

Hana dan Pergulatan Perempuan Modern: Antara Harapan, Luka, dan Iman

Obria Mi'a Nome^{1*}, Yudika Niat Zay², Malik Bambang³

¹⁻³ Sekolah Tinggi Teologi Injili Arastamar (SETIA) Jakarta, Indonesia

Alamat: Jln. Daan Mogot Km 18 Kel. Kebon besar Kec. Batu Ceper (145,63 km) Kota Tangerang 15122

Korespondensi penulis: rianome08@gmail.com*

Abstract. *Modern women face layered complexities of challenges in navigating life in the contemporary era. Through an in-depth analysis of the character Hana as a representation of contemporary women, this article explores the dynamics of internal struggles encompassing aspects of hope, psychological trauma, and the search for spiritual meaning. This study uses a descriptive qualitative approach with narrative analysis to understand the psychosocial phenomena experienced by urban Indonesian women. The research results show that modern women experience a continuous dilemma between social expectations, personal aspirations, and spiritual needs, which is reflected in the life journey of the character Hana. These findings make an important contribution to understanding the construction of Indonesian women's identity in the 21st century.*

Keywords: *Modern Women, Gender Identity, Spirituality, Psychological Trauma, Hope*

Abstrak. Perempuan modern menghadapi kompleksitas tantangan yang berlapis dalam menjalani kehidupan di era kontemporer. Melalui analisis mendalam terhadap karakter Hana sebagai representasi perempuan masa kini, artikel ini mengeksplorasi dinamika pergulatan internal yang meliputi aspek harapan, trauma psikologis, dan pencarian makna spiritual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan analisis naratif untuk memahami fenomena psikososial yang dialami perempuan urban Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan modern mengalami dilema berkelanjutan antara ekspektasi sosial, aspirasi personal, dan kebutuhan spiritual, yang tercermin dalam perjalanan hidup tokoh Hana. Temuan ini memberikan kontribusi penting dalam memahami konstruksi identitas perempuan Indonesia di abad ke-21.

Kata kunci: Perempuan Modern, Identitas Gender, Spiritualitas, Trauma Psikologis, Harapan

1. LATAR BELAKANG

Pergulatan perempuan dalam menghadapi realitas kehidupan modern telah menjadi tema sentral dalam diskursus sosiologis dan psikologis kontemporer. Era globalisasi dan modernisasi membawa transformasi signifikan dalam peran dan posisi perempuan di masyarakat, menciptakan dinamika kompleks antara tradisi dan modernitas (Kusuma A., 2022). Fenomena ini tercermin dalam berbagai aspek kehidupan, mulai dari ranah domestik hingga profesional, dari personal hingga spiritual.

Tokoh Hana, sebagai representasi perempuan urban Indonesia, menjadi cerminan autentik dari pergulatan multidimensional yang dihadapi generasi perempuan masa kini. Karakternya menggambarkan kompleksitas psikologis individu yang berada di persimpangan antara ekspektasi sosial, ambisi personal, dan pencarian jati diri yang bermakna (Rahmawati S., 2023). Melalui perjalanan hidupnya, kita dapat mengidentifikasi pola-pola universal yang dialami perempuan modern dalam membangun identitas dan mengatasi tantangan kehidupan.

Perempuan dalam era modern berada pada persimpangan sejarah yang kompleks, di mana berbagai identitas, peran, dan harapan bersinggungan secara intensif (Padakari & Gulo, 2025). Masyarakat kontemporer menuntut perempuan untuk menjadi entitas serba bisa—berdaya secara ekonomi, cerdas secara emosional, serta tetap berperan dalam domain domestik dan spiritual (Sianipar, 2024). Kompleksitas ini menimbulkan dinamika psikososial yang tidak jarang menciptakan tekanan batin dan kebingungan identitas, khususnya bagi perempuan yang hidup di kota-kota besar dengan ritme kehidupan yang cepat dan kompetitif.

Dalam konteks Indonesia, transformasi sosial yang dipicu oleh globalisasi dan teknologi turut mempercepat perubahan dalam konstruksi gender dan relasi sosial (Sianipar, 2024). Perempuan Indonesia masa kini ditantang untuk menavigasi ekspektasi budaya yang masih kental dengan nilai-nilai patriarkal, sembari merespons panggilan zaman untuk menjadi pribadi yang merdeka dan otentik (Natar, 2016). Di tengah ketegangan antara nilai-nilai tradisional dan semangat emansipatoris, muncul kebutuhan mendalam untuk menggali dimensi spiritual dan emosional sebagai ruang refleksi dan pemulihan.

