Jurnal Samudra Bahasa
Volume 9 Nomor 2
Oktober 2025

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

DARI LUKA MENUJU RIDHA: TRANSFORMASI TRAUMA PEREMPUAN MENJADI TERAPI SPIRITUAL DALAM FILM *LA TAHZAN*

Amirah Thifal Hamidah[1]
Anas Ahmadi[2]

Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Negeri Surabaya[1]
Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Universitas Negeri Surabaya[2]

24020074020@mhs.unesa.ac.id

ABSTRAK

Fenomena trauma pada perempuan di Indonesia melampaui batas psikologis individual, menjangkau dimensi sosial, kultural, dan spiritual. Penelitian ini bertujuan menganalisis transformasi trauma psiko-sosial perempuan menjadi pemulihan spiritual yang holistik sebagaimana direpresentasikan dalam film *La Tahzan* (2025). Menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan analisis naratif dan semiotik film, kajian ini berfokus pada bagaimana bahasa sinematik merefleksikan proses koping berbasis nilai Islam. Hasil analisis menunjukkan bahwa film menyajikan trauma sebagai masalah struktural yang diperparah oleh hambatan sosial dan stigma, yang menuntut adanya agensi perempuan dalam restrukturisasi diri. Secara semiotik, film memvisualisasikan praktik spiritual seperti zikir dan *ridha* sebagai teknik *self-regulation* yang efektif, mengubah penderitaan menjadi sumber pertumbuhan pascatrauma. Film ini menegaskan bahwa intervensi psikoreligius terintegrasi sangat relevan dalam konteks masyarakat Muslim, di mana spiritualitas berfungsi sebagai modal utama untuk mengembalikan martabat dan mencapai ketenangan batin. Dengan demikian, film *La Tahzan* berfungsi sebagai terapi kultural yang mengadvokasi model pemulihan sensitif gender yang berakar pada nilai-nilai tradisi.
kata kunci: trauma perempuan, spiritualitas Islam, psikoreligius, agensi perempuan.

ABSTRACT

The phenomenon of trauma among women in Indonesia extends beyond individual psychological boundaries, reaching social, cultural, and spiritual dimensions. This research aims to analyze the transformation of women's psycho-social trauma into holistic spiritual recovery as represented in the film La Tahzan (2025). Utilizing a qualitative descriptive method with narrative and semiotic film analysis approaches, the study focuses on how cinematic language reflects coping processes based on Islamic values. The analysis results indicate that the film presents trauma as a structural issue exacerbated by social barriers and stigma, necessitating women's agency in self-restructuring. Semiotically, the film visualizes spiritual practices such as dhikr and ridha (acceptance) as effective self-regulation techniques, transforming suffering into a source of posttraumatic growth. The film affirms that integrated psychoreligious interventions are highly relevant within Muslim societies, where spirituality functions as the primary capital for restoring dignity and achieving inner peace. Thus, the film La Tahzan serves as a form of cultural therapy advocating for a gender-sensitive recovery model rooted in traditional values.
Keywords: women's trauma, Islamic spirituality, psychoreligious, women's agency.

PENDAHULUAN

Fenomena trauma dalam masyarakat Indonesia adalah isu multidimensi yang melampaui batas psikologis individual, menjangkau dimensi sosial, kultural, dan spiritual kolektif. Berbagai peristiwa kekerasan, mulai dari konflik interpersonal seperti kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) hingga tragedi kolektif seperti kekerasan berbasis etnis dan seksual, meninggalkan luka psiko-sosial yang membutuhkan pendekatan pemulihan yang holistik dan peka konteks. Dalam respons terhadap kebutuhan mendesak ini, pendekatan interdisipliner yang mengintegrasikan psikologi, kajian film, dan spiritualitas Islam menjadi kerangka yang sangat relevan untuk memahami, mengintervensi, dan

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

menyembuhkan trauma, terutama di kalangan perempuan dan kelompok rentan. Kajian ini memilih Film *La Tahzan* (2025) sebagai objek utama karena kemampuannya menyajikan narasi pemulihan trauma perempuan yang bersinggungan erat dengan praktik spiritual.

Konteks film sebagai medium sosial memberikan ruang refleksi kritis. Studi literatur menunjukkan bahwa jejak penindasan historis dan kekerasan kolektif dapat memperdalam luka batin dan menuntut pemahaman historis dalam proses pemulihan, menegaskan bahwa trauma adalah akumulasi penindasan (Ahmadi, 2021). Analisis film bahkan menunjukkan bahwa trauma tidak hanya memengaruhi perempuan, tetapi juga membentuk ulang konstruksi identitas maskulinitas yang rentan dan menekan ekspresi diri, seperti yang terlihat pada film *Kucumbu Tubuh Indahku* (Widia Anggriati dan Hidayatullah, 2024) dan film *Catatan Si Boy* versi 2023 yang merekonstruksi ulang maskulinitas menuju empati (Pratiwi & Suharjo, 2025). Film *La Tahzan* menampilkan tokoh utama yang mengalami pengkhianatan dan kehilangan, lalu menempuh jalan penyembuhan melalui sabar, doa, zikir, dan pemaafan sebagai mekanisme koping yang berakar pada nilai-nilai Islam. Pendekatan penelitian bersifat interdisipliner dengan menggabungkan psikologi agama dan kajian film untuk menelaah bagaimana praktik religius diinternalisasi dan divisualisasikan dalam struktur naratif.

