

Psikologi Agama Dalam Pembentukan Jiwa Agama Remaja

Rohmi Yuhani'ah

UIN Raden Intan Lampung

 Yoehani'ah@yahoo.co.id

Abstrak: Psikologi Agama Dalam Pembentukan Jiwa Agama Remaja Manusia adalah makhluk homoreligius yang merupakan fitrah dari Tuhan Yang Maha Esa, untuk memahami dan menerima nilai-nilai kebenaran yang bersumber dari agama serta menjadikan agama sebagai acuan dan rujukan dari sikap dan perilakunya. Perkembangan hidup beragama seseorang sejalan dengan perkembangan jasmani dan rohaninya, terutama pada remaja yang dikenal sebagai masa usia rawan, penuh konflik dan mempunyai karakteristik khusus sehingga perlu pembinaan dan bimbingan, dalam rangka memperoleh kesadaran beragama yang kemudian akan menjadi kekuatan penggerak dan pegangan dalam proses pembentukan jiwa religius yang mapan. Maka dengan demikian secara psikologi agama mempunyai peran yang sangat besar dalam proses pembentukan jiwa agama remaja, agama mempunyai daya preventif dalam mengatasi problema-problema dan konflik yang terjadi pada remaja dengan psikoterapi keagamaan. Dukungan, binaan dan bimbingan dari orang tua dan lingkungan baik lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat sangat berperan dalam pembentukan jiwa keberagamaan remaja, sehingga ia dapat melalui masa remajanya dengan wajar dan tidak sia-sia, untuk menuju kedewasaan yang mapan jiwa dan agamanya.

Kata Kunci : Psikologi, Agama, Jiwa, Remaja

Pendahuluan

Psikologi secara umum mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan pikiran (*cognisi*), perasaan (emosi) dan kehendak (*conasi*).¹ Gejala tersebut secara umum memiliki ciri-ciri yang hampir sama pada diri manusia dewasa, normal dan beradab. Dengan demikian ketiga gejala pokok tersebut dapat diamati melalui sikap dan perilaku manusia. Namun terkadang ada diantara pernyataan dalam aktifitas yang tampak tersebut merupakan gejala campuran, sehingga para ahli menambahnya hingga menjadi empat gejala jiwa utama yang dipelajari dalam psikologi, yaitu pikiran, perasaan, kehendak dan gejala campuran.

Ilmu psikologi diakui sebagai cabang disiplin ilmu yang otonom, dan para ahli melihat bahwa psikologi memiliki keterkaitan dengan masalah-masalah yang menyangkut kehidupan batin manusia yang paling dalam, yaitu agama. Para ahli psikologi kemudian

¹ Jalaluddin. *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003), 7.

mulai menekuni studi khusus tentang hubungan antara kesadaran agama dan tingkah laku agama.

Pada suatu fase dalam pengkajian psikologi agama, dihadapkan pada pertanyaan tentang apakah yang dimaksud dengan kata-kata "*psikologi*" dan "*agama*". Kedua kata tersebut dipergunakan dengan berbagai macam makna, ini tidak berarti tidak ada kendala yang tidak teratasi dalam memahami kedua kata tersebut secara pasti.² Kata *psikologi* secara umum dipergunakan untuk memahami ilmu tentang tingkah laku dan pengalaman manusia. Sedangkan pemaknaan kata *agama*, lebih banyak menimbulkan kontroversi yang lebih besar daripada arti penting permasalahannya. Beberapa diantara definisi-definisi itu menunjukkan agama adalah sebagai cara bertingkah laku, sebagai sistem kepercayaan, dan sebagai emosi yang bercorak khusus.³ Kajian agama secara psikologi lebih terpusat pada pemahaman terhadap perilaku keagamaan dengan mengaplikasikan prinsip-prinsip psikologi yang dipungut dari kajian terhadap perilaku bukan keagamaan.⁴

Dalam definisi Nabi Muhammad SAW, agama adalah perilaku (akhlak) yang baik.⁵ Menurut Mukti Ali, mantan Menteri Agama Indonesia, menulis "Agama adalah percaya akan adanya Tuhan Yang Maha Esa dan hukum yang diwahyukan kepada kepercayaan utusan-utusan-Nya untuk kebahagiaan hidup manusia di dunia dan akhirat".⁶

Dari beberapa uraian di atas masih banyak definisi-definisi lain yang dikemukakan para pakar tentang *psikologi dan agama*. Psikologi secara umum dikemukakan sebagai ilmu yang mempelajari gejala jiwa manusia yang normal, dewasa dan beradab. Dan agama adalah kepercayaan kepada Tuhan dengan ajaran kebaktian dan kewajiban-kewajiban yang bertalian dengan kepercayaan.