Tokoh Hana dalam artikel ini dihadirkan bukan sekadar sebagai karakter fiktif, tetapi sebagai simbol dari realitas perempuan masa kini yang bergulat dengan luka masa lalu, beban harapan masa kini, dan pencarian iman yang transenden. Ia menjadi media naratif untuk membongkar dan merefleksikan pengalaman-pengalaman khas perempuan urban Indonesia, yang seringkali tidak terungkap dalam diskursus publik. Narasi Hana memungkinkan pembaca untuk melihat dari dekat bagaimana pergulatan internal perempuan menjadi arena pertarungan antara kelemahan dan kekuatan, antara keputusasaan dan ketabahan.

Oleh karena itu, artikel ini tidak hanya berniat memaparkan fakta-fakta empiris tentang perempuan modern, tetapi juga mengusulkan suatu pendekatan reflektif dan integratif dalam memahami identitas perempuan. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dan analisis naratif, tulisan ini bertujuan mengupas tiga dimensi eksistensial—harapan, luka, dan iman, sebagai kerangka kerja untuk membaca ulang pengalaman perempuan kontemporer secara lebih manusiawi, spiritual, dan kontekstual.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara komprehensif dimensi-dimensi pergulatan perempuan modern melalui sudut pandang karakter Hana, dengan fokus khusus pada tiga aspek fundamental: harapan sebagai motor penggerak, luka sebagai katalis transformasi, dan iman sebagai fondasi ketahanan. Pendekatan holistik ini memungkinkan pemahaman yang lebih mendalam tentang kompleksitas pengalaman perempuan dalam konteks sosial-budaya Indonesia kontemporer.

2. KAJIAN TEORITIS

Teori Identitas Diri dalam Konteks Gender

Teori identitas diri merupakan fondasi penting dalam memahami bagaimana seseorang membangun citra tentang siapa dirinya, baik secara personal maupun sosial. Dalam konteks perempuan modern, identitas diri tidak dibentuk secara linear, tetapi melalui proses yang kompleks dan seringkali bertentangan. Faktor sosial, budaya, ekonomi, dan spiritual berkontribusi dalam proses pembentukan identitas tersebut (Rangga et al., 2024). Perempuan hidup dalam sistem sosial yang menyematkan berbagai label, peran, dan harapan yang terkadang tidak sesuai dengan nilai-nilai atau aspirasi internal mereka.

Dalam studi gender, identitas dipahami sebagai konstruksi sosial yang dibentuk dan dinegosiasikan secara terus-menerus melalui interaksi dengan lingkungan (Levy & Lo, 2013). Konsep ini menolak pandangan esensialis tentang peran laki-laki dan perempuan yang bersifat tetap. Sebaliknya, identitas dipahami sebagai sesuatu yang cair dan bisa berubah tergantung pada konteks sosial dan pengalaman hidup (R. P. Gulo & Zai, 2025). Perempuan modern seringkali mendapati diri mereka berada dalam ketegangan antara norma-norma tradisional dan tuntutan zaman yang lebih egaliter, progresif, dan individualistik.

Konflik identitas ini muncul ketika ekspektasi eksternal—misalnya peran sebagai ibu yang ideal, pekerja yang tangguh, atau istri yang setia—bertabrakan dengan kebutuhan autentik dan aspirasi personal. Ketidaksesuaian ini menciptakan ketegangan batin yang dalam beberapa kasus bisa memicu krisis identitas. Tokoh Hana dalam artikel ini menjadi ilustrasi nyata dari pergulatan tersebut. Ia tidak sekadar berperan sebagai figur fiktif, melainkan sebagai metafora kolektif dari perempuan Indonesia masa kini yang berusaha menyusun ulang identitasnya secara sadar.