Dimensi spiritualitas memegang peranan vital dalam proses rekonsiliasi diri dan pemulihan pascatrauma di masyarakat Muslim. Spiritualitas memberi makna pada penderitaan dan menumbuhkan ketenangan batin, di mana penyembuhan menyentuh dimensi ruhani yang menghubungkan manusia dengan Sang Pencipta (Harefa, 2023; Jannah, 2012). Urgensi agama dalam mempersiapkan kesehatan mental ini telah menjadi fokus perhatian (Arroisi dkk, 2022). Pendekatan holistik berbasis Sufisme menekankan keseimbangan tubuh, pikiran, dan jiwa sebagai kunci pemulihan trauma (Masykur dan Ismatullah, 2024). Praktik sufistik terbukti menurunkan kecemasan dan depresi karena membantu individu memusatkan kesadaran pada nilai ketuhanan, dan zikir berfungsi sebagai *self-regulation technique* (Husna dan Khodijah, 2024). Secara klinis, terapi zikir istighfar menunjukkan efektivitas dalam mereduksi gejala stres pascatrauma pada istri korban KDRT (Kartikasari dan Nashori, 2024). Secara lebih luas, spiritualitas membantu individu memaknai penderitaan sebagai proses penyucian jiwa, seperti yang diteliti pada penyintas bencana dan kekerasan (Akbar, 2023; Chandradewi, 2023; Perilaku, 2022). Oleh karena itu, agama dan praktik sufistik bukan sekadar bentuk pelarian, melainkan mekanisme aktif untuk pertumbuhan pascatrauma, membebaskan penyintas dari rasa bersalah dan dendam melalui pemaafan dan penerimaan diri (Eltaiba, 2024; Nadiatus, 2024; Taufiqurrahmana dkk, 2023).

Pemulihan trauma yang efektif di Indonesia harus sensitif terhadap struktur sosial dan religius yang mengakar. Kajian ini juga menempatkan dimensi gender sebagai kerangka analitis yang krusial karena pengalaman trauma perempuan sering diperparah oleh hambatan struktural dan stigma sosial yang memengaruhi agensi dan akses terhadap dukungan (Annisa dkk, 2025; Arga dan Hapsarani, 2025; Jati dkk, 2024; Natar, 2019; Ulinnuha dkk, 2025). Tuntutan keadilan bagi korban kekerasan memerlukan integrasi hukum Islam dan psikologi, serta sensitivitas gender dalam institusi keagamaan (Hasan dkk, 2025; N. S. Siregar dkk, 2025; W. Z. B. Siregar, 2024). Penelitian ini menekankan bahwa integrasi psikologi dan spiritualitas Islam menawarkan pendekatan holistik yang penting (Harwanto dkk, 2025; Isdianto dkk, 2025; Syifa dan Nurjannah, 2024), diperkuat oleh model intervensi Islam yang spesifik dalam penanganan gejala gangguan stres pascatrauma (Habibie dkk, 2023) dan komunikasi terapeutik Islam dalam pemulihan

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

(Arifin dkk, 2025; Putri dkk, 2024; Rahayu dkk, 2025). Model ini membantu penyintas menafsirkan ulang pengalaman traumatis mereka dalam cahaya iman (Ahmadi, 2020), seperti yang digambarkan dalam film *La Tahzan* (2025). Kajian ini penting karena menawarkan pemahaman aplikatif tentang bagaimana medium film dapat menjadi sarana edukatif dan terapeutik yang memfasilitasi diskursus pemulihan yang sensitif gender dan berakar pada tradisi lokal, menyoroti bentuk *coping* religius yang realistis dan relevan bagi perempuan (Fatimah dkk, 2023; Sejati dkk, 2025). Analisis representasi praktik keagamaan dalam *La Tahzan* diharapkan dapat menunjukkan integrasi antara spiritualitas dan teknik psikologis kontemporer tanpa mereduksi kompleksitas penderitaan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode analisis naratif dan semiotik film yang secara spesifik difokuskan pada pemaknaan pengalaman psikologis, sosial, dan spiritual yang tergambar dalam film *La Tahzan* (2025). Pendekatan kualitatif dipilih karena memberikan keleluasaan bagi peneliti untuk menelusuri secara mendalam dinamika emosional tokoh utama, menafsirkan simbol-simbol religius yang divisualisasikan, serta memahami konteks kultural yang mencerminkan proses penyembuhan dari trauma. Metode analisis naratif membantu membongkar bagaimana alur cerita berfungsi sebagai alat restrukturisasi kognitif dan emosional bagi tokoh yang mengalami trauma (Ahmadi, 2021). Metode semiotik film membantu mengurai bagaimana bahasa sinematik, seperti *angle* kamera, *editing*, dan *sound design*, berkontribusi pada penafsiran makna spiritual yang ingin disampaikan. Analisis semiotik memungkinkan peneliti untuk melihat praktik spiritual (seperti zikir atau doa) bukan hanya sebagai tindakan, tetapi sebagai simbol yang membawa makna pemulihan holistik.

Objek penelitian utama adalah film Indonesia berjudul *La Tahzan* (2025). Objek ini dipilih berdasarkan kriteria ketersediaan dan relevansi tematik yang kuat, sebab film tersebut secara eksplisit memuat representasi mendalam tentang trauma perempuan dan proses pemulihan yang dibangun di atas fondasi spiritual-religius. Peneliti memusatkan perhatian pada bagaimana film menggambarkan perjalanan batin tokoh utama secara sinematik, mulai dari fase penderitaan emosional, konflik internal, hingga mencapai fase *ridha*, sabar, dan ketenangan melalui praktik doa dan penerimaan diri. Pilihan objek ini mengindikasikan bahwa film dapat berfungsi sebagai teks kultural yang merefleksikan mekanisme *coping* yang diadopsi masyarakat religius Indonesia, terutama perempuan (Jati dkk, 2024).

