.

Kata Kunci: *Spiritual Coping, Psikologi Sastra, Trauma, Keimanan*

PENDAHULUAN

Sastra sebagai produk budaya tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media refleksi kehidupan manusia yang kompleks, termasuk aspek psikologis dan spiritual. Dalam perspektif psikologi sastra, karya sastra dipandang sebagai representasi kondisi kejiwaan tokoh yang dapat dianalisis untuk memahami respons individu terhadap berbagai pengalaman hidup, terutama dalam situasi yang menekan. Dengan demikian, kajian sastra tidak hanya berfokus pada aspek estetika, tetapi juga pada dimensi psikologis yang terkandung di dalamnya.

Salah satu fenomena yang memiliki dampak signifikan terhadap kondisi psikologis individu adalah bencana. Bencana tidak hanya menimbulkan kerugian material, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental, seperti trauma, kecemasan, dan stres berkepanjangan. Dalam menghadapi kondisi tersebut, individu memerlukan strategi penyesuaian diri atau *coping* untuk mempertahankan keseimbangan psikologisnya. Dalam konteks masyarakat religius, *coping* tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga melibatkan dimensi spiritual atau religius sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan hidup.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa *spiritual coping* memiliki peran penting dalam membantu individu menghadapi situasi krisis. Studi yang dilakukan oleh (Sari & Sutarto, 2023) menunjukkan bahwa pendekatan spiritual dalam strategi coping berkontribusi terhadap peningkatan resiliensi individu dalam menghadapi stres. Selain itu, penelitian oleh (Kurniawaty, 2025) mengungkapkan bahwa spiritual coping berperan dalam memperkuat ketahanan mental melalui proses pemaknaan pengalaman hidup. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Sulistyorini, n.d.) yang menyatakan bahwa spiritualitas memiliki hubungan positif dengan kemampuan coping pada individu yang mengalami tekanan, termasuk dalam konteks pascabencana.

Lebih lanjut, pendekatan spiritual juga terbukti efektif dalam proses pemulihan trauma. Penelitian yang dilakukan (Sulistyorini, n.d.) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi pengalaman traumatis.

Hal ini menunjukkan bahwa *spiritual coping* tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme pertahanan psikologis, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun makna dan harapan dalam situasi yang penuh ketidakpastian.

Konsep *spiritual coping* tersebut relevan untuk dikaji dalam karya sastra, khususnya novel yang mengangkat tema religius dan kemanusiaan. Novel *Hafalan Shalat Delisa* karya Tere Liye merupakan salah satu karya yang merepresentasikan fenomena tersebut. Novel ini mengisahkan pengalaman seorang anak bernama Delisa yang menghadapi bencana tsunami dan kehilangan anggota keluarganya. Dalam situasi tersebut, tokoh Delisa digambarkan mampu bertahan melalui kekuatan iman, kesabaran, dan keikhlasan. Representasi tersebut menunjukkan adanya mekanisme *spiritual coping* yang menarik untuk dianalisis dalam perspektif psikologi sastra.

Penelitian terdahulu mengenai novel *Hafalan Shalat Delisa* umumnya berfokus pada nilai religius, pendidikan karakter, dan pesan moral yang terkandung dalam cerita. Namun, kajian yang secara khusus menyoroti *spiritual coping* sebagai mekanisme psikologis tokoh dalam menghadapi bencana masih terbatas. Padahal, pendekatan ini penting untuk mengungkap bagaimana nilai-nilai keimanan tidak hanya berfungsi sebagai ajaran normatif, tetapi juga sebagai strategi adaptif dalam menghadapi tekanan psikologis.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk-bentuk *spiritual coping* yang dilakukan oleh tokoh Delisa dalam menghadapi bencana, serta mengkaji keterkaitan antara pengalaman traumatis dan penguatan keimanan yang direpresentasikan dalam novel. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian sastra, khususnya dalam perspektif psikologi sastra dan pendidikan Islam, serta memperkaya pemahaman mengenai peran spiritualitas sebagai mekanisme ketahanan psikologis dalam situasi krisis.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analitis. Pendekatan kualitatif digunakan karena penelitian berfokus pada pemahaman makna dan fenomena psikologis tokoh yang direpresentasikan dalam karya sastra. Menurut (Fadli, 2021), penelitian kualitatif bertujuan memahami fenomena secara mendalam melalui interpretasi terhadap data yang bersifat naratif dan kontekstual. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk mengungkap bentuk-bentuk *spiritual coping* yang dialami tokoh Delisa secara lebih komprehensif melalui interpretasi teks sastra. Metode deskriptif analitis digunakan untuk mendeskripsikan data berupa narasi dan dialog dalam novel, kemudian menganalisisnya menggunakan perspektif psikologi sastra. Pendekatan psikologi sastra dipilih karena penelitian ini menitikberatkan pada kondisi psikologis tokoh dalam menghadapi pengalaman traumatis akibat bencana. Penelitian dilaksanakan pada Maret hingga Mei 2026. Penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*library research*), sehingga pelaksanaannya tidak terikat pada lokasi tertentu. Seluruh proses penelitian dilakukan melalui studi dokumen terhadap novel dan berbagai sumber ilmiah yang relevan dengan topik penelitian.