Dengan memahami dinamika teori identitas diri dalam perspektif gender, pembaca dapat memperoleh wawasan yang lebih mendalam tentang kompleksitas psikologis dan sosiologis yang dialami perempuan. Hal ini membantu menyoroti bahwa tantangan yang dihadapi perempuan bukan semata-mata bersifat individual, tetapi juga struktural. Oleh karena itu, pendekatan terhadap perempuan modern perlu lebih empatik, reflektif, dan mendalam, agar identitas yang dibangun tidak lagi sekadar hasil tekanan eksternal, melainkan buah dari proses refleksi dan keberanian untuk menjadi diri sendiri.

Teori Ketahanan Psikologis (Psychological Resilience)

Teori ketahanan psikologis berangkat dari pemahaman bahwa manusia memiliki kapasitas untuk bangkit kembali setelah mengalami tekanan emosional, kegagalan, atau peristiwa traumatis. Ketahanan tidak berarti kebal terhadap penderitaan, tetapi menggambarkan kemampuan untuk bertahan, beradaptasi, dan bahkan berkembang dalam menghadapi tantangan (Mawikere & Hura, 2025). Dalam konteks perempuan modern, ketahanan menjadi aspek penting dalam memahami cara perempuan merespons tekanan sosial, ekspektasi budaya, dan luka emosional yang bersifat kronis atau berulang. Perempuan dalam masyarakat patriarkal seringkali menghadapi berbagai bentuk mikroagresi, ketidaksetaraan, serta beban peran ganda yang menimbulkan stres berkepanjangan. Dalam banyak kasus, perempuan dipaksa untuk menyesuaikan diri dengan standar yang tidak realistis dan menekan potensi autentik mereka. Teori ketahanan menawarkan perspektif bahwa perempuan tidak sekadar korban dari struktur yang menindas, tetapi juga agen aktif yang dapat menemukan makna, kekuatan, dan pembelajaran dari pengalaman negatif tersebut.

Tokoh Hana dalam artikel ini memberikan gambaran konkret bagaimana pengalaman traumatis tidak selalu menjadi akhir dari kehidupan yang utuh. Sebaliknya, ia menjadi contoh bahwa trauma dapat menjadi katalis untuk transformasi pribadi yang lebih dalam. Hana menunjukkan bagaimana perempuan dapat mengembangkan strategi adaptif, seperti refleksi spiritual, dukungan sosial, dan pengelolaan emosi, yang semuanya berkontribusi pada pembangunan ketahanan. Proses ini seringkali bersifat non-linear, tetapi mencerminkan kekuatan internal yang bertumbuh dari kelemahan. Melalui lensa teori ketahanan psikologis, pengalaman perempuan modern seperti Hana menjadi sumber inspirasi dan pemahaman baru. Ketahanan bukanlah sesuatu yang statis atau diwariskan, tetapi dapat dikembangkan melalui pengalaman, pembelajaran, dan keberanian untuk menghadapi kenyataan (Lika, 2023). Teori ini menekankan pentingnya memperhatikan aspek spiritual, emosional, dan sosial dalam membangun sistem pendukung yang memadai. Dalam konteks ini, ketahanan menjadi landasan penting untuk menciptakan ruang hidup yang sehat dan bermakna bagi perempuan di tengah tekanan zaman.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research) sebagai landasan utama dalam menggali dan menganalisis berbagai perspektif teoritis yang berkaitan dengan pengalaman perempuan modern. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengkaji secara mendalam berbagai literatur ilmiah, artikel

jurnal, buku, serta sumber akademik lainnya yang membahas isu-isu psikososial, identitas gender, trauma, harapan, dan spiritualitas dalam konteks perempuan urban Indonesia (Ismail, 2012). Penelitian kualitatif berbasis pustaka memberikan ruang reflektif untuk menyusun pemahaman konseptual dan interpretatif terhadap fenomena yang bersifat kompleks, subjektif, dan kontekstual. Pengumpulan data dilakukan melalui telaah literatur yang sistematis terhadap karya-karya akademik yang relevan, baik dari disiplin psikologi, sosiologi, studi gender, maupun teologi kontekstual (Zaluchu, 2021). Analisis data dilakukan secara tematik, dengan mengidentifikasi pola-pola pemikiran dan konsep yang berulang dalam sumber-sumber tertulis yang dikaji. Narasi tentang tokoh Hana digunakan sebagai konstruksi konseptual untuk merepresentasikan pengalaman kolektif perempuan modern dalam kerangka analitis yang telah dibangun dari literatur. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga interpretatif, dalam upaya membangun sintesis pemahaman mengenai pergulatan perempuan masa kini antara harapan, luka, dan iman.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Konseptualisasi Perempuan Modern

Perempuan modern dapat dipahami sebagai individu yang hidup dalam era kontemporer dengan karakteristik spesifik yang membedakannya dari generasi sebelumnya. Perempuan modern dicirikan oleh kemampuan beradaptasi terhadap perubahan sosial, ekonomi, dan teknologi, sambil tetap mempertahankan nilai-nilai fundamental yang diyakininya (Sari M., 2023). Konsep ini tidak hanya merujuk pada aspek waktu, tetapi juga pada pola pikir dan orientasi hidup yang progresif.

