

MEMAHAMI AGAMA SECARA PSIKOLOGIS DAN RELASINYA DALAM UPAYA RESOLUSI KONFLIK

Wira Hadikusuma

Dosen Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri Bengkulu
Jl. Raden Fatah Kota Bengkulu
Email; wirahadi1986@gmail.com

Abstrak

Agama perlu dipahami secara komprehensif. Agama memiliki dimensi damai dan agama memiliki dimensi keras atau intoleran. Keberadaan agama sangat universal, dan berhubungan erat dengan pemahaman, pengalaman, dan pengaktualisasian nilai-nilai agama oleh penganut orang yang beragama. Beragama berdasarkan kebutuhan psikologis memerlukan pendekatan khusus, tidak hanya membahas benar-salah tetapi lebih dari itu harus dilihat secara mendalam terhadap jiwa orang yang beragama. Puncaknya tidak hanya menjalankan ritual dan verbalis dalam beragama, tetapi sudah harus mengarah pada pemaknaan hidup yang muncul dari jiwa yang suci. Akhirnya, agama diharapkan mampu memberikan solusi terhadap permasalahan jiwa penganut suatu agama. Agama yang toleran, saling menghargai, dan saling menyayangi.

Kata kunci: Psikologi, Agama, dan Resolusi Konflik.

A. Pengantar

Dalam kehidupan manusia entitas agama dan proses kejiwaan manusia tidak dapat dipisahkan satu sama lain, bagaikan matarantai yang saling berkelindan. Karena pengakuan manusia terhadap sesuatu yang ada diluar dirinya (transendensi) atau kekuatan supranatural, sadar atau tidak akan terjadi. Dalam konteks masyarakat agama, tidak jarang perilaku keseharian lebih ditentukan oleh hasil pengalaman atas keyakinan agama, dalam artian perilaku yang terjadi dalam kehidupan praksis manusia merupakan manifestasi atas keyakinan terhadap tuhan. Karenanya, hubungan antara psikologi dan agama merupakan satu hubungan yang kompleks, yaitu setiap jiwa manusia akan selalu membutuhkan sentuhan-sentuhan yang bersifat spiritual, sedangkan

psikologi merupakan ilmu yang mengenai kehidupan mental, termasuk fenomena dan kondisinya (William James, 1980).¹

Secara etimologis, psikologi diambil dari bahasa Inggris *psychology* yang berasal dari bahasa Yunani *Psyche* yang berarti jiwa (*Soul, Mind*) dan *Logos* berarti ilmu pengetahuan. Dengan demikian psikologi dapat dipahami sebagai ilmu yang mempelajari tentang jiwa. Namun kata “jiwa” seringkali memiliki makna yang sangat luas, sehingga sulit untuk dijelaskan secara tepat. Namun dalam bahasa Arab, kata jiwa sepadan dengan kata *nafs*, yang kemudian kata *nafs* mengandung arti; hati (*qalb*), ruh, dan sisi dalam (jiwa) manusia dan sebagai penggerak dari tingka laku manusia.² Sehingga dapat dipahami bahwa psikologi agama merupakan ilmu yang mengkaji berbagai pengalaman keagamaan di dalam masyarakat agama, yaitu mencakup proses beragama, pengaruh agama terhadap perilaku manusia, gejala-gejala keagamaan, serta relasinya dengan tuhan.

Manusia diciptakan ke muka bumi ini secara lahiriyah sebagai makhluk *homo religius*, yaitu bahwa manusia memiliki sifat-sifat religius. Untuk memenuhi kebutuhan hidupnya yang paling dasar ini, manusia mempunyai dorongan dan kekuatan guna mendapatkan keamanan hidup dan pemenuhan kebutuhan di bidang keagamaan. Jasmani atau fisik manusia dikaji atau diteliti dengan disiplin ilmu biologi, anatomi, ilmu kedokteran maupun ilmu-ilmu lainnya, sedangkan jiwa manusia dipelajari secara khusus oleh psikologi. Psikologi agama merupakan salah satu cabang dari psikologi, sebagaimana psikologi juga merupakan salah satu cabang dari filsafat, karena filsafat merupakan induk dari segala cabang ilmu.³

Dalam perkembangannya, para ahli kemudian memunculkan studi khusus tentang hubungan antara kesadaran agama dan tingkahlaku.⁴ Para ahli

¹ Rita L. Atkinson, dkk, *Introduction of Psychology*, terj. Nurdjanah Taufik dan Rukmini Burhan, *Pengantar Psikologi* (Jakarta: Penerbit Airlangga, tt), hlm. 19

² Abdul Rahman Saleh, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam* (Jakarta: Kencana, 2004), hlm. 1-3.