Dengan demikian *psikologi agama* dapat diartikan sebagai cabang ilmu psikologi yang meneliti dan mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungannya dengan pengaruh keyakinan terhadap agama yang dianut seseorang serta dalam kaitannya dengan perkembangan usia masing-masing, dengan kata lain upaya untuk mempelajari tingkah laku keagamaan tersebut dilakukan melalui pendekatan psikologi.⁷

Pada sekitar akhir abad ke-19 terlihat bahwa psikologi yang semakin berkembang merupakan alat untuk kajian agama, dan kajian yang dapat membantu pemahaman terhadap cara-cara bertingkah laku, berpikir dan mengemukakan perasaan keagamaan. Psikologi kontemporer pada umumnya hanya mengakui tridimensional raga (*organo biologi*), jiwa (*psiko edukasi*) dan lingkungan sosial budaya (*sosio cultural*) sebagai penentu utama perilaku dan kepribadian manusia. Ruang lingkup psikologi secara garis besar adalah bidang psiko-biologi, psiko-eksistensial dan psiko sosial (budaya).

² Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000), 13.

³ *Ibid.*, 19.

⁴ *Ibid.*, 25.

⁵ Jalaluddin Rahmat, *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar* (Bandung: Mizan-Media Utama, 2003), 19.

⁶ *Ibid.*, 20.

⁷ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, 15.

Dalam Islam diakui adanya hembusan ruh-Nya ke dalam diri manusia, yang tujuannya agar mereka mempunyai hubungan ruhaniah dengan sang pemilik ruh tersebut yakni Allah SWT., dengan demikian menurut psikologi Islami ada 4 dimensi yang terpadu pada diri manusia itu, yaitu: dimensi ragawi (*fisik biologi*), dimensi kejiwaan (*psikologi*), dimensi lingkungan (*sosio kultural*) dan dimensi ruhani (*spiritual*).⁸

Sebagai disiplin ilmu yang otonom, psikologi agama memiliki ruang lingkup pembahasan tersendiri yang dibedakan dari disiplin ilmu yang mempelajari masalah agama yang lainnya. Psikologi agama memusatkan kajiannya pada agama yang hidup dalam budaya suatu kelompok atau masyarakat itu sendiri. Kajiannya terpusat pada pemahaman terhadap perilaku keagamaan tersebut dengan menggunakan pendekatan psikologi (Robert H. Thouless: 25).

Lebih lanjut, Zakiyah Darajat menyatakan bahwa lapangan penelitian psikologi agama mencakup proses beragama, perasaan dan kesadaran beragama dengan pengaruh dan akibat-akibat yang dirasakan sebagai hasil dari keyakinan (terhadap suatu agama yang dianut). Ruang lingkup yang menjadi lapangan kajian psikologi agama meliputi kajian mengenai:

1. Berbagai macam emosi yang menjalar di luar kesadaran yang ikut menyertai kehidupan beragama orang biasa (umum).
2. Bagaimana perasaan dan pengalaman seseorang secara individual terhadap Tuhannya.
3. Mempelajari, meneliti dan menganalisis pengaruh kepercayaan akan adanya hidup sesudah mati.
4. Meneliti dan mempelajari kesadaran dan perasaan orang terhadap kepercayaan yang berhubungan dengan surga dan neraka serta dosa dan pahala yang turut memberi pengaruh terhadap sikap dan tingkah laku dalam kehidupan.
5. Meneliti dan mempelajari bagaimana pengaruh penghayatan seseorang terhadap ayat-ayat suci kelegaan batinnya.