Karakteristik perempuan modern mencakup beberapa dimensi penting. Pertama, kemandirian dalam pengambilan keputusan, yang memungkinkan mereka untuk menentukan arah hidup secara independen (Handayani T, 2024). Kedua, fleksibilitas dalam menjalankan berbagai peran sosial, dari ibu dan istri hingga profesional dan aktivis. Ketiga, kesadaran akan hak-hak fundamental sebagai individu dan warga negara yang setara.

Dinamika Harapan dalam Kehidupan Perempuan

Harapan merupakan konstruk psikologis yang kompleks, melibatkan aspek kognitif, emosional, dan perilaku dalam orientasi masa depan. Dalam konteks perempuan modern, harapan seringkali berkaitan dengan pencapaian keseimbangan antara berbagai dimensi kehidupan (Maharani D, 2022). Harapan perempuan Indonesia kontemporer cenderung bersifat multifaset, mencakup karir profesional, keharmonisan keluarga, dan aktualisasi diri. Dinamika

harapan ini tidak selalu berjalan linear. Seringkali, perempuan mengalami konflik internal ketika berbagai aspirasi mereka tampak bertentangan atau sulit dicapai secara bersamaan. Fenomena ini menciptakan tekanan psikologis yang signifikan, yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mental dan emosional mereka. Konsep luka atau trauma dalam konteks perempuan modern tidak hanya merujuk pada peristiwa traumatis tunggal, tetapi juga pada akumulasi pengalaman negatif yang membentuk pola respons psikologis (Nome, 2023). Mengidentifikasi bahwa perempuan urban Indonesia rentan mengalami berbagai bentuk tekanan, mulai dari mikroagresi gender hingga ekspektasi sosial yang tidak realistis (Handayani P, 2024).

Namun, trauma ini juga dapat menjadi katalis untuk pertumbuhan dan transformasi personal. Teori pertumbuhan pasca-trauma menjelaskan bahwa individu dapat mengembangkan kekuatan dan kebijaksanaan baru setelah mengalami kesulitan (W, 2023). Dalam konteks perempuan, proses ini seringkali melibatkan redefinisi identitas dan penemuan makna baru dalam pengalaman hidup.

Spiritualitas sebagai Sumber Kekuatan

Dimensi spiritual memegang peranan penting dalam kehidupan perempuan Indonesia, terlepas dari latar belakang agama atau kepercayaan spesifik. Spiritualitas berfungsi sebagai jangkar yang memberikan stabilitas dalam menghadapi tantangan hidup (Wahyuni E., 2023). Bagi perempuan modern, spiritualitas seringkali menjadi ruang untuk menemukan makna dan tujuan yang melampaui rutinitas sehari-hari (Zai et al., 2023). Praktik spiritual tidak selalu berkaitan dengan ritual keagamaan formal, tetapi dapat berupa refleksi personal, meditasi, atau koneksi dengan alam dan komunitas. Yang penting adalah bagaimana spiritualitas memberikan kerangka kerja untuk memahami pengalaman hidup dalam konteks yang lebih luas dan bermakna.

Analisis: Hana sebagai Cerminan Perempuan Modern

Karakter Hana menggambarkan kompleksitas harapan perempuan modern yang seringkali berada dalam ketegangan antara idealisme dan pragmatisme. Harapan-harapannya tidak tunggal, tetapi berlapis dan seringkali bertentangan. Di satu sisi, ia memiliki aspirasi profesional yang tinggi, ingin mencapai keunggulan dalam karir dan mendapatkan pengakuan atas kompetensinya. Di sisi lain, ia juga mendambakan keharmonisan dalam hubungan personal dan keluarga. Dinamika harapan Hana mencerminkan fenomena yang dialami banyak perempuan urban Indonesia. Mereka harus mengarungi ekspektasi ganda: sukses secara

profesional seperti halnya laki-laki, namun tetap memenuhi peran tradisional sebagai pengasuh dan penjaga harmoni keluarga (Fitriani A, 2023). Tekanan ini menciptakan kecemasan yang berkelanjutan, karena standar kesuksesan yang digunakan seringkali tidak sejalan satu sama lain.