Data dalam penelitian ini diklasifikasikan menjadi data primer dan data sekunder. Data primer mencakup segala bentuk ekspresi sinematik yang terkait dengan trauma dan pemulihan, baik yang bersifat verbal maupun non verbal. Data primer bersumber langsung dari film *La Tahzan* itu sendiri, meliputi serangkaian unsur naratif seperti alur cerita, pengembangan tokoh, dialog yang mencerminkan konflik dan resolusi batin, *setting* yang mendukung suasana psikologis, serta elemen sinematik non-verbal. Elemen sinematik ini mencakup pencahayaan, pemilihan warna (*color grading*), komposisi visual, musik latar, dan simbol-simbol visual (misalnya, penggunaan air mata, hujan, atau ruang ibadah) yang menggambarkan kondisi kejiwaan tokoh dan perubahan spiritualnya (Widia Anggriati dan Hidayatullah, 2024). Data sekunder berupa literatur yang relevan dan kredibel, mencakup jurnal ilmiah, bab buku, dan hasil penelitian sebelumnya yang membahas secara spesifik tema trauma, spiritualitas, psikologi Islam, konseling religius, dan studi film. Sumber-sumber penting digunakan untuk membangun kerangka teoretis

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

adalah karya yang membahas penyembuhan holistik berbasis Sufisme (Husna dan Khodijah, 2024; Masykur dan Ismatullah, 2024), peran pemaafan dalam pertumbuhan spiritual penyintas (Nadiatus, 2024), serta efektivitas intervensi terapi zikir (Arifin dkk, 2025; Kartikasari dan Nashori, 2024). Penggunaan data sekunder yang kaya ini bertujuan untuk mengikat hasil analisis sinematik dengan landasan teoretis psikologi agama yang kokoh, memastikan interpretasi tidak bersifat spekulatif.

Teknik pengumpulan data utama dilakukan melalui studi dokumentasi dan analisis tekstual atau semantik film secara intensif. Peneliti melakukan penontonan film secara berulang (*repeated viewing*) untuk memastikan pemahaman yang komprehensif terhadap struktur naratif dan pesan filosofis yang ditampilkan. Proses penontonan berulang ini penting untuk menangkap detail detail halus dalam representasi emosional tokoh yang mungkin terlewat dalam penontonan tunggal. Setiap elemen data, terutama yang berkaitan dengan ekspresi pengalaman trauma, refleksi diri (*muhasabah*), dan praktik spiritual (dzikir atau doa) oleh tokoh, dicatat, diklasifikasikan, dan ditranskripsi secara sistematis. Proses ini bertujuan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara ekspresi sinematik (bagaimana sesuatu divisualisasikan) dan pesan psikologis-spiritual (makna terdalam yang dikomunikasikan), sejalan dengan model pemulihan trauma holistik (Syifa dan Nurjannah, 2024). Pencatatan sistematis ini berfungsi sebagai audit trail data, yang menunjukkan alur dari elemen visual mentah hingga interpretasi teoretis.

Analisis data dilakukan melalui serangkaian tahapan interpretatif hermeneutik. Tahapan ini mencerminkan proses penafsiran mendalam terhadap simbol dan narasi yang terekam dalam film. Tahap pertama adalah identifikasi dan kategorisasi, yaitu menemukan adegan, dialog, dan simbol yang jelas menggambarkan trauma dan manifestasi penderitaan batin. Tahap kedua adalah analisis deskriptif, yaitu menelusuri perubahan perilaku, emosi, dan narasi yang diucapkan tokoh yang secara bertahap menunjukkan adanya proses penyembuhan, termasuk penggunaan terapi psikoreligius (Taufiqurrahmana dkk, 2023). Analisis deskriptif ini membantu memetakan kronologi transformasi psikologis tokoh utama, menyoroti titik balik kunci dalam narasi pemulihan**.** Tahap ketiga adalah penafsiran kontekstual, yaitu menafsirkan makna spiritual yang mendalam yang muncul, seperti nilai sabar, ikhlas, tawakal, dan *ridha* sebagai respons aktif terhadap trauma, yang menjadi kunci pertumbuhan pascatrauma (Akbar, 2023). Penafsiran kontekstual ini sangat krusial karena menghubungkan narasi sinematik dengan pemahaman teologis dan kultural yang berlaku di Indonesia. Ketiga tahap ini secara progresif membantu membangun pemahaman yang komprehensif tentang transformasi psikologis dan spiritual tokoh utama dari korban menjadi penyintas yang matang.

Keabsahan data dalam penelitian kualitatif ini dijaga melalui dua cara utama. Pertama, pemeriksaan konsistensi interpretasi melalui pengecekan silang kode data. Kedua, validitas teoritis dicapai dengan memastikan bahwa hasil analisis naratif dan semiotik selaras dengan konsep-konsep spiritualitas Islam dan intervensi psikologis yang responsif budaya. Langkah-langkah ini diambil untuk menjamin bahwa temuan penelitian memiliki kredibilitas tinggi dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademik**.** Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menafsirkan film dari sisi estetika, tetapi juga memahaminya sebagai refleksi sosiologis dan spiritual yang valid atas pengalaman perempuan dalam menghadapi luka batin (Natar, 2019). Pendekatan ini menjembatani gap antara kajian seni visual dengan ilmu psikologi dan agama.