Semuanya itu menurut Zakiyah Darajat tercakup dalam kesadaran agama (*religious consciousness*) dan pengalaman agama (*religious experience*). Yang dimaksud dengan kesadaran agama adalah bagian/segi agama yang hadir (terasa) dalam pikiran yang merupakan aspek mental dari aktifitas agama. Sedangkan pengalaman agama adalah unsur perasaan dalam kesadaran beragama, yaitu perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan (amaliyah). Karenanya, psikologi agama tidak mencampuri segala bentuk permasalahan yang menyangkut pokok keyakinan suatu agama, termasuk tentang benar salahnya atau masuk akal dan tidaknya keyakinan agama. Tegasnya psikologi agama hanya mempelajari dan meneliti fungsi-fungsi jiwa yang memantul dan memperlihatkan diri dalam perilaku dalam kaitannya dengan kesadaran dan pengalaman agama manusia. Yang di dalamnya juga tidak termasuk unsur-unsur keyakinan yang

⁸ Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam* (Yogyakarta: Insan Kamil, 1995), 8.

bersifat abstrak (gaib) seperti tentang Tuhan, surga dan neraka, kebenaran suatu agama, kebenaran kitab suci dan lainnya yang tidak mungkin teruji secara empiris.⁹

Dengan demikian psikologi agama adalah mempelajari kesadaran agama pada seseorang yang pengaruhnya terlihat dalam kelakuan dan tindak agama seseorang dalam hidupnya. Persoalan pokok dalam psikologi agama, adalah kajian terhadap kesadaran agama dan tingkah laku agama.

Pembahasan

A. Jiwa Agama Remaja

Pertumbuhan dan perkembangan manusia ciptaan Allah SWT, yang unik dan beragam warna kulit dan wataknya, khususnya semasa remaja. Para ahli psikologi terjadi perbedaan pendapat dalam memberi batasan masa remaja, antara lain:

Istilah asing yang menunjukkan masa remaja antara lain *Priberiteit*, *Adolescentia* dan *Youth*. Dalam bahasa Indonesia sering disebut *Pubertas* atau *remaja*. Etimologi atau asal kata istilah ini, adalah:

- a. *Puberty* (Inggris) atau *puberteit* (Belanda) berasal dari bahasa latin: *pubertas*.
- b. *Adolescentia* berasal dari kata latin *adulescentia*, *adolescere* = *adultus* = menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa.¹⁰

Dalam al-Qur'an dan al-Sunnah, tidak ditemukan penyebutan secara eksplisit mengenai batasan masa remaja ini. Akan tetapi bila dikaitkan dengan hukum Rasulullah pernah mengatakan bahwa seseorang yang telah dibebani kewajiban menjalankan syari'at setelah ia sampai usia baligh yang ditandai dengan *ihtilam* (إحتلام) yakni bermimpi jima' dan disertai mengeluarkan mani pada laki-laki dan *haid* pada perempuan.¹¹ Isyarat hadits dari Rasulullah tersebut berdekatan dengan pendapat para ahli psikologi berkenaan dengan awal datangnya masa remaja.

Usia anak yang telah sampai dewasa, disebut *fase baligh*, pada usia ini anak telah memiliki kesadaran penuh akan dirinya, sehingga ia diberi beban tanggung jawab, terutama tanggung jawab agama dan sosial. Menurut Ikhwan al-Shafa, periode ini disebut alam pertunjukan kedua, dimana manusia dituntut untuk mengaktualisasikan perjanjian yang pernah disepakati pada alam pertunjukan pertama, yakni alam arwah. Menurut al-Ghazali sebagai fase 'aqil, dimana tingkat intelektual seseorang dalam kondisi puncak, sehingga ia mampu membedakan perilaku yang benar dan yang salah, baik dan buruk.¹²

Menurut psikologi dapat dilihat dari dua aspek perkembangan, yaitu perkembangan fisik dan psikis, dari aspek fisik masa remaja ditandai dengan sampainya kematangan alat-alat kelamin dan keadaan tubuh secara umum, yaitu telah memperoleh bentuknya yang sempurna dan secara fungsional alat kelaminnya sudah berfungsi secara sempurna pula.

⁹ Jalaluddin, *Psikologi Agama*, 15 – 17.

¹⁰ Panut Panuju, Ida Umami, *Psikologi Remaja* (Yogyakarta: Tiara Wacana, 1999), 1-2.

