



## Narasi Spiritual dan Ketahanan Psikologis Anak: Studi Wawancara Tertulis bersama Orang Tua di PKBM Alam Jingga

Febi Robianti<sup>1</sup>, Herlin Kusumasari<sup>2</sup>, Marsahid Agung Sasongko<sup>3</sup>, Nauriana<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Faculty of Liberal Arts and Sciences, Department of Education, International Open University, The Gambia.

<sup>2,3,4</sup>PKBM Alam Jingga

DOI:

<https://doi.org/10.47134/jpn.v2i4.2019>

\*Correspondence: Febi Robianti

Email: [febirobianti@gmail.com](mailto:febirobianti@gmail.com)

Received: 12-06-2025

Accepted: 25-06-2025

Published: 30-06-2025



**Copyright:** © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license

(<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Abstract:** *This study aims to explore the role of parents' spiritual narratives in fostering children's psychological resilience within the alternative learning community PKBM Alam Jingga. Using a descriptive qualitative approach through written interviews, 24 parents were selected using voluntary sampling. Thematic analysis revealed four main themes: prophetic stories as a source of hope, prayer and dhikr as emotional regulators, parental role modeling in facing challenges, and the routine of storytelling before bedtime. Findings indicate that spiritual narratives function not only as a medium of faith communication but also as a psychosocial instrument that strengthens children's coping ability through the internalization of values such as patience, trust in God, and optimism. In conclusion, family spiritual practices play a significant role in nurturing children's moral identity and mental resilience.*

**Keywords:** Spiritual Narratives, Psychological Resilience, Moral Education

**Abstrak:** *Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi peran narasi spiritual orang tua dalam membentuk ketahanan psikologis anak di komunitas belajar alternatif PKBM Alam Jingga. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif melalui wawancara tertulis, sebanyak 24 orang tua dipilih dengan teknik voluntary sampling. Hasil analisis tematik mengungkap empat tema utama: kisah Nabi sebagai sumber harapan, doa dan dzikir sebagai penguat emosi, keteladanan orang tua dalam menghadapi masalah, serta rutinitas bercerita sebelum tidur. Temuan menunjukkan bahwa narasi spiritual tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi iman, tetapi juga memperkuat daya lenting anak melalui internalisasi nilai kesabaran, tawakal, dan optimisme. Kesimpulannya, praktik spiritual keluarga berperan penting sebagai instrumen psikososial yang menumbuhkan identitas moral dan ketahanan mental anak.*

**Kata Kunci:** Narasi Spiritual, Ketahanan Psikologis, Pendidikan Nilai

---

## Pendahuluan

Ketahanan psikologis (resilience) anak merupakan aspek krusial dalam mendukung tumbuh kembang yang sehat, terutama ketika menghadapi tantangan zaman modern. Lingkungan keluarga, terutama pola asuh yang responsif dan komunikasi spiritual yang hangat, memainkan peran besar dalam membentuk daya lenting anak. Penelitian menunjukkan bahwa resiliensi merupakan proses adaptasi positif yang dapat diperkuat melalui hubungan yang aman dengan orang dewasa, keterampilan regulasi diri, serta kompetensi sosial yang mendukung pemecahan masalah (Masten & Barnes, 2018). Selain itu, studi lain menunjukkan bahwa konsistensi dalam pola asuh dan penerapan strategi resolusi konflik emosional dapat meningkatkan kemampuan remaja dalam mengelola emosi negatif serta mengembangkan coping yang efektif, sehingga memperkuat resilience anak dalam menghadapi stres dan tekanan kehidupan sehari-hari (Immaniar, Fitriana, & Masruroh, 2025).

Mackay (2003) dalam kajian pustakanya menekankan bahwa kohesi emosional keluarga, sistem keyakinan berbasis spiritual, serta strategi coping dan komunikasi efektif secara signifikan berkontribusi terhadap ketahanan keluarga dan hasil perkembangan positif bagi anak. Ia juga menunjukkan bahwa keberadaan figur ayah—baik yang tinggal serumah maupun tidak—mempunyai peran penting dalam perkembangan anak. Program intervensi yang paling efektif adalah yang dimulai sejak dini, sesuai dengan nilai budaya dan spiritual keluarga, serta mampu mengurangi tekanan ekologis seperti kemiskinan atau isolasi sosial. Namun, literatur yang tersedia masih memiliki keterbatasan, seperti belum adanya pengukuran langsung terhadap resiliensi keluarga dan kurang konsistennya definisi konsep yang digunakan (Mackay, 2003).