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

HASIL DAN PEMBAHASAN

Representasi Luka Psiko-sosial dan Trauma Struktural dalam Film *La Tahzan* (2025)

Film *La Tahzan* (2025) secara spesifik memvisualisasikan pengalaman trauma perempuan akibat pengkhianatan dan kehilangan, yang merupakan refleksi mendalam dari luka psiko-sosial yang jamak terjadi di masyarakat Indonesia. Penderitaan tokoh utama disajikan bukan sekadar akibat dari satu insiden, melainkan sebagai guncangan yang mengikis fondasi spiritual dan identitas diri. Representasi trauma dalam konteks naratif film ini menegaskan bahwa trauma bukanlah semata kegagalan adaptasi individual, melainkan sering kali merupakan akumulasi dari penindasan sosial yang berulang, menuntut pemahaman yang melampaui kerangka klinis (Ahmadi, 2021). Film menunjukkan bahwa pemulihan tidak dapat dilepaskan dari konteks struktural, historis, dan religius yang mengakar dalam budaya Indonesia, sebagaimana yang dipahami dalam studi literatur. Analisis film terhadap narasi kekerasan dan trauma ini memperlihatkan kritik terhadap relasi kuasa yang membentuk pengalaman perempuan, menjadikannya rentan terhadap kekerasan berulang (Arga & Hapsarani, 2025).

Narasi dalam film ini juga secara implisit menyentuh dimensi gender sebagai kerangka analitis yang krusial. Pengalaman trauma perempuan sering diperparah oleh hambatan struktural dan stigma sosial yang memengaruhi agensi dan akses terhadap dukungan (Annisa dkk, 2025; Natar, 2019; Ulinnuha dkk, 2025). Tuntutan keadilan bagi korban kekerasan memerlukan integrasi hukum Islam dan psikologi, serta sensitivitas gender dalam institusi keagamaan yang mendampingi (Hasan dkk, 2025; W. Z. B. Siregar, 2024). Film ini, melalui konflik internal tokoh utamanya, mengindikasikan bahwa proses rekonsiliasi diri dan pemulihan pascatrauma sangat bergantung pada kemampuan penyintas untuk menegosiasikan kembali identitas dan daya tawar sosial mereka (Jannah, 2012). Secara sosiologis, film berfungsi sebagai teks kultural yang merefleksikan mekanisme *coping* yang diadopsi masyarakat religius Indonesia, terutama perempuan, dalam menghadapi ketidakadilan dan penderitaan (Jati dkk, 2024).

Visualisasi trauma dalam film tersebut juga menunjukkan penderitaan yang kerap hadir bersama negosiasi identitas, mencerminkan adanya transformasi lintas media dari pengalaman batin ke dalam bentuk sinematik (Oktaviana dkk, 2025). Guncangan emosional yang dialami tokoh utama akibat pengkhianatan disajikan melalui bahasa visual yang intens, menggambarkan bagaimana peristiwa traumatis mengganggu kontinuitas eksistensial individu. Dalam konteks yang lebih luas, trauma kolektif juga dapat diartikulasikan melalui medium naratif film, menjadikannya kanal penting untuk diskursus sosial dan penyembuhan komunal (Kusuma dkk, 2025). Meskipun fokus naratif adalah trauma personal, film ini beresonansi dengan pengalaman komunitas yang menghadapi kerentanan, mengingatkan bahwa luka batin dapat diperparah oleh jejak penindasan historis dan kekerasan kolektif. Dengan demikian, film *La Tahzan* tidak hanya bercerita tentang kesedihan, tetapi juga tentang perjuangan struktural seorang perempuan untuk mendapatkan kembali kedamaian.

Semiotika Sinematik dan Transformasi Spiritual: Dari Luka Menuju Ridha

Film *La Tahzan* secara semiotik memanfaatkan elemen sinematik untuk menarasikan transformasi spiritual tokoh utamanya, dari keadaan luka yang mendalam menuju kondisi *ridha* atau penerimaan total. Pendekatan analisis film memungkinkan

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

peneliti untuk membongkar bagaimana alur cerita berfungsi sebagai alat restrukturisasi kognitif dan emosional bagi tokoh yang mengalami trauma (Ahmadi, 2021). Transformasi ini dipandu oleh praktik spiritual seperti sabar, doa, dan zikir, yang ditampilkan bukan sekadar sebagai ritual, melainkan sebagai mekanisme aktif untuk pertumbuhan pascatrauma. Secara visual, film menggunakan simbol dan estetika tertentu, seperti pencahayaan yang berubah dari gelap ke terang, penggunaan ruang ibadah yang tenang, atau musik latar yang lembut, untuk menggambarkan kondisi kejiwaan tokoh yang mengalami perubahan spiritual (Widia Anggriati & Hidayatullah, 2024).

Kajian sinematik menunjukkan bahwa praktik sufistik menjadi kunci pemulihan holistik yang digambarkan, karena Sufisme menekankan keseimbangan tubuh, pikiran, dan jiwa sebagai kunci pemulihan trauma (Masykur & Ismatullah, 2024). Zikir, misalnya, tidak hanya ditampilkan sebagai kewajiban religius, tetapi sebagai *self-regulation technique* yang terbukti menurunkan kecemasan dan depresi karena membantu individu memusatkan kesadaran pada nilai ketuhanan (Husna & Khodijah, 2024). Secara naratif, film menyajikan proses di mana spiritualitas memberi makna pada penderitaan, membantu tokoh utama memaknai pengalaman traumatis sebagai proses penyucian jiwa, yang sejalan dengan penelitian pada penyintas bencana dan kekerasan (Akbar, 2023; Chandradewi, 2023; Perilaku, 2022). Pemaknaan ulang ini esensial karena agama menjadi sumber rujukan makna dan keteduhan emosional bagi masyarakat Muslim (Arroisi dkk, 2022).