¹¹ A. Tafsir et al. *"Cakrawala Pemikiran Pendidikan Islam"* (Bandung: Mimbar Pustaka, 2004), 73-74.

¹² Abdul Mujib, Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), 106.

Sedangkan ditinjau dari umur, para ahli psikologi berbeda dalam menentukan seseorang telah masuk ke dalam usia remaja. Menurut Kartini Kartono menetapkan usia remaja sejak 13-19 tahun, Aristoteles menetapkan 14-21 tahun, Simanjuntak menetapkan 15-21 tahun, Hurlock menetapkan 13-21 tahun, F. J. Monte menetapkan sejak 12-18 tahun, Singgih Gursana menetapkan 12-22 tahun.

Dari sekian pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa masa remaja berada pada rentang usia $\pm 12-21$ tahun untuk wanita dan $\pm 13-22$ tahun untuk pria.¹³

Perkembangan kehidupan beragama seorang remaja berkembang sejalan dengan berkembangnya fungsi-fungsi kejiwaan yang bersifat total yakni berkembang melalui pengamatan, pikiran, perasaan, kemauan, ingatan dan nafsu. Perkembangan tersebut dengan cepat atau lambat bergantung pada sejauhmana faktor-faktor pendidikan dapat disediakan dan difungsikan sebaik mungkin. Kehidupan agama remaja merupakan proses kelanjutan dari pengaruh pendidikan yang diterima pada masa kanak-kanak yang juga mengandung implikasi-implikasi psikologis yang khas pada remaja yang disebut *puber* dan *adoleses*, yang perlu mendapatkan perhatian dan pengamatan khusus.¹⁴

Masa remaja merupakan tahap masa progresif, dalam pembagian yang agak terurai masa remaja mencakup masa: *Juvenilitas (adolescantium)*, *pubertas* dan *nubilitas*. Sejalan dengan perkembangan jasmani dan rohaninya, maka agama pada remaja menyangkut adanya perkembangan tersebut, maksudnya penghayatan para remaja terhadap ajaran agama dan tindak keagamaan yang tampak pada para remaja banyak berkaitan dengan perkembangan tersebut.

Perkembangan agama pada para remaja ditandai oleh beberapa faktor perkembangan rohani dan jasmani. Perkembangan tersebut menurut W. Starbuck antara lain, adalah:

1. Pertumbuhan pikiran dan mental.
2. Perkembangan perasaan.
3. Perkembangan sosial.
4. Perkembangan moral.
5. Sikap dan minat.
6. Ibadah.¹⁵

Kebutuhan akan agama pada remaja, mungkin banyak dari kita yang tidak menyadari ketika mendengar bahwa telah ada sejak lahir, kita telah membutuhkan agama. Kebutuhan remaja kadang-kadang tidak dapat terpenuhi apabila telah berhadapan dengan agama, nilai-nilai sosial dan adat kebiasaan, terutama apabila pertumbuhan sosialnya telah matang, yang seringkali menguasai pikirannya, pertentangan tersebut makin mempertajam keadaan bila remaja tersebut berhadapan dengan berbagai situasi, yang sulit yang dapat menyebabkan kebingungan bagi remaja yang tidak mempunyai dasar keagamaan dan keimanan. Oleh sebab itu sangat penting dilaksanakan penanaman nilai-nilai moral dan

¹³ A. Tafsir et.al, *Cakrawala*, 75-76.

¹⁴ M. Arifin, *Kapita Selekta Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 1998), 215.

¹⁵ Jalaluddin, Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Kalam Mulia, 1998), 39-41.

agama serta nilai-nilai sosial dan akhlak kepada manusia khususnya bagi remaja sejak usia dini.