Dalam konteks keluarga Muslim, nilai-nilai tauhid dan praktik ibadah harian seperti shalat berjamaah, tilawah Al-Qur'an, serta pemahaman kisah-kisah kenabian berfungsi sebagai fondasi spiritual yang mendalam bagi pembentukan ketahanan psikologis anak. Narasi tentang ujian, kesabaran, dan keteguhan iman para nabi, khususnya Nabi Muhammad SAW, memberikan teladan konkret bagi anak untuk menghadapi tekanan hidup, konflik sosial, dan risiko modern dengan keberanian, optimisme, dan kepercayaan penuh kepada Allah. Pendidikan Islam yang menekankan

---

internalisasi kisah kenabian ini terbukti tidak hanya meningkatkan kemampuan adaptasi emosional, tetapi juga memperkuat kapasitas mental anak dalam mengelola stres dan tantangan kehidupan sehari-hari, sehingga resiliensi mereka terbentuk secara holistik, menyeluruh, dan berkelanjutan (Rahman & Miftahurrahmat, 2025; Elfattah, 2025).

Secara teoritis, ketahanan psikologis bersifat dinamis, dipengaruhi oleh interaksi antara individu dan lingkungan sosialnya, termasuk relasi keluarga dan keterikatan emosional yang sehat. Resiliensi bukan hanya ditentukan oleh faktor internal anak, melainkan juga berkembang melalui dukungan relasi yang positif serta pola asuh yang membangun rasa aman dan percaya diri (Herrman et al., 2011). Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga yang hangat, memiliki keterikatan kuat dengan orang tua, dan menerima stimulasi spiritual yang konsisten cenderung lebih mampu menghadapi stres dan tantangan kehidupan.

Lingkungan rumah bernuansa spiritual menjadi fondasi penting bagi pembentukan kepribadian dan kesejahteraan emosional anak. Utami (2025) menegaskan bahwa keluarga adalah institusi pendidikan pertama dan paling berpengaruh dalam menanamkan nilai-nilai keislaman dan kesadaran spiritual. Praktik-praktik seperti pembiasaan ibadah, diskusi keagamaan, serta cerita tentang nabi dan tokoh Islam sejak dini secara signifikan membentuk sensitivitas spiritual dan meningkatkan daya tahan anak terhadap tekanan. Sejalan dengan hal tersebut, integrasi spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari, seperti melalui shalat, dzikir, doa, dan pembacaan Al-Qur'an, terbukti memberikan ketenangan batin dan memperkuat kemampuan anak dalam menghadapi tantangan hidup. Nilai-nilai seperti tawakkul dan sabar menjadi mekanisme coping yang efektif, membantu anak beradaptasi dengan situasi sulit dan menjaga stabilitas emosionalnya (Ayob et al., 2024).

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam pembentukan karakter anak sejak dini. Sebagai lingkungan pertama, keluarga memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan kepribadian, nilai moral, dan sikap sosial anak melalui pola asuh, komunikasi, dan keteladanan yang ditunjukkan orang tua. Dukungan emosional dan interaksi yang sehat dalam keluarga menjadi faktor utama dalam menanamkan nilai-nilai positif seperti disiplin, kejujuran, dan tanggung jawab (Hyoscyamina, 2012). Selain itu, praktik penguatan karakter juga dapat dilakukan melalui penyampaian narasi keluarga

---

yang diwariskan lintas generasi. Cerita yang diceritakan oleh orang tua atau kakek-nenek bukan hanya memperkuat identitas anak, tetapi juga meningkatkan keterikatan emosional dan memberikan kerangka nilai untuk menghadapi tantangan hidup (Maurya, 2016).

Dalam pendekatan pendidikan Islam, praktik spiritual seperti dzikir, tilawah, dan internalisasi nilai tauhid berperan penting dalam menjaga stabilitas emosi dan kesehatan mental anak. Elfattah (2025) menyatakan bahwa pendidikan Islam bukan hanya menyampaikan pengetahuan agama, melainkan juga menjadi sarana pembentukan karakter dan ketahanan batin, sehingga praktik spiritual berfungsi sebagai sistem dukungan psikologis yang relevan untuk menghadapi tantangan zaman.