Penggunaan konsep pemaafan (*forgiveness*) dalam film menjadi titik balik penting dalam perjalanan tokoh menuju *ridha*. Pemaafan dipahami sebagai jalan rekonstruksi diri yang sehat, membebaskan penyintas dari beban rasa bersalah dan dendam (Eltaiba, 2024; Nadiatus, 2024). Transformasi ini didukung oleh bimbingan spiritual Qur'ani yang membimbing proses pemaknaan ulang pengalaman batin (Ahmadi, 2020). Film menunjukkan bahwa penyembuhan yang efektif menyentuh dimensi ruhani, di mana spiritualitas menghubungkan manusia dengan Sang Pencipta, menumbuhkan ketenangan batin, dan memulihkan kontinuitas eksistensial yang sempat terputus oleh trauma (Harefa, 2023). Dengan demikian, aspek semiotik film tidak hanya berfungsi sebagai medium hiburan, melainkan sebagai cermin kultural yang menunjukkan urgensi dan efikasi spiritualitas sebagai modal *coping* utama.

Implikasi Terapeutik dan Model Intervensi Holistik Psikoreligius

Film *La Tahzan* memberikan implikasi yang signifikan terhadap pengembangan model intervensi terapeutik di Indonesia, khususnya yang mengintegrasikan psikologi dan spiritualitas Islam. Narasi film secara tidak langsung mengafirmasi bahwa integrasi psikologi dan spiritualitas Islam menawarkan pendekatan holistik yang penting dan sangat relevan untuk konteks Muslim (Harwanto dkk, 2025; Isdianto dkk, 2025; Syifa & Nurjannah, 2024). Hal ini diperkuat oleh fakta bahwa model intervensi Islam yang spesifik telah terbukti efektif dalam penanganan gejala gangguan stres pascatrauma pada berbagai kelompok, termasuk keluarga korban kekerasan seksual (Habibie dkk, 2023). Secara khusus, film menyoroti efikasi praktik zikir istighfar yang secara empiris terbukti mereduksi gejala pascatrauma pada istri korban KDRT (Kartikasari & Nashori, 2024).

Pendekatan ini sejalan dengan gerakan konseling Islam kontemporer yang semakin diformalkan di lembaga sosial, menggunakan komunikasi terapeutik Islam dalam pemulihan (Arifin dkk, 2025; Putri dkk, 2024; Rahayu dkk, 2025). Model terapi Islam ini telah diuji lapangan, misalnya dalam penerapan terapi psikoreligius untuk mengatasi trauma kekerasan pada narapidana muda (Taufiqurrahmana dkk, 2023). Film

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

ini berfungsi sebagai sarana edukatif yang dapat memvisualisasikan bagaimana intervensi tersebut bekerja, dari proses refleksi diri (*muhasabah*) hingga implementasi praktik kesalehan sehari-hari. Narasi ini memberikan validitas kultural dan keabsahan emosional terhadap pentingnya modal *coping* religius yang realistis bagi perempuan (Fatimah dkk, 2023).

Selain itu, film juga membuka ruang untuk diskusi mengenai perlunya sensitivitas kultural dan teologis dalam menangani isu trauma. Tuntutan keadilan bagi korban kekerasan memerlukan pandangan yang luas, yang mencakup keadilan berbasis nilai Islam yang menegaskan pemulihan martabat korban sebagai orientasi utama (Hasan dkk, 2025). Pada saat yang sama, representasi yang ditampilkan harus etis, karena terdapat kritik bahwa film religi dapat mengungkap manipulasi agama yang menormalisasi kekerasan, menandakan perlunya representasi yang hati-hati (Syamsurrijal dkk, 2025). Model pemulihan yang diadvokasi oleh film ini mendorong adanya integrasi lintas-disiplin, memperkuat jangkauan intervensi karena memperhatikan konteks pendidikan dan psikososial yang utuh dalam proses penyembuhan (Harwanto dkk, 2025).

Agensi Perempuan dan Rekonstruksi Identitas Pascatrauma

Transformasi trauma dalam film *La Tahzan* secara kuat menyoroti konsep agensi perempuan dalam konteks pemulihan. Perjalanan tokoh utama dari korban menjadi penyintas aktif memperlihatkan bahwa religiusitas bukan sekadar bentuk pasif, melainkan mekanisme yang memberdayakan. Gerakan kesalehan perempuan kontemporer menunjukkan bahwa religiusitas dapat berfungsi politis dan restoratif, bukan sekadar urusan pribadi (Jati dkk, 2024). Film ini mengafirmasi peran perempuan sebagai subjek pemulihan yang aktif dan produktif, bukan objek pasif yang hanya menerima nasib (Jannah, 2012).

Analisis naratif menunjukkan bahwa tokoh utama menggunakan spiritualitas untuk merekonstruksi identitas dirinya pasca-trauma, yang sejalan dengan penelitian yang membahas agensi perempuan dalam menghadapi tantangan sosial (Annisa dkk, 2025). Trauma yang dialami tokoh perempuan sering diperparah oleh stigma sosial dan hambatan struktural yang menghambat agensi mereka, sehingga pemulihan harus melibatkan restrukturisasi relasi kuasa (Natar, 2019; Ulinnuha dkk, 2025). Narasi film menyediakan ruang bagi tokoh perempuan untuk bernegosiasi ulang dengan penderitaannya, mengubah pengalaman negatif menjadi sumber pertumbuhan pascatrauma, yang didasarkan pada pemaknaan spiritual mendalam (Akbar, 2023; Chandradewi, 2023).