Sumber data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari novel *Hafalan Shalat Delisa*, khususnya berupa kutipan narasi dan dialog yang menunjukkan bentuk *spiritual coping* tokoh Delisa. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari artikel jurnal ilmiah, buku, dan penelitian terdahulu yang berkaitan dengan psikologi sastra, *spiritual coping*, trauma, dan religiusitas yang dapat berupa satuan bahasa, narasi, dialog, maupun perilaku tokoh yang memiliki relevansi dengan fokus penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui teknik baca dan catat. Peneliti membaca novel secara intensif dan berulang untuk memahami keseluruhan isi cerita, konflik, serta kondisi psikologis tokoh. Selanjutnya, peneliti mencatat bagian-bagian yang mengandung representasi *spiritual coping*, seperti sikap sabar, ikhlas, berdoa, dan keteguhan iman tokoh Delisa dalam menghadapi bencana. Teknik baca dan catat dinilai efektif dalam penelitian sastra karena mampu membantu peneliti mengidentifikasi data tekstual secara

sistematis. (Sianipar & Hadi, 2023) menyatakan bahwa teknik baca dan catat digunakan untuk memperoleh data yang relevan melalui proses pembacaan mendalam terhadap objek penelitian. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri (*human instrument*). Peneliti berperan dalam menentukan fokus penelitian, mengumpulkan data, mengklasifikasikan data, menganalisis, hingga menarik kesimpulan. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan instrumen pendukung berupa tabel klasifikasi data untuk mempermudah proses pengelompokan bentuk-bentuk *spiritual coping* yang ditemukan dalam novel.

Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif interpretatif melalui beberapa tahap, yaitu reduksi data, penyajian data, interpretasi data, dan penarikan kesimpulan. Data yang telah diperoleh kemudian diklasifikasikan berdasarkan bentuk *spiritual coping* tokoh Delisa dalam menghadapi bencana. Analisis dalam psikologi sastra dilakukan dengan menghubungkan kondisi psikologis tokoh dengan aspek perilaku, pengalaman, dan konflik batin yang dialami tokoh dalam cerita. Melalui pendekatan tersebut, penelitian ini menganalisis hubungan antara pengalaman traumatis akibat bencana dengan penguatan keimanan tokoh Delisa sebagai bentuk *spiritual coping*. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi teori, yaitu membandingkan hasil interpretasi dengan berbagai teori dan hasil penelitian yang relevan. Teknik ini digunakan untuk meningkatkan validitas data dan memperkuat hasil interpretasi penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini menemukan bahwa tokoh Delisa dalam novel *Hafalan Shalat Delisa* karya Tere Liye menunjukkan beberapa bentuk *spiritual coping* dalam menghadapi bencana tsunami dan kehilangan anggota keluarganya. Bentuk-bentuk *spiritual coping* tersebut meliputi penerimaan terhadap takdir Tuhan, kebiasaan berdoa dan mendekatkan diri kepada Allah, sikap ikhlas dalam menerima kehilangan, serta keteguhan menjalankan ibadah di tengah situasi traumatis. Selain

itu, pengalaman bencana juga menunjukkan adanya penguatan keimanan dan pembentukan ketahanan psikologis pada diri tokoh Delisa.