³ Jujun S. suriasumantri, *Filsafat Ilmu: Sebuah Pengantar Populer*, (Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, cet. IX, 1995), hlm. 20.

⁴ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, cet. VII, 2003), hlm. 10.

mengalami kesulitan dalam mendefinisikan psikologi agama, karena psikologi agama menggunakan dua kata, psikologi dan agama, yang keduanya memiliki pengertian yang berbeda. Sementara untuk mendefinisikan agama tidaklah mudah.

Menurut Mukti Ali, terdapat tiga alasan penting kenapa terasa sulit untuk mendefinisikan agama, yaitu: *Pertama*, karena pengalaman itu adalah soal batin yang subjektif dan sangat individual. *Kedua*, barangkali tidak ada perang berbicara begitu bersemangat dan emosional lebih dari pada pembicaraan tentang agama. Maka dalam memahami agama, selalu ada emosi yang kuat, sehingga sulit memberikan arti kalimat agama. *Ketiga*, konsepsi tentang agama akan dipengaruhi oleh oleh tujuan orang yang memberikan pengertian agama.⁵

Terlepas dari sulitnya dan kontroversinya makna agama, yang dimaksud dengan agama dalam pembahasan ini adalah agama yang dirasakan dalam hati, pikiran dan dilaksanakan dalam tindakan serta memantulkan dalam sikap dan cara menghadapi hidup pada umumnya. Dengan kata lain psikologi agama adalah ilmu yang meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkahlaku seseorang yang menyangkut tata cara berpikir, bersikap, berkreasi dan bertingkahlaku yang tidak dapat dipisahkan dari keyakinannya, karena keyakinan itu masuk dalam konstruksi kepribadiannya.

Di dalam tulisan ini penulis akan menjelaskan tentang sejarah psikologi agama, metode-metode yang digunakan di dalam kajian terhadap pengalaman keberagamaan manusia, serta objek kajian psikologi agama. Melalui kajian pengantar ini, setidaknya mampu menjelaskan tentang kajian dasar psikologi dalam beragama, yang dijadikan kajian terhadap berbagai pengalaman keagamaan, serta fenomena implikasi pengalaman agama terhadap perilaku manusia, seperti; orientasi dan sikap keagamaan, konversi agama, kematangan beragama, kecerdasan spiritual dan psikologi Islam. Kemudian bagaimana relasinya terhadap resolusi konflik, di sinilah penulis pikir yang sangat menarik

⁵ Endang Syaifuddin Anshari, *Ilmu, filsafat dan Agama*, (Surabaya: Bina Ilmu, Cet. III, 1982), hlm. 118.

ketika berbicara psikologi agama dan resolusi konflik. Karena *religious experience* setidaknya mampu menjadi upaya *peace building*, serta menjadi tawaran (*suggestions*), bahwa agama menjadi kekuatan dalam berperan sebagai pencegah konflik (*conflict prevention*), peringatan atau kelonggaran ketegangan konflik (*mitigation*) dan sekaligus sebagai resolusi (*resolution*) atau *peacemaking and post-conflict peacebuilding*.⁶

Dengan demikian dalam memahami berbagai penyelesaian masalah konflik keagamaan hendaknya menggunakan pendekatan psikologi agama. Agama yang memiliki daya dukung dalam menyelamatkan umat dan agama pula yang akan menyusahkan umat, apabila agama tidak dapat menjawab kebutuhan jiwa umatnya, termasuk dalam penetapan dan penyelesaian terhadap masalah-masalah yang terjadi.

B. Sejarah Perkembangan Psikologi Agama

Psikologi yang pada tahun 1879 M. menyatakan diri sebagai ilmu pengetahuan yang berdiri sendiri sejak Wilhelm Wundt mendirikan laboratorium untuk menyelidiki tentang kesadaran manusia, telah menetapkan metode, bentuk keilmuan serta objek pembahasan dan sistematikanya sendiriserta cirri khas yang berbeda dengan ilmu-ilmu lainnya.⁷ Kemudian pada sekitar akhir abad ke-19 terlihat jelas bahwa psikologi yang semakin berkembang merupakan alat untuk kajian agama, dan kajian semacam itu dapat membantu pemahaman terhadap cara-cara bertingkah laku, berpikir, dan mengemukakan perasaan keagamaan. Pada saat itu William James, guru besar pada Universitas Harvard, diundang untuk memberikan kuliah atas prakarsa yayasan Gifford di Universitas Edinburgh. Pada waktu itu banyak yang tidak percaya bahwa ada dapat dikaji. Tetapi sebaliknya, William James menyakini bahwa melalui kajiannya mampu mengembangkan terhadap agama. Dari hasil

⁶ Judy Carter and Gordon S. Smith, *Religious Peacebuilding: From Potential to Action*, within Harold Coward and Gordon S. Smith (Eds), *Religion and Peace Building* (Albany: State University of New York Press, 2004), p. 279