Meskipun banyak penelitian sebelumnya telah menyoroti peran agama dalam pembentukan resiliensi, kajian yang secara khusus menggali narasi spiritual dalam keluarga Muslim Indonesia masih terbatas. Di sinilah letak signifikansi studi ini. Dengan mengambil latar komunitas belajar berbasis keluarga seperti PKBM Alam Jingga, yang mengintegrasikan pendekatan spiritual dalam pendidikan, studi ini bertujuan mengeksplorasi bagaimana orang tua menggunakan narasi spiritual untuk memperkuat ketahanan psikologis anak. Lingkungan PKBM ini juga dikenal memberikan fleksibilitas pembelajaran nonformal yang mendukung pengembangan keterampilan adaptif melalui pengalaman kontekstual dan kolaboratif, yang sebelumnya terbukti efektif membantu siswa mengelola risiko, meningkatkan kepercayaan diri, dan membentuk kemandirian (Robianti et al., 2025).

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi isi, bentuk, dan makna narasi spiritual yang digunakan oleh orang tua dalam membentuk ketahanan psikologis anak di lingkungan komunitas belajar alternatif, khususnya di PKBM Alam Jingga. Fokus studi ini tidak hanya pada konten narasi itu sendiri, tetapi juga pada cara narasi tersebut disampaikan, konteks spiritual di mana ia muncul, serta nilai-nilai yang ditanamkan melalui proses komunikasi tersebut. Tujuan utama dari studi ini adalah memahami bagaimana narasi-narasi tersebut membentuk respons anak terhadap tekanan dan tantangan hidup sehari-hari melalui internalisasi nilai-nilai spiritual keluarga. Sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian sebelumnya, kekuatan narasi tidak hanya terletak pada informasinya, tetapi juga pada kemampuannya membentuk persepsi,

---

emosi, dan perilaku individu melalui kedekatan emosional dan representasi yang relevan (Ramadhani & Pujawardani, 2025). Hal ini sejalan dengan temuan bahwa narasi yang kuat dapat menciptakan keterlibatan emosional (*narrative transportation*), yang berpengaruh pada sikap dan perilaku positif, termasuk dalam menjaga kesehatan mental (Saputra & Cholifah, 2023).

Melalui pendekatan kualitatif berbasis wawancara tertulis, penelitian ini berupaya memetakan bentuk-bentuk ketahanan psikologis yang muncul dari pengalaman spiritual keluarga. Studi ini menelusuri hubungan antara praktik spiritual, pola komunikasi keluarga, dan kemampuan anak dalam mengelola stres serta mempertahankan kesejahteraan emosional. Temuan-temuan ini memperlihatkan bahwa narasi spiritual yang disampaikan secara konsisten dan penuh makna menjadi sumber utama daya lenting (resiliensi) anak-anak dalam menghadapi perubahan, tekanan, maupun krisis dalam kehidupan mereka. Hal ini sejalan dengan temuan King (2020) yang menunjukkan bahwa spiritualitas berperan penting dalam membentuk harapan dan resiliensi anak, khususnya melalui kepercayaan kepada kekuatan yang lebih tinggi, makna hidup yang dikonstruksi dari pengalaman sulit, serta dukungan komunitas. Selain itu, komunikasi yang bernuansa religius dalam keluarga berperan memperkuat nilai spiritual dan membangun ikatan emosional yang kokoh, sehingga anak tidak hanya memiliki fondasi moral yang kuat, tetapi juga ketahanan menghadapi arus globalisasi (Yush Nawwir & Laelah, 2025).

Sejalan dengan itu, Khadavi (2023) menegaskan bahwa pembinaan mental spiritual yang terintegrasi dalam pendidikan dan praktik kehidupan sehari-hari dapat memperkuat kepribadian, pengendalian diri, dan ketahanan emosional, sehingga peserta didik maupun anak-anak mampu menghadapi tantangan tanpa kehilangan nilai dasar keagamaannya. Praktik-praktik spiritual tidak hanya meningkatkan harga diri dan kemampuan coping anak, tetapi juga menjadi jembatan penting bagi terbentuknya ketahanan emosional dalam menghadapi tekanan hidup.

Nilai-nilai seperti ketangguhan, keteladanan, kebijaksanaan, dan kesabaran yang menjadi inti dari ajaran Nggusu Waru di masyarakat Bima menunjukkan adanya sistem etika spiritual yang hidup dalam narasi lokal masyarakat. Nilai-nilai tersebut tidak hanya relevan dalam konteks kepemimpinan, tetapi juga memiliki potensi kuat sebagai

---

kerangka pendidikan karakter anak di lingkungan keluarga dan komunitas belajar (Badrun, 2021). Penelitian Badrun menegaskan bahwa narasi lokal yang sarat nilai moral dan spiritual dapat menjadi sarana internalisasi karakter, penguatan identitas budaya, dan pembentukan ketahanan psikologis anak.