Dalam perjalanan hidupnya, Hana mengalami berbagai fase dalam evolusi harapannya. Fase awal ditandai oleh optimisme tinggi dan keyakinan bahwa semua aspirasi dapat dicapai secara bersamaan. Namun, seiring berjalannya waktu dan bertambahnya pengalaman, ia mulai menyadari bahwa beberapa pilihan memerlukan pengorbanan yang signifikan. Proses kalibrasi ulang harapan ini tidak selalu mudah. Hana mengalami periode kekecewaan ketika realitas tidak sesuai dengan ekspektasi awal. Namun, fase ini juga menjadi momen penting untuk pengembangan kebijaksanaan dan kematangan emosional. Ia belajar untuk memprioritaskan nilai-nilai yang benar-benar penting baginya, bukan sekadar mengikuti standar eksternal.

Pengalaman traumatis dalam hidup Hana tidak hanya berupa peristiwa dramatis tunggal, tetapi juga akumulasi dari berbagai bentuk trauma kecil yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Perempuan modern seringkali mengalami stres kronis dari berbagai sumber yang tampaknya sepele namun berkelanjutan (Pratiwi L, 2023). Salah satu sumber utama trauma dalam hidup Hana adalah sindrom penipu yang berkembang dari tekanan untuk membuktikan kompetensi dalam lingkungan yang didominasi laki-laki. Ia seringkali merasa tidak cukup berkualitas meskipun memiliki pencapaian yang objektif menunjukkan sebaliknya. Fenomena ini mencerminkan internalisasi bias gender yang masih mewarnai masyarakat.

Trauma lain yang signifikan berkaitan dengan ekspektasi sosial terhadap perempuan untuk selalu tampil sempurna dalam berbagai peran (Sisi, 2023). Hana mengalami kelelahan dari upaya berkelanjutan untuk memenuhi standar yang tidak realistis, baik dalam karir maupun kehidupan personal. Hal ini mengarah pada fase krisis identitas di mana ia mempertanyakan keaslian dari pilihan-pilihan hidupnya. Namun, yang menarik dari perjalanan Hana adalah bagaimana ia menggunakan pengalaman traumatis sebagai katalis untuk pertumbuhan personal. Melalui proses yang tidak linear dan seringkali menyakitkan, ia mulai mengembangkan belas kasih pada diri sendiri dan kemampuan untuk menetapkan batasan yang sehat. Trauma mengajarkannya untuk lebih selektif dalam memilih pertarungan yang layak diperjuangkan dan hubungan yang layak dipertahankan (E. Gulo, 2023). Transformasi ini tidak terjadi dalam isolasi. Hana menemukan kekuatan melalui koneksi dengan perempuan lain yang mengalami perjuangan serupa. Sistem dukungan ini memberikannya perspektif bahwa pengalamannya bukan kelainan individual, tetapi bagian dari pola yang lebih luas yang dialami perempuan dalam masyarakat patriarkal.

Dimensi Iman: Spiritualitas sebagai Jangkar

Dimensi spiritual dalam hidup Hana berkembang seiring dengan kematangan emosional dan intelektualnya. Berbeda dengan praktik keagamaan yang dijalankan secara rutin, spiritualitas Hana lebih bersifat pengalaman dan personal. Ia menemukan bahwa makna spiritual tidak selalu harus dikemas dalam format institusional, tetapi dapat ditemukan dalam momen-momen keaslian dan koneksi. Perjalanan spiritual Hana dimulai dari pencarian makna ketika ia menghadapi berbagai tantangan hidup. Ia menyadari bahwa kesuksesan eksternal tidak secara otomatis menghasilkan kepuasan internal. Hal ini mendorongnya untuk melakukan eksplorasi yang lebih dalam tentang tujuan dan nilai-nilai yang benar-benar autentik baginya.