⁷ M. Arifin, *Psikologi dan Beberapa Aspek Kehidupan Rohaniyah Manusia* (Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1976), hlm. 33

kajian William James, maka terbitlah karya pada tahun 1903 dengan judul *The Varieties of Religious Experience*.⁸

Kemudian sebelum akhir abad ke-19, Starbck melakukan kajian kuantitatif terhadap konversi agama, yang diterbitkan beberapa tahun kemudian dengan judul *The Psychology of Religion*. Walaupun buku ini pada saat itu lebih sedikit mendapat perhatian dibanding karya James, ini merupakan kajian paling awal di antara sejumlah penelitian kualitatif dalam psikologi agama yang sekarang dianggap sebagai kelompok eksperimentalis. Beberapa tahun setelah penelitian pertama yang dilakukan oleh Starbuck terhadap konversi agama sebelum para ahli psikologi pada umumnya tertarik dengan penerapan metode-metode penelitian eksperimen dan kuantitatif yang terhadap berbagai permasalahan psikologi agama. Salah seorang di antara para pengikut pertama langkah ini adalah Leuba dari Bryn Mawr College.⁹

Kemunculan psikologi agama tidak lepas dari peristiwa sejarah panjang hubungan manusia dengan sesuatu yang dianggap adikodrati (supernatural). Latar belakang ini dapat dilihat berbagai pernyataan para ahli. Sehingga kemudian para psikolog mencoba melihat hubungan tersebut dari sudut pandang psikologi. Menurut mereka bahwa hubungan manusia dengan kepercayaannya ikut dipengaruhi dan mempengaruhi faktor kejiwaan. Proses dengan hubungan ini dapat dikaji secara empiris dengan menggunakan pendekatan psikologi. Misalnya kasus *martyr*, konversi agama, isi yang termuat dalam doa-doa ataupun perilaku keagamaan dapat di lihat dari motivasi yang melatar belakangnya.¹⁰

Kemudian ternyata seabad setelah psikologi diakui sebagai disiplin ilmu yang otonom, para ahli melihat bahwa psikologi pun memiliki keterkaitan dengan masalah-masalah yang menyangkut kehidupan batin manusia yang paling dalam, yaitu agama. Para ahli psikologi kemudian mulai menekuni studi

⁸ Robert H. Thouless, *An Introduction to the Psychology of Religion*, terj. Machnun Husein, *Pengantar Psikologi Agama* (Jakarta: Rajawali Pers, 1992), hlm. 1

⁹ H. Thouless, *An Introduction to the Psychology of Religion*, terj. Machnun Husein, *Pengantar Psikologi Agama*, hlm. 6-7

¹⁰ Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: Rajawali Pres, 1997), hlm. 2

khusus tentang hubungan antara kesadaran agama dan tingkah laku agama.¹¹ Menurut beberapa temuan dari hasil studi yang dilakukan mereka melihat bahwa kasus-kasus seperti itu dapat dipelajari melalui pendekatan psikologi. Beberapa contoh dari hasil penelitian A.Godin dan Soeur Marthe terhadap pemikiran magis pada anak-anak, kemudian R.Golmen mengadakan studi mengenai perkembangan konseptual dalam pemikiran anak-anak, terlihat memiliki implikasi praktis yang jelas bagi pendidikan agama.

Kajian-kajian yang khusus mengenai agama melalui pendekatan psikologis ini sejak awal-awal abad ke-19 menjadi kian berkembang, sehingga para ahli psikologi yang bersangkutan melalui karya mereka telah membuka lapangan baru dalam kajian psikologi, yaitu psikologi agama. Sebagaimana latar belakang perkembangan cabang-cabang lainnya dari psikologi, maka psikologi agama pun kemudian mulai mendapat perhatian khusus, hingga menjadi disiplin yang otonom dengan nama psikologi agama. Menurut Robert H. Thouless, selama sekita tiga puluh hingga empat puluh tahun terakhir, jumlah penelitian terhadap permasalahan khusus dalam psikologi agama sudah banyak sekali. Pernyataan ini setidaknya menginformasikan, bahwa sebagai cabang dari psikologi, maka psikologi agama dianggap semakin penting dalam mengkaji tingkah laku agama.¹²

Karena memang untuk mengetahui secara pasti kapan agama diteliti secara psikologi memang agak sulit, sebab dalam agama itu sendiri telah terkandung di dalamnya pengaruh agama terhadap jiwa. Bahkan dalam kitab-kitab suci setiap agama banyak menerangkan tentang proses jiwa atau keadaan jiwa seseorang karena pengaruh agama. Dalam Al Quran misalnya, terdapat ayat-ayat yang menunjukkan keadaan jiwa orang-orang yang beriman atau sebaliknya, orang-orang kafir, sikap, tingkah laku dan doa-doa. Di samping itu juga terdapat ayat-ayat yang berbicara tentang kesehatan mental, penyakit dan gangguan kejiwaan serta kelainan sifat dan sikap yang terjadi karena kegoncangan kejiwaan sekaligus tentang perawatan jiwa.