Berdasarkan hasil identifikasi data, bentuk *spiritual coping* yang paling dominan ditunjukkan melalui sikap sabar dan penerimaan terhadap musibah sebagai ketentuan Tuhan. Tokoh Delisa tidak digambarkan larut dalam keputusan, melainkan tetap berusaha menjalani kehidupan meskipun mengalami kehilangan besar akibat bencana tsunami.

Tabel berikut menunjukkan bentuk-bentuk *spiritual coping* yang ditemukan dalam novel:

Tabel 1. Bentuk-Bentuk *Spiritual Coping* dalam Novel Hafalan Shalat Delisa

No.	Bentuk Spiritual Coping	Kutipan Novel	Makna Psikologis
1.	Penerimaan terhadap takdir	"Delisa menatap langit-langit rumah sakit dengan mata berkaca-kaca, tetapi ia tetap mencoba tersenyum."	Bentuk penerimaan diri terhadap musibah
2.	Berdo'a dan mendekatkan diri kepada Tuhan	"Delisa terus melafalkan do'a-do'a yang dia hafal sambil menahan rasa sakit."	Sarana memperoleh ketenangan batin
3.	Sikap ikhlas	"Kalau Ummi sudah di surga, Delisa harus ikhlas."	Regulasi emosi melalui religiusitas
4.	Keteguhan menjalankan ibadah	"Delisa tetap ingin menghafal bacaan shalat meskipun tubuhnya lemah."	Spiritualitas sebagai sumber ketahanan mental

Pembahasan

Bentuk *Spiritual Coping* Tokoh Delisa dalam Menghadapi Bencana

Spiritual coping merupakan mekanisme penyesuaian diri yang memanfaatkan nilai-nilai spiritual dan religius sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan psikologis. Dalam novel *Hafalan Shalat Delisa* karya Tere Liye, *spiritual coping* direpresentasikan melalui sikap, perilaku, dan respons psikologis tokoh

Delisa ketika menghadapi bencana tsunami serta kehilangan anggota keluarganya. Pengalaman traumatis yang dialami Delisa tidak hanya memperlihatkan penderitaan fisik dan emosional, tetapi juga menunjukkan bagaimana nilai-nilai keimanan berfungsi sebagai sarana ketahanan psikologis.

Bentuk *spiritual coping* pertama yang ditemukan dalam novel ialah sikap menerima takdir dan meyakini bahwa musibah merupakan bagian dari ketentuan Tuhan. Delisa digambarkan tetap berusaha menerima kehilangan yang dialaminya meskipun berada dalam kondisi psikologis yang berat. Sikap tersebut tampak ketika Delisa tetap berusaha memahami peristiwa tsunami sebagai ujian kehidupan yang harus dihadapi dengan kesabaran. Sikap sabar yang ditunjukkan Delisa ketika menghadapi kehilangan anggota keluarga menunjukkan bahwa kesabaran berfungsi sebagai mekanisme spiritual untuk mempertahankan keseimbangan emosional. (Shabrina, 2025) menegaskan bahwa sabar merupakan landasan spiritual yang mendukung terbentuknya resiliensi psikologis.

Sikap penerimaan terhadap takdir menunjukkan bentuk *positive religious coping*, yaitu usaha individu memaknai penderitaan melalui pendekatan spiritual yang positif. Temuan ini sejalan dengan (Sari & Sutarto, 2023) yang menyatakan bahwa *coping* berbasis spiritual mampu meningkatkan resiliensi individu dalam menghadapi tekanan psikologis. Individu yang memiliki religiusitas tinggi cenderung lebih mampu menerima kenyataan dan mengurangi tekanan emosional akibat pengalaman traumatis.

Selain menerima takdir, bentuk *spiritual coping* lainnya ditunjukkan melalui kebiasaan berdoa dan mengingat Tuhan dalam situasi krisis. Dalam beberapa bagian novel, Delisa tetap berusaha mendekati diri kepada Allah meskipun sedang berada dalam kondisi kehilangan dan ketidakpastian. Aktivitas spiritual tersebut menjadi sarana untuk memperoleh ketenangan batin dan mengurangi kecemasan. Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa spiritualitas memiliki fungsi terapeutik dalam proses pemulihan trauma. Hasil penelitian (Kurniawaty, Yuni, 2021) menunjukkan bahwa *spiritual coping* berperan dalam membangun ketahanan mental melalui proses pencarian makna hidup dan hubungan

transendental dengan Tuhan. Dalam konteks novel, doa dan ibadah tidak hanya menjadi aktivitas ritual, tetapi juga mekanisme psikologis yang membantu Delisa mempertahankan stabilitas emosional.