Selain itu, film juga secara tidak langsung berkontribusi pada diskursus tentang perubahan maskulinitas. Analisis film lain menunjukkan bahwa trauma tidak hanya memengaruhi perempuan, tetapi juga membentuk ulang konstruksi identitas maskulinitas yang rentan dan menekan ekspresi diri (Widia Anggriati & Hidayatullah, 2024). Perubahan maskulinitas, yang terpengaruh trauma, tampak dalam film melalui estetika empati, menunjukkan adanya pergeseran pandangan terhadap gender dan emosi (Pratiwi & Suharjo, 2025). Isu identitas tubuh dan spiritualitas, seperti yang dibahas dalam konteks transformasi identitas seksual, menunjukkan kompleksitas yang dibawa oleh trauma pada diri individu secara keseluruhan (Sejati dkk, 2025). Oleh karena itu, film *La Tahzan* menyajikan sebuah narasi pemulihan yang sensitif gender, yang mana agensi perempuan dibangun di atas fondasi spiritual dan nilai-nilai Islam, menjadikannya model yang relevan bagi masyarakat religius.

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

Narasi Film sebagai Terapi Kultural dan Sumber Daya Psikososial

Film *La Tahzan* memiliki potensi besar untuk berfungsi sebagai terapi kultural atau sumber daya psikososial bagi masyarakat yang menghadapi trauma kolektif atau pribadi. Dalam konteks bencana, agama telah terbukti menjadi sumber pemulihan kolektif yang menghidupkan modal sosial (Pohan dkk, 2025; Saemah, 2024). Narasi film, dengan visualisasi proses penyembuhan yang nyata, dapat meniru peran agama ini dengan menyediakan rujukan etik dan naratif yang membantu komunitas memandang trauma. Film menjadi medium naratif yang kuat, yang mampu mengartikulasikan trauma kolektif dan memfasilitasi rekonsiliasi emosional di tingkat sosial.

Representasi yang disajikan dalam film ini menegaskan bahwa spiritualitas menaikkan kesejahteraan psikologis komunitas Muslim secara umum, yang semakin relevan di tengah tantangan kontemporer (Perilaku, 2022). Dengan menampilkan proses pemaafan dan penerimaan diri secara mendetail, film menawarkan solusi kultural yang dalam untuk mengatasi beban psikologis yang berasal dari konflik interpersonal atau struktural. Tokoh utama menempuh jalan spiritual yang memberdayakan, mengubah pengalaman traumatis menjadi *insight* teologis tentang *sabar* dan *tawakal*, yang merupakan kunci menuju ketenangan batin.

Secara aplikatif, film ini menawarkan pemahaman aplikatif tentang bagaimana medium film dapat menjadi sarana edukatif dan terapeutik. Film memfasilitasi diskursus pemulihan yang sensitif gender dan berakar pada tradisi lokal, menyoroti bentuk *coping* religius yang realistis dan relevan bagi perempuan yang mengalami tekanan (Fatimah dkk, 2023). Analisis mendalam terhadap representasi praktik keagamaan dalam *La Tahzan* menunjukkan integrasi yang harmonis antara spiritualitas dan teknik psikologis kontemporer. Hal ini penting untuk mengembangkan intervensi yang tidak mereduksi kompleksitas penderitaan, melainkan merangkul dimensi ruhani dalam penyembuhan. Film ini menjadi bukti bahwa seni naratif dapat memainkan peran krusial dalam kesehatan mental masyarakat, melengkapi intervensi klinis dengan dukungan kultural dan spiritual.

SIMPULAN

Kajian film *La Tahzan* (2025) secara signifikan menegaskan relevansi pendekatan interdisipliner dalam memahami dinamika pemulihan trauma perempuan di Indonesia. Penelitian ini berhasil mengidentifikasi bahwa narasi film secara efektif memvisualisasikan perjalanan transformasi luka psiko-sosial menuju kondisi *ridha* melalui mekanisme koping berbasis spiritualitas Islam. Praktik keagamaan seperti sabar, doa, dan zikir digambarkan bukan sekadar ritual pasif, melainkan berfungsi sebagai alat *self-regulation* yang kuat, yang menumbuhkan ketenangan batin dan membantu penyintas merekonstruksi makna penderitaan. Pemulihan yang divisualisasikan ini bersifat holistik, secara efektif menggabungkan dimensi psikologis, sosial, dan spiritual yang esensial dalam konteks Muslim.

Secara kritis, film ini menyoroti bahwa trauma harus dipahami dalam kerangka struktural dan gender yang lebih luas, melampaui batas pengalaman individual. Hal ini menjadi krusial sebab pengalaman perempuan sering diperparah oleh hambatan sosial dan stigma yang mengakar di masyarakat. Representasi sinematik ini secara implisit menuntut adanya respons yang sensitif gender dan etis dari institusi keagamaan maupun hukum dalam menangani kasus kekerasan. Meskipun demikian, model *coping* religius

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

yang ditawarkan film, yang dibangun di atas nilai pemaafan dan penerimaan diri, terbukti menjadi mekanisme aktif yang efektif untuk mencapai pertumbuhan pascatrauma.

Film *La Tahzan* dengan demikian berfungsi sebagai sarana edukatif dan terapeutik kultural yang penting, menyediakan model pemulihan yang realistis, relevan, dan berakar pada tradisi lokal. Penemuan ini secara kuat mendukung pengembangan intervensi psikoreligius yang terintegrasi di Indonesia. Hal ini karena spiritualitas dan teknik psikologis kontemporer digambarkan bekerja secara sinergis untuk mengembalikan martabat dan keseimbangan penyintas trauma. Secara lebih luas, medium sinema ini menegaskan peran krusialnya dalam memfasilitasi diskursus penyembuhan dan rekonsiliasi emosional kolektif.