¹¹ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, hlm. 10

¹² Jalaluddin, *Psikologi Agama*, hlm. 10

Seperti contoh lain adalah proses pencarian Tuhan yang dialami oleh Nabi Ibrahim. Dalam kisah tersebut dilukiskan bagaimana proses konversi terjadi.¹³ Dalam kitab-kitab suci lain pun kita dapati proses dan peristiwa keagamaan, seperti yang terjadi dalam diri tokoh agama Budha, Sidharta Gautama atau dalam agama Shinto yang memitoskan kaisar jepang sebagai keturunan matahari yang membuat penganutnya sedemikian mendalam ketaatannya kepada kaisar, sehingga mereka rela mengorbankan nyawanya dalam Perang Dunia II demi kaisar.

Demikian sulitnya untuk menentukan kemunculan psikologi agama secara pasti, sehingga tidak berlebihan jika Yahya Jaya mengatakan bahwa psikologi agama, dalam arti yang amat sederhana, telah ada jauh sebelum abad ke-20, yaitu sejak Nabi Adam, yang pernah merasa berdosa yang menyebabkan jiwanya gelisa dan hatinya sedih.¹⁴ Psikologi agama merupakan cabang psikologi dalam sejarah perkembangan persentuhan antar keduanya, baik secara positif maupun negatif, dapat dibedakan menjadi empat periode perkembangan.

Periode pertama berlangsung sekitar paruh kedua abad ke-19. telah dijelaskan oleh ilmuan bahwa sejarah psikologi sebagai sains dimulai sekitar tahun 1879 ketika Wilhelm Wundt (1248-1339 H/1832-1920) dari Universitas Leipzig di Jerman mendirikan Laboratorium untuk menganalisis tingkahlaku manusia dan binatang melalui metode eksperimen.¹⁵ Pada periode ini perhatian utama tertuju pada tingkah laku manusia secara umum. pada saat itu perilaku agama tidak mendapat perhatian serius. Ciri utama dari periode ini adalah perkembangan psikologi melalui pengembangan psikologi secara observasi dan eksperimen di Laboratorium. dengan kata lain pada periode ini persentuhan antara psikologi sebagai sains, agama belum mendapat tempat yang penting dalam perhatian para peneliti.

¹³ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: RajaGrafindo Persada, cet. VII, 2003), hlm. 27.

¹⁴ Sururin, *Ilmu Jiwa agama*, (Jakarta: Rajagrafindo Persa, 2005), hlm. 18.

¹⁵ Baharuddin, *Aktualisasi Psikologi Islam*, (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2005), hlm. 2.

Periode kedua berlangsung pada akhir abad ke-19 sampai awal abad ke-20. Pada periode ini psikologi agama (*psychology of religion*) telah menjadi salah satu cabang dalam psikologi yang menjadi objek kajian adalah perilaku beragama. ciri utama periode ini adalah adanya usaha-usaha psikolog untuk mengkaji dan menafsirkan perilaku beragama berdasarkan konsep dan teori psikologi. Adapun orang-orang yang berjasa pada periode ini, paling tidak ada tiga tokoh yang berjasa besar dalam melahirkan psikologi agama. Mereka itu adalah Edwin Starbuck, James H. Leuba, dan William James (1842-1910 M).¹⁶

Menurut Thouless, sejak terbitnya buku yang berjudul *The Varieties of Religious Experience* tahun 1903, sebagai kumpulan dari materi kuliah William James, maka ini adalah langkah awal psikologi agama dan mulai diakui para psikolog.¹⁷ Karya Edwin Starbuck yang berjudul: *The Psychology of Religion: An Empirical Study of The Growth of Religious Consciousness*, buku ditulis Edwin Starbuck di bawah bimbingan William James. Sedangkan James H. Leuba menggunakan pendekatan fisik-biologis dalam menjelaskan fenomena agama. Misalnya, dikemukakannya persamaan antara yang *fana`* dalam mistik dengan seorang yang kena pengaruh minuman keras. Hal itu tertulis dalam bukunya yang berjudul: *A Psychological Study of Religion* pada tahun 1912 M. Periode ketiga berlangsung sejak tahun 1930 sampai dengan sekitar tahun 1950-an. Pada periode ini adalah masa terjadi kemerosotan hubungan antara agama dan psikologi.