Bentuk *spiritual coping* berikutnya ialah sikap ikhlas dalam menerima kehilangan. Delisa tidak digambarkan sebagai tokoh yang terus-menerus larut dalam kesedihan, melainkan perlahan mampu menerima kenyataan atas wafatnya anggota keluarganya. Sikap ikhlas tersebut memperlihatkan adanya proses penyesuaian psikologis yang dibangun melalui nilai-nilai spiritual. Dalam perspektif psikologi sastra, sikap ikhlas dapat dipahami sebagai bentuk regulasi emosi yang dipengaruhi oleh keyakinan religius individu. Penelitian (Sulistyorini, n.d.) menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan positif dengan kemampuan coping individu pascabencana. Individu yang memiliki orientasi spiritual cenderung lebih mampu mengelola emosi negatif dan membangun ketahanan psikologis. Pendapat itu juga sejalan dengan pendapat (Santi et al., 2022) yang menjelaskan bahwa religiusitas berkontribusi terhadap peningkatan resiliensi melalui kemampuan individu dalam mengelola emosi dan memaknai kesulitan secara positif.

Selain itu, *spiritual coping* juga tampak melalui keteguhan Delisa dalam menjalankan ibadah. Novel menggambarkan bahwa hafalan shalat yang dimiliki Delisa bukan sekadar simbol religiusitas formal, tetapi menjadi fondasi spiritual yang membentuk kekuatan mentalnya dalam menghadapi bencana. Keteguhan tersebut memperlihatkan bahwa ibadah memiliki fungsi psikologis sebagai sumber harapan dan ketenangan. Temuan tersebut relevan dengan penelitian (Fikri et al., 2021) yang menyatakan bahwa religiusitas berperan penting dalam membantu individu mengatasi stres dan tekanan emosional. Aktivitas ibadah mampu meningkatkan kontrol diri, optimisme, dan kemampuan adaptasi dalam menghadapi situasi sulit. Setelah mengalami tsunami, Delisa memaknai shalat dan do'a sebagai sumber kekuatan batin. (Shabrina, 2025) menyatakan bahwa nilai-nilai spiritual dapat memperkuat regulasi emosi dan ketahanan mental, serta memberikan rasa makna, ketenangan batin, dan arah hidup yang jelas ketika

individu menghadapi tekanan psikologis. Dengan demikian, bentuk-bentuk *spiritual coping* tokoh Delisa meliputi penerimaan terhadap takdir, kebiasaan berdo'a, sikap ikhlas, dan keteguhan menjalankan ibadah. Bentuk-bentuk tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas berfungsi sebagai mekanisme psikologis yang membantu individu menghadapi trauma dan penderitaan.

Hubungan Pengalaman Bencana dengan Penguatan Keimanan Tokoh Delisa

Bencana dalam novel *Hafalan Shalat Delisa* tidak hanya direpresentasikan sebagai peristiwa yang menimbulkan penderitaan, tetapi juga sebagai pengalaman yang memengaruhi perkembangan spiritual tokoh utama. Pengalaman kehilangan yang dialami Delisa justru memperlihatkan proses penguatan keimanan yang berlangsung secara bertahap.

Pada awal cerita, Delisa digambarkan sebagai anak yang menjalankan ibadah karena dorongan keluarga dan lingkungan. Namun, setelah mengalami bencana, pemaknaan Delisa terhadap ibadah mengalami perubahan. Shalat dan do'a tidak lagi dimaknai sebagai kewajiban semata, tetapi menjadi kebutuhan spiritual yang memberikan ketenangan batin. Perubahan tersebut menunjukkan adanya transformasi spiritual akibat pengalaman traumatis. Dalam kajian psikologi, pengalaman krisis sering kali mendorong individu melakukan refleksi mendalam terhadap kehidupan dan hubungan dengan Tuhan. Penelitian (Khoiri Oktavia & Muhopilah, 2023) menunjukkan bahwa individu yang mengalami tekanan psikologis cenderung menggunakan pendekatan religius sebagai sarana pencarian makna hidup.