REFERENSI

Ahmadi, A. 2020. *Symbolism of sacred and profane animals in the Quran*. *Masyarakat, Kebudayaan dan Politik, 33*(1), 15–25. https://doi.org/10.20473/mkp.V33I12020.15-25

Ahmadi, A. 2021. The traces of oppression and trauma to ethnic minorities in Indonesia who experienced rape on the 12 May 1998 tragedy: A review of literature. *Journal of Ethnic and Cultural Studies, 8*(2), 126–144. https://doi.org/10.29333/ejecs/744

Akbar, Z. 2020. *Spirituality and posttraumatic growth among disaster survivors in Indonesia. In R. W. Hood, Jr. & S. Cheruvallil-Contractor (Eds.), Research in the social scientific study of religion* (pp. 238–247). Brill. https://doi.org/10.1163/9789004416987_015

Annisa, T. I., dkk. 2025. Agensi perempuan dalam krisis air di komunitas pesisir urban. *Jurnal Peradaban Agama dan Masyarakat.* https://doi.org/10.59001/pjrs.v4i2.482

Arga, D. R., & Hapsarani, D. 2025. *Kekerasan, trauma, dan kritik terhadap tradisi dalam alih wahana Di Tubuh Tarra, dalam Rahim Pohon. Diglosia, 8*(2), 345-358. https://doi.org/10.30872/diglosia.v8i2.1194

Arifin, M. B., dkk. 2025. Konseling Islam dan pemulihan spiritual: Studi kasus di Yayasan Rehabilitasi Medan Plus. *Jurnal Pembelajaran Matematika, Penelitian Sosial dan Opini.* https://doi.org/10.58421/misro.v4i3.667

Arroisi, J., dkk. 2022. Urgensi agama dalam mempersiapkan kesehatan mental menurut Zakiah Daradjat. *Tasfiyah: Jurnal Pemikiran Islam, 6*(1), 1-20. http://dx.doi.org/10.21111/tasfiyah.v6i1.7637

Chandradewi, K. 2023. Spiritualitas dan pertumbuhan pascatrauma pada remaja putri yang mengalami kekerasan dalam pacaran. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi. 8*(1), 83-97. https://doi.org/10.33367/psi.v8i1.3656

Eltaiba, N. 2024. Agama, spiritualitas, dan menanggapi rasa bersalah di kalangan perempuan Muslim. *Jurnal Agama dan Spiritualitas dalam Pekerjaan Sosial:*

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

Pemikiran Sosial, 43(3), 404-420. https://doi.org/10.1080/15426432.2024.2363309

Fatimah, M., dkk. 2023. Penanganan keagamaan di kalangan perempuan Muslim pekerja di Yogyakarta, Indonesia. *Millah: Jurnal Studi Agama, 22*(2), 495-524. https://doi.org/10.20885/millah.vol22.iss2.art3

Habibie, T. A., dkk. 2023. Model intervensi Islam dalam penanganan gejala gangguan stres pascatrauma pada orang tua yang memiliki anak sebagai korban kekerasan seksual. *Jurnal Psikologi Islam dan Kontemporer, 3*(1s), 221-230. https://doi.org/10.25299/jicop.v3i1s.12363

Harefa, O. N. 2023. Mencahayai the dark night of the soul dan signifikansi teologi estetika dalam ziarah pemulihan trauma. *Kurios: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen, 9*(2), 353. https://doi.org/10.30995/kur.v9i2.753

Harwanto, A. P., Fauzi, M., & Thariq, M. 2025. *When psychology meets pedagogy. Peradaban Journal of Interdisciplinary Educational Research, 3*(2), 120-134. https://doi.org/10.59001/pjier.v3i2.553

Hasan, F., dkk. 2025. *Keadilan bagi Cut Intan Nabila: Integrasi hukum Islam dan psikologi dalam mengadili kasus kekerasan terhadap perempuan, 4*(1), 72-89. https://doi.org/10.30984/spectrum.v4i1.1073

Husna, I., & Khodijah, K. 2024. *Dimensi spiritual dalam psikoterapi: Dampak praktik Sufi terhadap kecemasan dan depresi. Da'wa, 4*(1). https://doi.org/10.36420/dawa.v4i1.526

Isdianto, A., dkk. 2025. *Integrasi psikiatri modern dan spiritualitas Islam untuk penanganan gangguan bipolar pada komunitas Muslim Indonesia, 1*(2), 380-401. https://doi.org/10.62567/ijis.v1i2.1084

Jannah, H. 2012. *Pemberdayaan perempuan dalam spiritualitas Islam (suatu upaya menjadikan perempuan produktif), 19*(2), 136-45. https://doi.org/10.19105/karsa.v19i2.62

Jati, W. R., Syamsurijal, S., Halimatusa'diah, H., & rekan. 2024. *Revisiting Women's Piety Movements in the Indonesian Context*. *Studia Islamika, 31*(2), 251-279. https://doi.org/10.36712/sdi.v31i2.38754

Kartikasari, M. D., & Nashori, F. 2024. Efektivitas terapi zikir istighfar untuk mengurangi gejala gangguan stres pascatrauma pada istri korban kekerasan dalam rumah tangga. *Psikologika: Jurnal Ilmiah Psikologi, 5*(2), 83-98. https://doi.org/10.36341/psi.v5i2.1942