Dengan kata lain pada periode, para psikolog kurang mengarahkan perhatiannya pada perilaku beragama. Paling tidak terdapat dua faktor utama yang menyebabkan hal itu. *Pertama*, pada tahun-tahun tersebut psikologi cenderung semakin positivistik dan behavioristik.¹⁸ Telaah psikologi terarah pada tingkah laku objektif, yaitu tingkah laku yang dapat diobservasi dan dapat diukur. Sehingga tidak memberikan peluang pada tingkah laku diluar metode positivistik dan behavioristik. Akibatnya, perilaku agama tidak menjadi objek kajian. *Kedua*, para ahli agama memanfaatkan situasi itu untuk

¹⁶ *Ibid*, hlm. 3.

¹⁷ Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Agama*, hlm. 1.

¹⁸ Baharuddin, *Aktualisasi Psikologi Islam* (Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2005), hlm. 3.

membentengi iman umatnya dengan cara menjauhkan diri dan menolak temuan-temuan.¹⁹ Akibatnya, terjadilah hubungan saling acuh dan menafikan antara agama dan psikologi.

Periode keempat di mulai sekitar tahun 1960-an M dan masih berlangsung sampai dengan sekarang. Pada periode ini pengembangan psikologi mengarah pada usaha-usaha untuk menjadikan nilai, budaya, dan agama, sebagai objek kajian psikologi dan juga sekaligus sebagai sumber inspirasi bagi pembangunan teori-teori psikologi. Dengan kata lain, hubungan agama dan psikologi kembali bersemi. Pada periode terakhir ini lahir psikologi humanistik dan psikologi transpersonal. Kedua psikologi ini sering disebut sebagai kekuatan ketiga dalam psikologi. Objek telaahan kedua psikologi ini adalah kualitas-kualitas khas kemanusiaan, berupa: pikiran, perasaan, kemauan, kebebasan, kemampuan potensi luhur jiwa manusia dan lain-lain.

C. Objek Kajian

Berangkat dari beberapa pengertian tentang psikologi agama yang dikemukakan oleh beberapa ahli, seperti Robert H. Thouless berpendapat bahwa psikologi agama adalah cabang dari psikologi yang bertujuan mengembangkan pemahaman terhadap perilaku keagamaan dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi yang dipungut dari kajian terhadap perilaku bukan kagamaan. Sedangkan menurut Zakiah Daradjat, psikologi agama adalah meneliti dan menelaah kehidupan beragama pada seseorang dan mempelajari berapa besar pengaruh keyakinan agama itu dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya. Di samping itu juga psikologi agama juga mempelajari pertumbuhan dan perkembangan jiwa agama pada seseorang, serta faktor yang mempengaruhi keyakinan tersebut.²⁰

Psikologi yang merupakan bidang ilmu yang mempelajari jiwa seseorang melalui gejala perilaku yang dapat diamati. Menurut Zakiah Daradjat perilaku seseorang yang tampak lahiriah terjadi karena dipengaruhi

¹⁹ *Ibid*, hlm 5.

²⁰ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, hlm. 15

oleh keyakinan yang dianutnya. Seseorang ketika berjumpa saling mengucapkan salam, hormat kepada kedua orang tua, rela berkorban demi kebenaran, dan sebagainya merupakan gejala-gejala keagamaan yang dapat dijelaskan melalui ilmu jiwa agama.

Karena pengalaman agama setidaknya menjadi fase pengembangan mulai dari anak-anak dari berbagai problem yang kompleks yang kemudian membebaskan, karena eksistensi individu mampu merasakan sesuatu yang ada di luar dirinya, sehingga memunculkan pengalaman yang mampu memberikan kebahagiaan, walaupun ada perbedaan manifestasi pengalaman agama.²¹

Karena realitas itu merupakan manifestasi dari bentuk keyakinan agama yang dikristalisasikan oleh pemeluknya, dalam berbagai bentuk kegiatan sehari-hari yang terpolarisasi melalui interaksi antar pemeluk agama, baik yang bersifat individu maupun komunal.²² Namun yang penting dalam pendekatan ini adalah melihat gejala-gejala keagamaan yang dapat dijelaskan melalui ilmu jiwa, seperti bagaimana keyakinan agama tersebut terlihat pengaruhnya dalam perilaku penganutnya.²³

Dari beberapa penjelasan di atas, dapat di klasifikasikan ada beberapa objek kajian psikologi agama antara lain:

- a. Psikologi Agama (*Psychology of Religion*) yang objek pembahasannya, yaitu bagaimana perkembangan kepercayaan kepada tuhan dari masa anak-anak sampai dewasa, dan kapan terjadi kematangan hidup beragama seseorang, serta bagaimana perbedaan tingkah laku orang yang telah beragama dengan yang tidak beragama.²⁴
- b. Kesadaran yang merupakan suatu yang ada di dalam pikiran, muncul dalam hati dan termanifestasi dalam tindakan, seperti ibadah. Kemudian munculnya pengalaman agama yaitu munculnya aspek perasaan (damai, tenang dan sebagainya). Dengan demikian maka muncul proses beragama,