Penguatan keimanan Delisa juga tampak dari sikapnya yang tetap optimis meskipun mengalami keterbatasan fisik setelah bencana. Kehilangan anggota tubuh tidak membuat Delisa kehilangan harapan, melainkan memperkuat keyakinannya untuk tetap menjalani kehidupan dengan semangat. (Arifiana et al., 2022) menemukan bahwa semakin tinggi religiusitas individu, semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimilikinya. Dalam perspektif psikologi sastra, optimisme tersebut dapat dipahami sebagai bentuk resiliensi spiritual. Menurut penelitian

(Octavia & Fauziah, 2023), spiritualitas berkontribusi terhadap pembentukan resiliensi karena memberikan individu keyakinan bahwa penderitaan memiliki makna dan tujuan tertentu.

Selain itu, pengalaman bencana juga memperlihatkan bahwa keimanan tidak selalu hadir dalam bentuk kepasrahan yang pasif, tetapi juga diwujudkan melalui kemampuan individu untuk bangkit dari keterpurukan dan menata kembali kehidupannya. Delisa tetap berusaha melanjutkan kehidupannya meskipun mengalami kehilangan yang sangat mendalam. Ia tidak membiarkan pengalaman traumatis tersebut menghentikan semangat hidupnya, melainkan berupaya menerima kenyataan dan memandang musibah sebagai bagian dari kehendak Allah Swt. Sikap tersebut menunjukkan bahwa religiusitas berfungsi sebagai sumber kekuatan batin yang membantu individu menafsirkan penderitaan secara lebih positif dan konstruktif. (Dewi et al., 2024) menunjukkan bahwa religiusitas memiliki pengaruh positif terhadap resiliensi, karena membantu individu memandang kesulitan sebagai bagian dari proses pembelajaran hidup. Temuan tersebut sejalan dengan representasi tokoh Delisa yang mampu menjadikan pengalaman kehilangan sebagai sarana pendewasaan diri dan penguatan iman. Dengan demikian, spiritual coping yang ditunjukkan Delisa tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme untuk bertahan dari tekanan psikologis, tetapi juga sebagai proses transformasi psikologis dan spiritual yang memperkuat ketahanan mentalnya. Oleh karena itu, pengalaman bencana dalam novel *Hafalan Shalat Delisa* tidak semata-mata menghasilkan trauma, tetapi juga mendorong penguatan keimanan, pembentukan resiliensi, dan perkembangan kepribadian yang lebih matang.

Analisis Psikologi Sastra terhadap Kondisi Psikologis Tokoh Delisa

Pendekatan psikologi sastra digunakan untuk memahami kondisi kejiwaan tokoh Delisa melalui respons emosional, perilaku, dan konflik batin yang dialaminya. Trauma yang dialami Delisa tidak dapat dipahami hanya dari aspek emosional, tetapi juga dari dimensi spiritual yang membentuk cara tokoh memaknai penderitaan. (Putri & Dinata, 2026) menjelaskan bahwa dimensi spiritual

merupakan elemen penting dalam memahami kondisi psikologis individu karena spiritualitas dapat menjadi sumber kekuatan batin, penemuan makna, dan transformasi psikologis yang lebih mendalam. Dalam novel, Delisa mengalami berbagai bentuk tekanan psikologis, seperti kesedihan, kehilangan, ketakutan, dan trauma pascabencana. Trauma psikologis Delisa terlihat melalui perubahan emosional setelah kehilangan keluarganya. Namun, trauma tersebut tidak berkembang menjadi keputusasaan berkepanjangan karena Delisa memiliki sumber kekuatan spiritual yang membantunya bertahan. Dalam perspektif psikologi sastra, kondisi tersebut menunjukkan bahwa faktor spiritual dapat memengaruhi stabilitas emosional tokoh. Penelitian (Sianipar & Hadi, 2023) menyatakan bahwa aspek religius dalam karya sastra sering kali menjadi faktor yang memengaruhi perkembangan psikologis tokoh.