Praktik spiritual Hana bervariasi, mulai dari meditasi dan refleksi personal hingga keterlibatan dengan alam dan komunitas. Yang konsisten adalah upayanya untuk mempertahankan koneksi dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya sendiri. Spiritualitas memberikannya kerangka kerja untuk memahami penderitaan sebagai bagian dari pengalaman manusia yang memiliki potensi untuk pertumbuhan (R. P. Gulo & Gulo, 2023). Iman Hana juga diwujudkan dalam bentuk kepercayaan terhadap proses kehidupan. Ia belajar untuk melepaskan kontrol atas hasil dan lebih fokus pada upaya dan niat. Secara paradoks, pelepasan kontrol ini justru memberikannya rasa pemberdayaan yang lebih genuine dibandingkan upaya mengendalikan yang melelahkan.

Dimensi spiritual juga mempengaruhi bagaimana Hana memandang hubungannya dengan orang lain. Ia mengembangkan kasih sayang yang lebih mendalam, tidak hanya untuk dirinya sendiri tetapi juga untuk orang-orang di sekitarnya yang mungkin juga berjuang dengan tantangan mereka masing-masing. Ketiga dimensi dalam perjalanan Hana—harapan, luka, dan iman—tidak beroperasi secara terpisah tetapi saling berinteraksi dalam tarian dinamis yang kompleks. Harapan memberikan energi dan arah, luka memberikan kedalaman dan kebijaksanaan, sementara iman memberikan stabilitas dan makna.

Interaksi antara harapan dan luka seringkali menghasilkan ketegangan yang produktif. Ketika harapan bertemu dengan realitas yang menyakitkan, hasil yang muncul bukan sekadar kekecewaan tetapi juga kesempatan untuk penyempurnaan dan pertumbuhan. Hana belajar bahwa tidak semua harapan perlu diwujudkan untuk memberikan nilai; kadang-kadang proses mengejar harapan itu sendiri yang memberikan pembelajaran dan pengembangan.

Hubungan antara luka dan iman juga sangat signifikan. Pengalaman traumatis seringkali menjadi katalis untuk pencarian spiritual. Ketika pikiran rasional tidak dapat menjelaskan atau mengatasi penderitaan, dimensi spiritual memberikan kerangka kerja alternatif untuk pemahaman dan penyembuhan (Sisi, 2023). Bagi Hana, iman tidak

menghilangkan rasa sakit tetapi memberikan konteks yang memungkinkan rasa sakit tersebut memiliki makna. Sementara itu, interaksi antara harapan dan iman menciptakan bentuk harapan yang lebih tahan banting. Harapan yang murni sekuler seringkali rapuh karena tergantung pada keadaan eksternal. Namun ketika harapan didasarkan pada fondasi spiritual, ia menjadi lebih berkelanjutan karena tidak sepenuhnya bergantung pada hasil spesifik.

Implikasi untuk Perempuan Modern Indonesia

Analisis terhadap karakter Hana memberikan beberapa wawasan yang relevan untuk memahami dan mendukung perempuan modern Indonesia. Pertama, pengakuan bahwa kompleksitas dalam pengalaman perempuan adalah normal dan valid. Masyarakat perlu mengembangkan toleransi dan dukungan untuk berbagai peran dan aspirasi yang dimiliki perempuan (Kusuma A., 2022). Kedua, pentingnya menciptakan ruang aman di mana perempuan dapat berbagi perjuangan mereka tanpa takut dihakimi atau ekspektasi untuk segera memiliki solusi. Keterbukaan dan keaslian dalam berbagi pengalaman dapat menjadi sumber penyembuhan dan pemberdayaan (Waruwu & Lawalata, 2024).

Ketiga, kebutuhan untuk mendefinisikan ulang metrik kesuksesan yang lebih inklusif dan holistik. Penanda kesuksesan tradisional yang terutama berfokus pada pencapaian eksternal perlu diperluas untuk mencakup pertumbuhan internal, kualitas hubungan, dan pemenuhan spiritual. Keempat, pengakuan bahwa dimensi spiritual bukan kemewahan tetapi kebutuhan untuk mempertahankan kesehatan mental dan emosional. Menciptakan ruang untuk eksplorasi dan ekspresi spiritual dapat berkontribusi signifikan terhadap kesejahteraan secara keseluruhan.