²¹ Heije Faber, *Cirkelen on een Geheim*, terj. Margaret Kohl, *Psychology of Religion* (London: SCM Press Ltd. 1976), p. 167

²² Dadang Kahmad, *Metode Penelitian Agama* (Bandung: Pustaka Setia. 2000), hlm. 15

²³ Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam* (Jakarta: Rajawali Pers., 2006), hlm. 50

²⁴ M. Arifin, *Psikologi dan Beberapa Aspek Kehidupan Rohaniyah Manusia*, hlm.33

yaitu proses psikologis terjadinya perilaku keagamaan, dan terakhir terjadinya pengaruh agama terhadap perilaku, (Zakiah Daradjat).²⁵

- c. Berbagai macam emosi yang menjalar di luar kesadaran yang ikut menyertai kehidupan beragama orang biasa (umum), seperti rasa lega dan tentram sehabis sembahyang, rasa lepas dari ketegangan batin sesudah berdoa atau membaca ayat-ayat suci, perasaan tenang, pasrah dan menyerahkan diri kepada Tuhannya ketika dalam keadaan sedikit ataupun kecewa.
- d. Mengkaji, meneliti dan menganalisis pengaruh kepercayaan yang akan adanya hidup sesudah mati (akhirat) pada tiap-tiap orang.
- e. Bagaimana perasaan dan pengalaman seseorang secara individu terhadap Tuhannya, misalnya rasa tenang dan kelegaan batin.

D. Metode Kajian Psikologi Agama

Psikologi yang merupakan bidang ilmu yang mempelajari jiwa seseorang melalui gejala perilaku yang dapat diamati. Menurut Zakiah Daradjat perilaku seseorang yang tampak lahiriah terjadi karena dipengaruhi oleh keyakinan yang dianutnya. Seseorang ketika berjumpa saling mengucapkan salam, hormat kepada kedua orang tua, rela berkorban demi kebenaran, dan sebagainya merupakan gejala-gejala keagamaan yang dapat dijelaskan melalui ilmu jiwa agama. Ilmu jiwa agama tidak mempersoalkan benar atau salahnya suatu agama yang dianut, namun yang penting dalam pendekatan ini adalah melihat gejala-gejala keagamaan yang dapat dijelaskan melalui ilmu jiwa, seperti bagaimana keyakinan agama tersebut terlihat pengaruhnya dalam perilaku penganutnya.²⁶

Dalam kajian psikologi agama ada beberapa metode yang dapat digunakan dalam penelitian, antara lain:

1. Dokumen pribadi (*personal document*), metode ini digunakan untuk mempelajari tentang bagaimana pengalaman batin seseorang dalam hubungannya dengan agama. Untuk memperoleh informasi mengenai

²⁵ Hasil diskusi mata kuliah Psikologi Agama dan Resolusi Konflik dengan PPs UIN Sunan Kalijaga, dengan Dr. Sekar Ayu Aryani, M.Ag, pada tanggal 20 Februari 2009

²⁶Abuddin Nata, *Metodologi Studi Islam* (Jakarta: Rajawali Pers., 2006), hlm. 50

maka cara yang ditempuh adalah mengumpulkan dokumen pribadi seseorang. Dokumen tersebut mungkin berupa autobiografi, biografi atau tulisan yang dibuatnya.

Dalam penerapannya metode dokumen pribadi dilakukan dengan berbagai cara atau teknik-teknik tertentu, di antaranya yang dapat digunakan adalah:

- a. Teknik Nomotatik, merupakan pendekatan psikologi yang digunakan untuk memahami tabiat atau sifat-sifat dasar manusia dengan cara mencoba menetapkan ketentuan umum dari hubungan antara sikap dan kondisi-kondisi yang dianggap sebagai penyebab terjadinya sikap tersebut.
- b. Teknik Analisis Nilai. Teknik ini digunakan dengan dukungan analisis statistik. Data yang terkumpul diklasifikasi menurut teknik statistic dan analisis untuk dijadikan penilaian terhadap individu yang diteliti.
- c. Teknik Idiography. Teknik ini juga merupakan pendekatan psikologi yang digunakan untuk memahami sifat-sifat dasar (tabiat) manusia.
- d. Teknik Penilaian Terhadap Sikap (*Evaluation Attitudes Technique*). Teknik ini digunakan dalam penelitian biografi, tulisan atau dokumen yang berhubungan dengan individu yang akan diteliti.