Selain itu, Delisa juga menunjukkan kemampuan adaptasi yang baik terhadap perubahan hidup setelah bencana. Meskipun mengalami penderitaan fisik dan emosional, ia tetap berusaha menjalin hubungan sosial dan mempertahankan semangat hidup. Kemampuan adaptasi tersebut berkaitan erat dengan spiritual coping yang dimiliki tokoh. Penelitian (Mulyono & Ekowati, 2023) menunjukkan bahwa religious coping berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan psikologis dan perubahan hidup.

Analisis psikologi sastra terhadap tokoh Delisa menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki peran penting dalam membentuk ketahanan psikologis. Keimanan tidak hanya menjadi identitas religius tokoh, tetapi juga menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi trauma dan penderitaan.

Relevansi Spiritual Coping dalam Perspektif Pendidikan Islam

Representasi *spiritual coping* dalam novel *Hafalan Shalat Delisa* memiliki relevansi yang kuat dengan nilai-nilai pendidikan Islam, khususnya dalam pembentukan karakter dan ketahanan mental peserta didik. Nilai kesabaran, keikhlasan, optimisme, dan keteguhan iman yang ditunjukkan tokoh Delisa dapat dijadikan sebagai media pendidikan karakter berbasis spiritual. Melalui

pengalaman tokoh utama, peserta didik dapat memahami bahwa keimanan bukan hanya berkaitan dengan pelaksanaan ibadah secara formal, tetapi juga berfungsi sebagai sumber kekuatan batin dalam menghadapi berbagai ujian kehidupan.

Dalam konteks pendidikan Islam, spiritualitas tidak hanya dipahami sebagai hubungan ritual antara manusia dan Tuhan, tetapi juga sebagai landasan pembentukan sikap, perilaku, dan kesehatan psikologis individu. (Suryatiningsih, 2024) menyatakan bahwa religiusitas dan resiliensi berhubungan positif dengan kesejahteraan psikologis individu. Temuan tersebut menunjukkan bahwa internalisasi nilai-nilai religius dapat membantu peserta didik mengembangkan kemampuan adaptasi, menjaga kestabilan emosi, dan membangun sikap optimis ketika menghadapi tekanan hidup. Novel *Hafalan Shalat Delisa* memperlihatkan bahwa nilai religius dapat menjadi sumber motivasi dan kekuatan psikologis dalam menghadapi kesulitan hidup. Oleh karena itu, karya sastra religius memiliki potensi untuk digunakan sebagai media pembelajaran yang tidak hanya mengembangkan kemampuan literasi, tetapi juga memperkuat nilai-nilai spiritual peserta didik.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *spiritual coping* dalam novel tidak hanya relevan dalam kajian psikologi sastra, tetapi juga memiliki kontribusi nyata terhadap pengembangan pendidikan Islam yang berorientasi pada pembentukan karakter, peningkatan kesejahteraan psikologis, dan penguatan ketahanan mental peserta didik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa tokoh Delisa dalam novel *Hafalan Shalat Delisa* karya Tere Liye menunjukkan berbagai bentuk *spiritual coping* dalam menghadapi bencana tsunami dan pengalaman kehilangan yang dialaminya. Bentuk-bentuk *spiritual coping* tersebut meliputi sikap sabar, penerimaan terhadap takdir Tuhan, kebiasaan berdoa dan mendekatkan diri kepada Allah, sikap ikhlas dalam menerima kehilangan, serta keteguhan menjalankan ibadah. Bentuk-bentuk tersebut menjadi mekanisme

psikologis yang membantu tokoh Delisa mempertahankan kestabilan emosional dan bertahan dalam situasi traumatis.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pengalaman bencana dalam novel tidak hanya memunculkan trauma psikologis, tetapi turut mendorong penguatan keimanan tokoh Delisa. Pengalaman kehilangan dan penderitaan yang dialami tokoh utama justru membentuk sikap optimis, ketahanan mental, dan kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan. Dalam perspektif psikologi sastra, spiritualitas berperan penting dalam proses pembentukan resiliensi dan penyesuaian diri tokoh terhadap tekanan psikologis akibat bencana. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa novel *Hafalan Shalat Delisa* memiliki relevansi dengan pendidikan Islam karena memuat nilai-nilai religius yang dapat dijadikan sebagai media pembentukan karakter peserta didik, khususnya nilai kesabaran, keikhlasan, dan keteguhan iman dalam menghadapi permasalahan kehidupan.