Tantangan dan Peluang

Perempuan modern Indonesia menghadapi serangkaian tantangan unik yang dibentuk oleh persilangan budaya tradisional, aspirasi modern, dan pengaruh global. Perbedaan generasional dalam ekspektasi dan nilai seringkali menciptakan lapisan kompleksitas tambahan dalam pengambilan keputusan dan pembentukan identitas (Nugroho S., 2024, pp. 112–128). Namun, era digital juga memberikan peluang yang belum pernah ada sebelumnya untuk koneksi, pembelajaran, dan pemberdayaan. Platform digital memungkinkan perempuan untuk mengakses sumber daya, membangun komunitas, dan berbagi pengalaman melintasi batas geografis dan sosial. Hal ini dapat secara signifikan mengurangi rasa isolasi dan memberikan inspirasi untuk pertumbuhan personal. Kesempatan pendidikan yang semakin mudah diakses juga memberikan fondasi untuk pengembangan intelektual dan profesional.

Perempuan Indonesia memiliki akses terhadap pengetahuan dan keterampilan yang memungkinkan mereka untuk mengejar berbagai jalur pemenuhan diri.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Perjalanan Hana sebagai representasi perempuan modern Indonesia menggambarkan kompleksitas pengalaman yang tidak dapat disederhanakan dalam kategorisasi tunggal. Interaksi antara harapan, luka, dan iman menciptakan narasi dinamis yang kaya dengan peluang pembelajaran dan pertumbuhan. Pemahaman tentang kompleksitas ini adalah krusial untuk mengembangkan sistem dukungan dan kebijakan yang lebih efektif yang mengatasi kebutuhan nyata perempuan modern. Daripada memaksakan solusi seragam, pendekatan yang lebih individual dan holistik diperlukan untuk menghormati keragaman dalam pengalaman dan aspirasi perempuan. Perjalanan menuju keaslian dan pemenuhan diri adalah personal dan unik untuk setiap perempuan, namun berbagi pengalaman dan wawasan dapat memberikan panduan dan dukungan berharga bagi yang lain yang menjalani jalur serupa. Kisah Hana adalah pengingat bahwa kekuatan dapat ditemukan dalam kerentanan, kebijaksanaan dapat muncul dari penderitaan, dan harapan dapat dipertahankan melalui iman. Ke depan, dialog dan penelitian berkelanjutan tentang pengalaman perempuan modern adalah perlu untuk memastikan bahwa masyarakat dapat lebih baik mendukung dan memberdayakan perempuan untuk berkembang dalam semua dimensi kehidupan mereka. Tujuannya bukan sekadar kesetaraan dalam arti statistik, tetapi kesempatan genuine bagi semua perempuan untuk menjalani kehidupan yang autentik dan memuaskan sesuai dengan nilai dan aspirasi individual mereka.

DAFTAR REFERENSI

- Fitriani A. (2023). Double Burden dan Strategi Coping Perempuan Bekerja. *Gender And Society*, 9(2).
- Gulo, E. (2023). *Roh Kudus Bekerja Melalui Pelayanan Pastoral Konseling*. Feniks Muda Sejahtera.
- Gulo, R. P., & Gulo, R. (2023). Education and Example : Implementation of Christian Education in Family in Era Society 5.0. *IJIS: Internasional Journal of Integrative Sciences*, 2(7), 1067–1078. <https://doi.org/10.55927/ijis.v2i7.5210>
- Gulo, R. P., & Zai, N. (2025). Eksplorasi Teologi Interkoneksi : Mengintegrasikan Iman dan Ilmu Pengetahuan dalam Diskursus Kristen Kontemporer. *Jurnal Abdiel : Khazanah Pemikiran Teologi , Pendidikan Agama Kristen Dan Musik Gereja*, 9(1), 27–44. <https://doi.org/10.37368/ja.v9i1.815>