Kusuma, W., Santoso, L., & Wirnoto, Y. A. A. 2025. The exposition of collective trauma in short movie of Bear Story. *EJI (English Journal of Indragiri): Studies in*

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

Education, Literature, and Linguistics, 9(2), 311-327. https://doi.org/10.61672/eji.v9i2.2918

Masykur, Z. M., & Ismatullah, A. M. 2024. Completing medication with Sufism: A holistic approach to trauma recovery. *Jurnal Studi Agama dan Masyarakat, 20*(2), 99-110. https://doi.org/10.23971/jsam.v20i2.8798

Nadiatus, S. 2024. Pathways to healing: Forgiveness and spiritual growth for domestic violence survivors in Islam. *Jurnal Theologia, 35*(2), 159-180. https://doi.org/10.21580/teo.2024.35.2.23534

Natar, A. N. 2019. *Trauma healing bagi perempuan korban konflik: Belajar dari konflik Maluku dan Poso, 4*(1), 1-21. https://doi.org/10.30648/dun.v4i1.205

Oktaviana, T., Ikhwanuddin, I., & Riyanto, B. 2025. Transformasi lintas media dari novel Danur karya Risa Saraswati ke dalam film Danur: I Can See Ghosts (kajian ekranisasi). *Jurnal Pembahsi, 16*(1), 26-41. https://doi.org/10.31851/mzx3sx96

Penelitian Psikologi dan Manajemen Perilaku. 2022. *Kesejahteraan spiritual, depresi, kecemasan, dan stres pada komunitas Muslim Indonesia selama COVID-19.* https://doi.org/10.2147/PRBM.S381926

Pohan, A., Siregar, R. H., Dasopang, M. D., Sihombing, I., & Ali, M. K. 2025. *Peran* Agama dalam Penanganan Trauma Kolektif Pasca Bencana Alam di Indonesia. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, *6*(1), 430–441. https://doi.org/10.54373/imeij.v6i1.2566

Pratiwi, R. A., & Rias Antho Rahmi Suharjo. 2025. Transformasi Maskulinitas dari Film Catatan Si Boy (1987) Menuju Film Catatan Si Boy (2023). *Jurnal Onoma: Pendidikan, Bahasa, Dan Sastra*, *11*(3), 3170–3181. https://doi.org/10.30605/onoma.v11i3.6413

Putri, T. M., dkk. 2024. *Komunikasi terapeutik Islam dalam pemulihan trauma korban kekerasan seksual di UPTD PPA Aceh. Pena Justisia: Media Komunikasi dan Kajian Hukum, 14*(2), 1–20. https://doi.org/10.47498/tanzir.v14i2.1766

Rahayu, P. D., dkk. 2025. *Penerapan Terapi Singkat Berfokus Solusi (SFBT) dalam konseling Islam untuk mengatasi krisis psikologis pada ibu muda pasca perceraian. Al-Musyrif, 8*(1), 119-129. https://doi.org/10.38073/almusyrif.v8i1.2183

Saemah, P. 2024. *Peran agama dalam penanganan trauma kolektif pasca bencana alam di Indonesia. Educandumedia, 6*(1), 430-441. https://doi.org/10.54373/imeij.v6i1.2566

Sejati, S., Amin, A. S., & Andiko, T. 2025. Sexual identity transformation after hysterectomy: A Qur'anic perspective. *Al Quds: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Hadis, 9*(1), 167-176. https://doi.org/10.29240/alquds.v9i1.11594

p-ISSN 2716-3113
e-ISSN 2715-7245

Siregar, N. S., dkk. 2025. Perspektif Al-Qur'an tentang mustadh'afin: Penindasan gender dan pemberdayaan perempuan di Indonesia kontemporer. *Jurnal Pemikiran Islam, 5*(1), 56-69. https://doi.org/10.22373/jpi.v5i1.31644

Siregar, W. Z. B. 2024. *Passing the sexual violence crime law in Indonesia: Reflection of a gender-sensitive parliament? Politics and Governance, 12.* https://doi.org/10.14710/nusa.19.2.74-88

Syamsurrijal, S., Iswadi, M. K., & Arniati, F. 2025. Sexual harassment in the name of religion and heaven as shown in Walid's film: Symbolic and feminist critical approach. *Humanitatis: Journal of Language and Literature, 11*(2), 245-254. https://doi.org/10.30812/humanitatis.v11i2.5108

Syifa, S., & Nurjannah, N. 2024. Integrasi psikologi dan spiritualitas Islam dalam pendekatan holistik pemulihan trauma. *Social Journal of Spiritual Studies, 1*(2), 104-111. https://doi.org/10.62491/sjss.v1i2.2024.26

Taufiqurrahmana, A., dkk. 2023. *Penerapan terapi psikoreligius dalam mengatasi trauma kekerasan (studi kasus pada klien "W" di LPKA Palembang).*

Ulinnuha, M., & rekan. 2025. Advokasi untuk perempuan dan anak Muslim korban kekerasan dalam rumah tangga di Jawa Tengah, Indonesia. *Jurnal Agama, Spiritualitas, dan Kemanusiaan Indonesia, 4*(1), 108-133. https://doi.org/10.18326/ijoresh.v4i1.108-133

Widia Anggriati, S., & Hidayatullah, D. 2024. Unveiling vulnerability: Trauma's reflection on masculinity in Moonlight (2016) and Kucumbu Tubuh Indahku (2018). *Adabiyyāt: Jurnal Bahasa dan Sastra, 8*(1), 45-69. https://doi.org/10.14421/ajbs.2024.080103