Hal ini sejalan dengan pendekatan pendidikan alternatif seperti homeschooling dan PKBM, yang mengedepankan kearifan lokal dan komunikasi interpersonal dalam proses pembelajaran. Dalam konteks PKBM Alam Jingga, rumah tidak hanya menjadi tempat tinggal tetapi juga ruang belajar berbasis iman, di mana narasi keluarga memainkan peran penting dalam membentuk karakter dan kekuatan psikologis anak. Sejalan dengan temuan sebelumnya, selama proses belajar dari rumah, orang tua tidak hanya berperan sebagai fasilitator, tetapi juga sebagai penguat nilai melalui komunikasi dan narasi yang menanamkan norma, motivasi, serta ketahanan mental anak (Jatiningsih et al., 2021).

Pendekatan ini juga sejalan dengan pandangan Rosyid (2021) bahwa penyampaian cerita atau narasi berbasis nilai—sebagaimana dalam tradisi lisan masyarakat—memiliki kekuatan besar dalam menanamkan nilai spiritual, membangun imajinasi, serta menumbuhkan ketahanan berpikir anak. Melalui penyampaian yang kreatif dan kontekstual, narasi spiritual keluarga bukan hanya menjadi alat edukatif, melainkan juga media internalisasi nilai yang memperkuat kapasitas anak dalam menghadapi tantangan hidup secara utuh, baik secara emosional, moral, maupun spiritual. Hal ini diperkuat oleh temuan Rahma et al., (2023) yang menunjukkan bahwa narasi spiritual yang dikemas secara persuasif, inklusif, dan komunikatif tidak hanya relevan untuk dakwah digital, tetapi juga efektif dalam menginspirasi perubahan perilaku serta memperkuat dimensi spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari. Strategi penyampaian yang ramah, dialogis, dan kontekstual memungkinkan pesan-pesan nilai tertanam lebih mendalam, sehingga anak tidak hanya memahami ajaran secara kognitif, tetapi juga menginternalisasikannya dalam sikap dan tindakan sehari-hari.

## **Metodologi**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode wawancara tertulis. Sebanyak 24 orang tua dari komunitas PKBM Alam Jingga

---

berpartisipasi dalam penelitian ini melalui teknik *voluntary sampling* atau *self-selection sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel di mana individu secara sukarela memilih untuk ikut serta dalam studi setelah menerima undangan terbuka. Teknik ini memungkinkan peneliti menjangkau partisipan yang memiliki minat, pengalaman, dan keterlibatan langsung dalam praktik spiritual keluarga serta proses pendidikan anak di rumah. Teknik *voluntary sampling* dianggap relevan dalam konteks penelitian ini karena memberikan ruang bagi individu yang terdorong secara intrinsik untuk berbagi pandangan dan pengalaman mereka, sehingga memperkaya data yang dihasilkan melalui perspektif yang otentik dan reflektif (Murairwa, 2015). Dalam prosesnya, wawancara tertulis dipilih sebagai medium utama karena memungkinkan pengumpulan data secara sistematis dan memberikan waktu bagi responden untuk merefleksikan jawaban mereka secara mendalam. Meskipun wawancara tertulis membatasi interaksi langsung antara peneliti dan partisipan, metode ini tetap efektif untuk menggali pengalaman dan narasi personal yang bersifat sensitif atau mendalam (Harahap, 2019).

Wawancara tertulis dilakukan melalui Google Form dengan daftar pertanyaan terbuka yang menggali pengalaman keagamaan, kebiasaan bercerita spiritual di rumah, dan respons anak terhadap tantangan. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan pendekatan *thematic analysis* yang memungkinkan peneliti mengidentifikasi pola-pola makna dalam narasi yang dikumpulkan. Pendekatan ini dianggap sesuai dalam penelitian berbasis komunitas karena memberikan ruang bagi suara dan pengalaman peserta untuk tampil secara utuh, serta memungkinkan pemahaman yang kontekstual terhadap fenomena sosial yang sedang diteliti (Jason & Glenwick, 2016). Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Tim Yayasan Permadani Saga yang menaungi PKBM Alam Jingga. Seluruh partisipan memberikan persetujuan tertulis dan dijamin kerahasiaannya.