- Handayani P. (2024). Mikroagresi Gender dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental Perempuan Urban. *Jurnal Kesehatan Mental Indonesia*, 12(2).
- Handayani T. (2024). *Otonomi Perempuan dalam pengambilan Keputusan: Prespektif Psikologi Sosial*. Penerbit Ombak.
- Ismail, J. K. (2012). *Pengantar Metodologi Penelitian Pendidikan Agama Kristen*. Perpustakaan STT Arastamar Wamena.
- Kusuma A. (2022). *Transformasi Peran Perempuan dalam Era Globalisasi: Studi Kasus Perempuan Urban Indonesia*. Pustaka Akademik.
- Levy, D. L., & Lo, J. R. (2013). Transgender, Transsexual, and Gender Queer Individuals with a Christian Upbringing: The Process of Resolving Conflict Between Gender Identity and Faith. *Journal of Religion & Spirituality in Social Work: Social Thought*, 31(1), 60–83. <https://doi.org/10.1080/15426432.2013.749079>
- Lika, M. (2023). Pembimbingan Jemaat Di GKSI Imanuel Santulungan Dalam Mengatasi Kemalasan Beribadah. *Jurnal PkM SetiadharmaM Setiadarma*, 4(3), 5–6.
- Maharani D. (2022). Dinamika Harapan dan Harapan Aspirasi Perempuan Indonesia Kontemporer. *Jurnal Psikologi Positif*, 7(3).
- Mawikere, M. C. S., & Hura, S. (2025). The Theology of Spirituality of the Christian Teacher for the Effectiveness of Their Ministry. *Imitatio Christo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 1(1), 93–110. <https://doi.org/10.63536/imitatiochristo.v1i1.7>
- Natar, A. N. (2016). Realitas Perempuan Dalam Kidung Agung Menurut Teologi Feminis. *Diskursus - Jurnal Filsafat Dan Teologi Stf Driyarkara*, 14(2), 249. <https://doi.org/10.26551/diskursus.v14i2.24>
- Nome, N. (2023). Urgensi Pemahaman “Kerusakan Manusia Sebagai Gambar Allah” dalam Pelayanan Pastoral Konseling bagi Warga Gereja. *Coram Mundo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 5(1), 116–124.
- Nugroho S., A. R. (2024). Konflik Generasional dalam Nilai dan Ekspektasi Gender. *Sosiologi Keluarga Indonesia*, 13(2).
- Padakari, S. L., & Gulo, R. P. (2025). Teologi dan Keadilan Sosial : Peran Gereja dalam Merespons Ketimpangan Global. *Jurnal Tumou Tou*, 12(1), 41–52. <https://doi.org/10.51667/tt.v12i1.1973>
- Pratiwi L. (2023). Chronic Stress dan Microtrauma pada Perempuan Profesional. *Jurnal Stress Dan Trauma*, 6(1).
- Rahmawati S., D. L. (2023). Konstruksi Identitas Perempuan Milenial: Antara Tradisi dan Modernitas. *Jurnal Sosiologi Kontemporer*, 15(2).
- Rangga, O., Yuliana, D., & Mailoor, A. J. A. (2024). Unearthing Biblical Wisdom for Active Learning: An Interactive Model of Christian Education in the Age of Digital Technology. *TELEIOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 4(2), 147–159.

- Sari M., W. M. (2023). Karakteristik dan Tantangan Perempuan Modern Indonesia. *Indonesia Journal Of Gender Studies*, 8(1).
- Sianipar, D. (Ed.). (2024). *Inovasi Pendidikan Agama Kristen di Era Artificial Intelligence*. CV Widina Media Utama.
- Sisi. (2023). Edukasi tentang Pentingnya Kecerdasan Spiritual bagi Anak Usia 5-13 Tahun di Desa Janjang. *Jurnal PkM Setiadharma*, 4(2), 138–147.
- W, S. (2023). *Post-Traumatic Growth pada perempuan: Teori dan Aplikasi*. Remaja Rosdakarya.
- Wahyuni E., S. N. (2023). Spiritualitas sebagai Coping Mechanism pada Perempuan Indonesia. *Jurnal Psikologi Agama*, 11(1).
- Waruwu, E. W., & Lawalata, M. (2024). Membangun Masyarakat Digital yang Beretika: Mengintegrasikan Nilai-nilai Kristen di Era Teknologi Digital 5.0. *Jurnal Didaché*, 5(1), 22–46.
- Zai, E., Zega, Y. A., & Zai, N. (2023). Implementasi Pendidikan Agama Kristen Melalui Family Education. *Coram Mundo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 5(1), 125–137. <https://doi.org/10.55606/corammundo.v5i1.148>
- Zaluchu, S. E. (2021). Metode Penelitian di dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan. *Jurnal Teologi Berita Hidup*, 3(2), 249–266.