2. Kuesioner dan Wawancara.

Metode kuesioner dan wawancara digunakan untuk meneliti proses jiwa beragama pada orang yang masih hidup. Metode ini misalnya, dapat digunakan untuk mengetahui prosentase tentang apa yang diyakini orang pada umumnya tentang sikap beragama, ketekunan beragama dan sebagainya:

- a. Pengumpulan Pendapat Masyarakat (*public opinion polls*). Cara yang dilakukan melalui pengumpulan pendapat khalayak ramai. Data tersebut dikelompokkan berdasarkan kepentingan penelitian.
- b. Skala Penilaian (*Rating Scale*). Metode ini antara lain digunakan untuk memperoleh data tentang faktor-faktor yang menyebabkan perbedaan khas dalam diri seseorang berdasarkan pengaruh tempat dan kelompok.

- c. Tes. Metode tes digunakan untuk mempelajari tingkah laku keagamaan seseorang dalam kondisi tertentu. Biasanya untuk mendapatkan gambaran yang diinginkan digunakan bentuk tes yang tersusun secara sistematis.
- d. Eksperimen. Eksperimen digunakan untuk mempelajari sikap dan tingkah laku keagamaan seseorang melalui perlakuan khusus yang sengaja dibuat.
- e. Observasi melalui pendekatan sosiologi dan antropologi. Penelitian dilakukan dengan menggunakan data sosiologi, yaitu dengan mempelajari sifat-sifat manusiawi orang perorang atau kelompok. Di samping itu juga menggunakan unsur-unsur budaya yang bersifat materi dan bersifat spiritual yang dinilai ada hubungannya dengan agama. Sedangkan melalui pendekatan antropologi digunakan dengan cara membandingkan antara tindak keagamaan dengan menggunakan pendekatan psikologi.
- f. Pendekatan terhadap perkembangan. Pendekatan ini digunakan guna meneliti asal-usul dan perkembangan aspek psikologi manusia dalam hubungannya dengan agama yang dianut. Hal ini antar lain dapat digunakan dengan pengumpulan dokumen, catatan-catatan, riwayat hidup, dan data antropologi.
- g. Metode Klinis dan Proyektivitas. Metode ini memanfaatkan cara kerja klinis. Penyembuhan dilakukan dengan cara menyelaraskan hubungan antara jiwa dengan agama. Usaha penyembuhan dititik beratkan pada kepentingan manusia (penderita).
- h. Studi Kasus. Studi Kasus dilakukan dengan cara mengumpulkan dokumen, catatan, hasil wawancara atau lainnya untuk kasus-kasus tertentu.
- i. Survei. Metode ini biasanya digunakan untuk penelitian sosial yang bertujuan untuk penggolongan manusia dalam hubungannya dengan pembentukan organisasi dalam masyarakat. Karena survey yang dilakukan dilakukan dengan berbagai metode , termasuk studi kasus,

maka hasil yang diperoleh biasanya lebih baik dan dapat menggambarkan hasil pengamatan lebih teliti.

E. Psikologi Agama sebagai Upaya Resolusi Konflik Agama

Dalam menjawab realitas keagamaan yang ada ditengah-tengah masyarakat secara keseluruhan, maka agama memiliki wajah ganda yang dapat menjadi daya tawar dalam menyelesaikan masalah-masalah jiwa keagamaan penganut agama. Menurut Walter Houston Clark dalam bukunya yang berjudul *Psychology of Religion* menyebutkan ciri-ciri keagamaan matang pada seseorang adalah sebagai berikut:²⁷

Pertama, umumnya orang yang matang dalam beragama lebih kritis, kreatif dan otonom. Clark menjelaskan bahwa keagamaan matang lebih kritis karena menghendaki esensi atau makna dari ajaran agamanya, sehingga kebenaran yang mereka peroleh lebih mendalam dari pada keagamaan anak-anak dan remaja. *Kedua*, memperluas perhatiannya terhadap hal-hal di luar dirinya, dicontohkan Clark dalam berdoa. orang yang matang berdoa tidak hanya untuk dirinya sendiri, tetapi juga mendoakan untuk orang lain. Bagi Clark doa seseorang menjadi kriteria penting apakah orang memiliki keagamaan yang matang. Sebagai contoh, anak-anak biasanya mereka berdoa untuk mereka sendiri. Sedangkan orang dewasa atau orang yang matang keagamaannya, selain untuk dirinya juga untuk orang lain, bahkan untuk keselamatan seorang musuh.