## **Hasil dan Pembahasan**

Penelitian ini mengidentifikasi empat tema utama dalam narasi spiritual orang tua yang berkontribusi terhadap pembentukan ketahanan psikologis anak di komunitas PKBM Alam Jingga. Tema-tema tersebut menunjukkan bahwa narasi keagamaan tidak hanya berfungsi sebagai media komunikasi iman, tetapi juga sebagai instrumen

psikososial yang memperkuat daya lenting anak dalam menghadapi tantangan kehidupan. Hal ini sejalan dengan gagasan tentang pedagogi naratif berbasis kisah-kisah Qur’ani, yang berperan bukan sekadar menyampaikan informasi historis, tetapi juga menginternalisasi nilai moral dan spiritual serta membentuk perilaku etis dalam diri individu (Yusoff, 2023).

**Tabel 1.** Thematic Analysis

<b>Tema</b>	<b>Contoh Narasi</b>	<b>Manifestasi Ketahanan</b>
<b>1. Kisah Nabi sebagai sumber harapan</b>	“Waktu itu cerita tentang kisah warga Gaza Palestina. Respon anak sedih tetapi bisa selalu merasa bersyukur karena anak-anak saya bisa hidup nyaman dan aman di Indonesia.”	Anak lebih percaya diri dan berani karena meneladani keteguhan warga Gaza dan Nabi; mampu mengurangi overthinking dan rasa takut.
	“Ketika kisah yang disampaikan related dengan keadaannya biasanya anak akan terdiam.”	Anak belajar menenangkan diri saat menghadapi lawan lebih kuat; muncul rasa tawakal dan percaya bahwa hasil ada di tangan Allah.
	“Lebih paham jika dinasehati dengan contoh kisah-kisah nabi.”	Anak mencoba mengendalikan emosi sesuai nilai kesabaran dalam kisah Nabi.
<b>2. Doa dan dzikir sebagai penguat emosi</b>	“Mengajarkan anak agar selalu tawakal. Bahwa ada Allah yang Maha Kuat dibanding lawannya.”	Anak menjadi lebih tenang, percaya diri, dan tidak panik saat situasi sulit.
	“Kami yakini badai ini pasti berlalu, Allah ga akan pernah memberikan cobaan di luar kemampuan kita sekeluarga.”	Anak lebih sabar, mampu menerima keterpurukan ekonomi keluarga, dan tetap optimis.
	“Sangat penting karena peran spiritualitas merupakan landasan hidup yang membuat mental kuat.”	Anak belajar meminta pertolongan Allah, mengurangi ketakutan masa depan.

<b>3. Keteladanan orang tua dalam menghadapi masalah</b>	“Ayah dan bunda berusaha mengingatkan anak-anak untuk sholat, baca Qur’an bersama ba’da maghrib.”	Anak terbiasa bersyukur, membantu teman, dan tidak mengeluh saat pindah sekolah.
	“Dilakukan rutin berdasarkan kesadaran, saling mengingatkan dan mensupport.”	Anak berani menolak ajakan pacaran, menunjukkan pemahaman nilai Islam dalam sikap sosial.
	“Memberikan contoh sholat di masjid, mengaji habis Maghrib, yasinan setiap malam Jumat.”	Anak lebih percaya diri dan bisa mengendalikan rasa takut karena meneladani orang tua yang konsisten dalam ibadah.
<b>4. Rutin bercerita kisah teladan sebelum tidur</b>	“Sebelum tidur dalam bentuk cerita dongeng atau kisah nabi.” (	Anak lebih mudah menerima nasihat dan berusaha bersabar saat diledek teman.
	“Waktu kecil dongeng sebelum tidur, setelah besar tidak lagi.”	Anak tetap ingat nilai pentingnya sholat, berusaha melaksanakan meski belum konsisten.
	“Di ceritakan kisah-kisah siroh Nabawiyah atau larangan dan adab-adab sebagai muslimah.”	Anak takut meninggalkan sholat dan lebih menghormati orang yang lebih tua.

Secara keseluruhan, terdapat pola umum dalam praktik spiritual dan pendidikan nilai di keluarga yang berperan dalam membentuk ketahanan anak. Kisah Nabi menjadi sumber harapan dan mekanisme coping, sehingga anak menjadi lebih sabar, optimis, dan percaya pada Allah. Doa dan dzikir berfungsi sebagai regulasi emosi, membantu anak mengurangi rasa panik, cemas, dan overthinking. Keteladanan orang tua memperkuat *role modeling*, sehingga anak meniru sikap tangguh dan kesabaran dalam menghadapi tantangan. Sementara itu, cerita sebelum tidur mempermudah internalisasi nilai-nilai seperti kesabaran, adab, dan tauhid, membentuk fondasi moral dan spiritual anak secara konsisten.