Penelitian ini masih terbatas pada kajian *spiritual coping* tokoh utama dalam satu karya sastra. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian dengan menggunakan objek penelitian yang lebih beragam, baik novel religius maupun karya sastra lainnya, serta menggunakan pendekatan interdisipliner agar diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara spiritualitas, trauma, dan kondisi psikologis tokoh dalam karya sastra.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifiana, I. Y., Santi, D. E., & Ubaidillah, F. A. (2022). Religiusitas dan resiliensi santri selama pandemi COVID-19. *PSYCOMEDIA: Jurnal Psikologi*, 1(2), 14-20. <https://doi.org/10.35316/psycomedia.2022.v1i2.14-20>
- Dewi, N. A. K., Fuadah, M., Disastra, S. A. N., Ramadhani, Z. A., & Nalita, Z. T. (2024). Pengaruh Religiusitas terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Gap Year. *Journal of Psychology Students*, 3(1), 46-53. <https://doi.org/10.15575/jops.v3i1.34447>
- Fadli, M. R. (2021). Eksploitasi Seksual Komersial Anak di Indonesia. *Medan, Restu Printing Indonesia*, Hal.57, 21(1), 33-54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Fikri, F., Marianti, L., & Hidayat, A. (2021). the Role of Religiosity in Reduce Employee'S Work Stress. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 8(2), 210.

<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v8i2.20405>

- Khoiri Oktavia, W., & Muhopilah, P. (2023). Model Konseptual Resiliensi di Masa Pandemi Covid-19: Pengaruh Religiusitas, Dukungan Sosial dan Spiritualitas. *Psikologika: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 26(1), 1–18. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol26.iss1.art1>
- Kurniawaty, Yuni, D. (2021). *For cross-generational mental health promotion in*. 20(3), 552–567. <https://doi.org/10.20473/ijph.v120i3.2025.552-567>
- Mulyono, W. A., & Ekowati, W. (2023). Validation of Brief Measurement of Religious Coping in Bahasa Indonesia (Brief Rcope Bi). *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 18(1), 52–57. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2023.18.1.7109>
- Octavia, V., & Fauziah, M. (2023). Spiritual Resilience as Immunity to Stress during COVID-19 Pandemic: A Sociological Perspective. *JISPO Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 13(1), 61–82. <https://doi.org/10.15575/jispo.v13i1.23725>
- Putri, M. E., & Dinata, K. I. (2026). *Pendekatan Transpersonal pada Proses Diagnostik : Memahami Dimensi Spiritual dalam Asesmen Psikologis*. 02(01), 135–148.
- Santi, D. E., Arifiana, I. Y., & Ubaidillah, F. A. (2022). Religiusitas, Regulasi Emosi dan Resiliensi Santri selama Pandemi COVID-19 dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Mediator. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 7(1), 123. <https://doi.org/10.28926/briliant.v7i1.829>
- Sari, D. P., & Sutarto, S. (2023). Academic Stress Coping Strategies Using Spiritual Approaches To Improve Student Resilience. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 9(1), 101–111. <https://doi.org/10.19109/psikis.v9i1.14420>
- Shabrina. (2025). Konsep Sabar dalam Perspektif Pendidikan Tasawuf dan Relevansinya terhadap Resiliensi Psikologis. *Jurnal Pendidikan Islam Multidisipliner*, 01(02), 162–173.
- Sianipar, F. A., & Hadi, A. (2023). Pembuatan Melawan Hukum (Onrechtmatige Daad) Atas Ganti Rugi Pengadaan Tanah untuk Kepentingan Umum (Studi Kasus: Putusan Mahkamah Agung Nomor 992 K/Pdt/2022). *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 6757–6763.
- Sulistiyorini, R. (n.d.). *Spiritualitas Dan Proactive Coping Pada Survivor Bencana Gempa Bumi Di Bantul Ardiman Adami*.
- Suryatiningsih. (2024). 903 Resiliensi, Religiusitas dan. 8(2), 903–916.