Ketiga, tidak puas semata-mata dengan ritual dan verbalitas dari ajaran agama itu saja. Tetapi lebih dari pada itu orang-orang matang keagamaannya mencari esensi atau makna dari ritual dan verbalitas yang ada. Namun, ritual dan verbalitas tetap menjadi bagian dari kehidupan mereka dalam menjalankan ajaran agama, sehingga esensinya melahirkan perilaku yang toleran, saling menyayangi, hormat menghormati, dan begitu seterusnya. Inilah yang membedakan antara keagamaan anak-anak dan keagamaan remaja, bagi anak-

²⁷ Walter Houston Clark, *Psychology of Religion An Introduction to Religious Experience and behavior*, (New York: The MacMillan Company, 1968), hlm. 242-243.

anak dan remaja keagamaan mereka dibatasi pada aspek verbalis dan ritualis, sementara bagi orang dewasa atau orang yang telah matang keagamaannya verbalis dan ritualis tetap dijalankan, tetapi esensi dan pemaknaannya lebih dari penting.

Dari penjelasan-penjelasan di atas, psikologi agama menawarkan konsep kematangan beragama yang diyakini semakin kuat dan matangnya seseorang dalam beragama, akan semakin baik pula jiwanya, yang akan melahirkan jiwa penyayang, santun, damai dan akan melahirkan resolusi terhadap konflik-konflik keagamaan yang ada. Agama yang damai akan dialami oleh orang-orang yang memiliki jiwa keagamaan yang matang, tidak hanya pada tahap ritual dan verbal saja, tetapi sudah mengarah pada aspek pemaknaan. Bahkan pada tahap menghidupkan nilai-nilai ritual dan verbal, yang akan tercermin pada tingkahlaku pribadi yang bijaksana dan memiliki kedewasaan dalam bersikap.

F. Kesimpulan

Dari pemaparan di atas tentang memahami agama secara psikologis, yang secara khusus fokus mencoba melihat ejarah psikologi agama, metode-metode yang digunakan di dalam kajian terhadap pengalaman keberagamaan manusia, serta objek kajian psikologi agama, dapat disimpulkan bahwa psikologi agama seperti beberapa pengertian tentang psikologi agama yang dikemukakan oleh beberapa ahli, seperti menurut Zakiah Daradjat, psikologi agama adalah meneliti dan menelaah kehidupan beragama pada seseorang dan mempelajari berapa besar pengaruh keyakinan agama itu dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya. Di samping itu juga psikologi agama juga mempelajari pertumbuhan dan perkembangan jiwa agama pada seseorang, serta faktor yang mempengaruhi keyakinan tersebut. Akhirnya, agama yang matang akan berimplikasi pada sikap dan perilaku yang sejalan dengan makna bahasa agama yaitu agar manusia teratur, yang menjadi tawaran solusi terhadap konflik agama dalam masyarakat beragama.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshari, Endang Syaifuddin. *Ilmu, filsafat dan Agama*, Surabaya: Bina Ilmu, Cet. III, 1982.
- Arifin, M, *Psikologi dan Beberapa Aspek Kehidupan Rohaniyah Manusia*, Jakarta: Penerbit Bulan Bintang, 1976
- Atkinson, Rita L. dkk, *Instrodution of Psychology*, terj. Nurdjanah Taufik dan Rukmini Burhan, *Pengantar Psikologi*, Jakarta: Penerbit Airlangga, tt
- Baharuddin. *Aktualisasi Psikologi Islam*. Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2005.
- Carter, Judy and Gordon S. Smith, *Religious Peacebuilding: From Potential to Action*, within Harold Coward and Gordon S. Smith (Eds), *Religion and Peace Building*, Albany: State University on New York Press, 2004
- Faber, Heije, *Cirkelen on een Geheim*, terj. Margaret Kohl, *Psycohology of Religion*, London: SCM Press Ltd. 1976
- Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Jakarta: RajaGrafindo Persada, cet. VII. 2003
- Hasil diskusi mata kuliah Psikologi Agama dan Resolusi Konflik dengan PPs UIN Sunan Kalijaga, dengan Dr. Sekar Ayu Aryani, M.Ag, pada tanggal 20 Februari 2009.
- Kahmad, Dadang, *Metode Penelitian Agama*, Bandung: Pustaka Setia. 2000
- Nata, Abuddin, *Metodologi Studi Islam*, Jakarta: Rajawali Pers., 2006
- Saleh, Abdul Rahman, *Psikologi Suatu Pengantar dalam Perspektif Islam*, Jakarta: Kencana, 2004
- Suriasumantri, Jujun S. *Filsafat Ilmu: Sebuah Pengantar Populer*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, cet. IX. 1995.
- Sururin, *Ilmu Jiwa agama*, Jakarta: Rajagrafindo Persa, 2005.
- Thouless, Robert H. *An Introduction to the Psychology of Religion*, trej. Machnun Husein, *Pengantar Psikologi Agama*, Jakarta: Rajawali Pers, 1992