---

## Analisis Tematik dan Interpretasi

### Tema 1: Kisah Nabi sebagai Sumber Harapan

Sebanyak 79% responden (19 dari 24) menyatakan bahwa kisah Nabi—terutama tentang kesabaran dan perjuangan—menjadi penguat utama bagi anak dalam menghadapi kesulitan sosial maupun personal. Narasi ini memberikan kerangka berpikir positif dan mengurangi rasa putus asa.

*“Waktu itu cerita tentang kisah warga Gaza Palestina. Respon anak sedih tetapi bisa selalu merasa bersyukur karena anak-anak saya bisa hidup nyaman dan aman di Indonesia.”*

*“Ketika kisah yang disampaikan related dengan keadaannya biasanya anak akan terdiam.”*

*“Lebih paham jika dinasehati dengan contoh kisah-kisah nabi.”*

Hal ini mendukung temuan Mackay (2003), bahwa sistem keyakinan spiritual yang kuat membentuk mekanisme coping efektif. Kisah Nabi berfungsi sebagai *model resilience* yang mengajarkan harapan, kesabaran, dan tawakal.

### Tema 2: Doa dan Dzikir sebagai Regulasi Emosi

Sebanyak 71% responden (17 dari 24) menekankan peran doa, dzikir, dan istighfar sebagai sarana pengendalian emosi dan penguat mental anak. Praktik ini tidak hanya menenangkan, tetapi juga meningkatkan keberanian sosial anak.

*“Mengajarkan anak agar selalu tawakal. Bahwa ada Allah yang Maha Kuat dibanding lawannya.”*

*“Kami yakini badai ini pasti berlalu, Allah ga akan pernah memberikan cobaan di luar kemampuan kita sekeluarga.”*

*“Sangat penting karena peran spiritualitas merupakan landasan hidup yang membuat mental kuat.”*

Narasi ini sejalan dengan Elfattah (2025) yang menegaskan bahwa aktivitas spiritual memiliki peran sentral dalam membangun ketenangan batin dan ketahanan psikologis.

### **Tema 3: Keteladanan Orang Tua dalam Krisis**

Sebanyak 67% responden (16 dari 24) mengungkapkan bahwa perilaku spiritual orang tua saat menghadapi krisis menjadi teladan nyata bagi anak. Anak meniru cara orang tua mengatasi masalah dengan kesabaran, ibadah, dan keyakinan kepada Allah.

*“Ayah dan bunda berusaha mengingatkan anak-anak untuk sholat, baca Qur’an bersama ba’da maghrib.”*

*“Dilakukan rutin berdasarkan kesadaran, saling mengingatkan dan mensupport.”*

*“Memberikan contoh sholat di masjid, mengaji habis Maghrib, yasinan setiap malam Jumat.”*

Hal ini selaras dengan Herrman et al. (2011) yang menekankan peran *role modeling* dalam membentuk pemaknaan positif terhadap penderitaan. Anak tidak hanya belajar sabar, tetapi juga menghubungkan tantangan dengan hikmah Ilahi.

### **Tema 4: Cerita Teladan sebagai Praktik Rutin**

Sebanyak 54% responden (13 dari 24) menyebutkan bahwa membacakan kisah sebelum tidur atau saat waktu senggang menjadi cara efektif menanamkan nilai spiritual. Praktik ini membantu anak memahami norma sosial dan membentuk keberanian menghadapi tekanan sebaya.

*“Sebelum tidur dalam bentuk cerita dongeng atau kisah nabi.”*

*“Waktu kecil dongeng sebelum tidur, setelah besar tidak lagi.”*

*“Di ceritakan kisah-kisah siroh Nabawiyah atau larangan dan adab-adab sebagai muslimah.”*

Rutinitas ini mendukung pandangan Rosyid (2021) bahwa narasi moral yang konsisten mampu membangun identitas religius dan prinsip moral anak.

### **Integrasi Konteks dan Literatur**

Secara umum, keempat tema ini mengonfirmasi teori bahwa spiritualitas keluarga adalah faktor protektif utama dalam membentuk ketahanan anak (King, 2020). Narasi

spiritual memperkuat harapan, memberi makna terhadap kesulitan, dan menyediakan dukungan emosional.

Dalam konteks lokal, praktik ini menunjukkan bahwa rumah bukan sekadar tempat tinggal, tetapi ruang edukatif berbasis nilai (Badrun, 2021). Keluarga berperan sebagai fasilitator utama yang mengintegrasikan tradisi lisan dengan penguatan identitas dan moralitas anak (Utami, 2025; Maurya, 2016)

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dalam studi “*Narasi Spiritual dan Ketahanan Psikologis Anak: Studi Wawancara Tertulis bersama Orang Tua di PKBM Alam Jingga*”, dapat disimpulkan bahwa narasi spiritual dalam keluarga Muslim memiliki peran penting dalam membentuk ketahanan psikologis anak. Kisah Nabi berfungsi sebagai sumber harapan yang mengajarkan kesabaran, tawakal, dan optimisme dalam menghadapi kesulitan, selaras dengan mekanisme *coping* yang efektif (Mackay, 2003), sementara praktik doa dan dzikir berperan sebagai regulasi emosi yang menenangkan sekaligus memperkuat mental anak (Elfattah, 2025). Keteladanan orang tua saat menghadapi krisis memberikan *role modeling* yang mendorong anak meniru sikap tangguh dan sabar (Herrman et al., 2011), sedangkan cerita teladan yang disampaikan secara rutin sebelum tidur memfasilitasi internalisasi nilai moral dan identitas religius (Rosyid, 2021). Secara keseluruhan, praktik spiritual keluarga tidak hanya memperkuat harapan dan makna hidup anak, tetapi juga menyediakan dukungan emosional dan membentuk identitas moral, menjadikan rumah sebagai ruang edukatif berbasis nilai (King, 2020; Badrun, 2021; Utami, 2025; Maurya, 2016), sejalan dengan pandangan bahwa narasi keagamaan tidak sekadar berfungsi sebagai ajaran normatif, tetapi juga merupakan konstruksi dinamis yang membentuk identitas, menguatkan moral, dan menyesuaikan diri dengan konteks sosial serta kebutuhan zaman (Arjan, 2014). Penelitian ini menekankan pentingnya penguatan literasi spiritual dalam program parenting, khususnya di komunitas belajar alternatif seperti PKBM, dan untuk studi lanjutan, pendekatan observasional atau longitudinal dapat memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai proses pembentukan ketahanan psikologis anak dalam jangka panjang.

---

## Referensi

- Arjan, M. A. M. (2014). Construction of the Islamic religious narratives: Toward a new theoretical lens. *International Humanities Studies*, 1(3). Retrieved from [https://ihs-humanities.com/journals/vol1\\_no3\\_september2014/2.pdf](https://ihs-humanities.com/journals/vol1_no3_september2014/2.pdf)
- Ayob, M. A. S., Md Soh, N. S., Mohd Sairi, F., Mohamad Zaini, M. N., & Abdul Aziz, A. (2024). *The integration of spirituality and religion in building resilience to life's challenges*. BITARA International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences, 7(3), 171–175.
- Badrun, A. (2021). *Filsafat Nggusu Waru dalam Tradisi Lisan Bima dan Relevansinya dengan Ciri Kepemimpinan Modern*. Retrieved from <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/73497396/90-libre.pdf>
- Elfattah, H. Y. A. (2025). *Faith-based mental health promotion in Muslim communities: The role of Islamic education and spiritual practices*. *International Journal of Islamic Studies (IJIS)*, 3(1). <https://doi.org/10.61194/ijis.v3i1.709>
- Harahap, A. S. (2019). Teknik wawancara bagi reporter dan moderator di televisi. *Komunikologi: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 16(1), 49–60. <https://komunikologi.esaunggul.ac.id/index.php/KM/article/viewFile/202/202>
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is Resilience? *Canadian Psychiatric Association*. DOI: [10.1177/0706743711105600504](https://doi.org/10.1177/0706743711105600504)
- Hyoscyamina, D. E. (2012). Peran keluarga dalam membangun karakter anak. *Jurnal Psikologi*, 10(2), 144–152. <https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.144-152>
- Immaniar, K. N., Fitriana, A. Q. Z., & Masrurroh, R. (2025). Dinamika pola asuh ambivalen dan strategi resolusi konflik emosional pada remaja: Studi kasus dua pendekatan intervensi. *Complex: Jurnal Multidisiplin Ilmu Nasional*, 2(2), 171–175. <https://ejurnal.faaslibsmidia.com/index.php/compl>
- Jason, L. A., & Glenwick, D. S. (Eds.). (2016). *Handbook of methodological approaches to community-based research: Qualitative, quantitative, and mixed methods*. Oxford University Press. <https://repository.unar.ac.id/jspui/bitstream/123456789/5294/1/Handbook%20of%20methodological%20approaches%20to%20community-based%20research%20%20qualitative%2C%20quantitative%2C%20and%20mixed%20methods%20by%20Leonard%20A.%20Jason%2C%20David%20S.%20Glenwick%20%28z-lib.org%29.pdf>

- Jatiningsih, O., Habibah, S. M., Wijaya, R., & Sari, M. M. K. (2021). Peran orang tua dalam pemenuhan hak pendidikan anak pada masa belajar dari rumah. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 10(1), 94–104. <https://doi.org/10.23887/jish-undiksha.v10i1.29943>
- Khadavi, M. J. (2023). Spiritual Mental Development Concept and the Implications for Students: Konsep Pembinaan Mental Spiritual dan Implikasinya bagi Peserta Didik. *Halaqa: Islamic Education Journal*, 7(1), 21–29. <https://doi.org/10.21070/halaqa.v7i1.1624>
- King, A. (2020). *Experiences of Hope, Resilience and Spirituality in Kenyan Children and Adolescents*. Doctor of Psychology (PsyD), George Fox University. Retrieved from <https://digitalcommons.georgefox.edu/psyd/320>
- Mackay, R. (2003). *Family resilience and good child outcomes: An overview of the research literature*. *Social Policy Journal of New Zealand*, 20, 98–118. <https://www.msd.govt.nz/documents/about-msd-and-our-work/publications-resources/journals-and-magazines/social-policy-journal/spj20/20-pages98-118.pdf>
- Masten, A. S., & Barnes, A. J. (2018). Resilience in children: Developmental perspectives. *Children*, 5(7), 98. <https://doi.org/10.3390/children5070098>
- Maurya, R. K. (2016). *Use of family narratives as a tool of effective parenting*. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(2), 146–158. <https://doi.org/10.25215/0302.090>
- Murairwa, S. (2015). Voluntary sampling design. *International Journal of Advanced Research in Management and Social Sciences*, 4(2), 185–200. <https://www.indianjournals.com/ijor.aspx?target=ijor:ijarmss&volume=4&issue=2&article=012>
- Rahma, A., Putra, F., Az Zarkasyi, J., & Jumroni. (2023). Narasi transformasi iman dalam episode *Cahaya untuk Indonesia*: Analisis strategi dakwah visual Habib Ja'far dan Mega Salsabil di YouTube. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 5(2), 1454. <https://doi.org/10.56832/edu.v5i2.1454>
- Rahman, D. M., & Miftahurrahmat. (2025). Pendidikan Islam sebagai modal resiliensi mental di era digital. *AN-NUR: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(1), 58–82. <https://journal.an-nur.org/index.php/annur/article/view/4>
- Ramadhani, R. A., & Pujawardani, H. H. (2025). Membangun narasi positif tentang kesehatan mental di media sosial Instagram. *Setyaki: Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, 3(3), 2030. <https://doi.org/10.59966/setyaki.v3i3.2030>
- Robianti, F., Sasongko, M. A., Kusumasari, H., & Nauriana, N. (2025). Edutrip sebagai sarana peningkatan uncertainty preparedness siswa Paket B di PKBM Alam Jingga. *Jurnal Pemberdayaan Ekonomi Dan Masyarakat*, 2(3), 12. <https://doi.org/10.47134/jpem.v2i3.800>

- 
- Rosyid, M. (2021). *Formula metode pembelajaran materi ajar tradisi lisan bagi anak usia dini: Learning method formula for teaching oral traditions to young children*. JURNAL TILA (Tarbiyah Islamiyah Lil Athfaal), 1(1), 13–27. <https://doi.org/10.56874/tila.v1i1.430>
- Saputra, F. H., & Cholifah. (2023). Pengaruh narasi dalam konten vlog channel YouTube “Menjadi Manusia” terhadap sikap dalam menjaga kesehatan mental. *Jurnal ISIP: Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik*, 19(1), 11–22. <https://doi.org/10.36451/jisip.v19i1.66>
- Utami, N. F. (2025). *Building children’s spiritual foundations: A study on the implementation of Islamic religious education in Muslim families*. *Sufiya Journal of Islamic Studies*, 1(3), 150–158. <https://journal.sufiya.org/index.php/sjis/article/view/140>
- Yush Nawwir, & Laelah, A. (2025). Keluarga sebagai pilar spiritual: Studi tentang pembentukan kecerdasan spiritual anak di era globalisasi. *Journal of Gurutta Education*, 4(1), 1–8. <https://doi.org/10.33096/jge.v4i1.2001>
- Yusoff, M. F. B. M. (2023). Narrative pedagogy for spiritual empowerment: A typological figuration of *qasas* in the Quran. *Rahmatan Lil Alamin: Journal of Peace Education and Islamic Studies*, 6(2). <https://doi.org/10.33379/jrla.v6i2.3830>