Remaja dalam perkembangannya akan menemui banyak hal yang dilarang oleh ajaran agama yang dianutnya. Hal ini akan menjadikan pertentangan antara pengetahuan dan keyakinan yang diperoleh dengan praktek masyarakat di lingkungannya.¹⁶

Semua perubahan dan perkembangan yang terjadi sangat cepat pada remaja menimbulkan kecemasan pada remaja, sehingga menyebabkan terjadinya kegoncangan emosi, kecemasan dan kekhawatiran. Bahkan kepercayaan pada agama yang telah tumbuh pada umur sebelumnya mungkin pula mengalami kegoncangan, karena ia kecewa terhadap dirinya. Maka kepercayaan remaja kepada Tuhan kadang-kadang sangat kuat, akan tetapi kadang-kadang menjadi ragu dan berkurang, yang terlihat pada cara ibadahnya yang kadang-kadang rajin dan kadang-kadang malas. Perasaannya kepada Tuhan tergantung kepada perubahan emosi yang sedang dialaminya. Kadang-kadang ia merasa sangat membutuhkan Tuhan, terutama ketika mereka menghadapi bahaya, takut akan gagal atau karena dosa. Tapi kadang-kadang ia kurang membutuhkan Tuhan, ketika mereka sedang senang, riang, dan gembira.¹⁷

B. Karakter Jiwa Agama Remaja

Pada dasarnya remaja sangat membutuhkan agama dalam hidupnya, terutama untuk menghadapi kegoncangan jiwa, yang terjadi akibat perkembangan dan berbagai faktor yang harus mereka hadapi dalam umur yang sangat banyak dihadapkan kepada berbagai tantangan. Namun tidak semua remaja mendapat kesempatan untuk mengenal agama dengan jalan yang serasi dan cocok dengan perkembangan jiwanya pada umur-umur yang telah dilaluinya sejak kecil, bahkan mungkin mereka tidak mendapat kesempatan sama sekali untuk mengenal agama, karena sikap orang tua dan agama yang tak acuh dan anti terhadap agama. Sikap remaja terhadap agama sangat ditentukan oleh pengalaman keagamaan yang dilaluinya sejak kecil. Secara singkat sikap remaja terhadap agama, antara lain:

a. Percaya turut-turutan

Kebanyakan sikap remaja terhadap Tuhan dan agama itu, hanyalah mengikuti apa yang dialaminya dalam keluarga dan lingkungan. Kalau orang tuanya percaya kepada Tuhan dan rajin menjalankan ibadah, serta memperhatikan pendidikan agama bagi anak-anaknya, maka akan terbentuklah sikap positif terhadap agama. Akan tetapi kalau orang tuanya acuh tak acuh anti agama iapun akan seperti itu pula. Hal ini terutama kalau orang tuanya memperlakukannya dengan cara yang menyenangkan dan dia tidak mengalami kegoncangan karena peristiwa-peristiwa yang tidak diharapkan.

b. Percaya dengan kesadaran

¹⁶ Panut Panuju, Ida Umami, *Psikologi Remaja*, 29-30.

¹⁷ Zakiyah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1976), 137.

Setelah masa awal pada remaja dilaluinya pada umur kira-kira ± 16 tahun, dimana pertumbuhan jasmani yang cepat telah berakhir, kegoncangan emosi berkurang dan kemampuan berpikir logis semakin maju maka perhatian remaja yang tadinya tertumpu pada dirinya, beralih pada masalah-masalah ilmu pengetahuan, masyarakat dan agama.

Dalam hubungan kepercayaan agama, ia tidak puas lagi dengan dalil-dalil dan hukum-hukum mutlak yang harus diterima begitu saja, tapi harus diteliti, ditanyakan dan dimengerti. Bahkan mereka ingin menjadikan agama sebagai lapangan baru untuk membuktikan dirinya, disinilah dapat dikatakan bahwa remaja tersebut beragama dengan kesadaran.

c. Sikap ambivalensi terhadap agama

Biasanya sikap ambivalensi (bimbang) itu terjadi setelah pertumbuhan kecerdasannya mencapai kematangan sehingga ia mampu mengkritik, menolak atau menerima apa yang diterangkan kepadanya. Kebimbangan tersebut tidak sama pada semua remaja, tergantung kepada pribadi dan pertumbuhan jiwa yang dilaluinya masing-masing, akibat pendidikan yang diterima waktu kecilnya. Remaja kadang-kadang terombang-ambing antara keyakinan kepada Tuhan serta ketekunan menjalankan agama, dan keragu-raguan akan sifat-sifat-Nya dan keengganan menjalankan ajaran agama.

d. Tidak percaya kepada Tuhan

Pada akhir masa remaja ± 20 tahun, ada kemungkinan remaja itu bimbang akhirnya menentang adanya Tuhan. Perkembangan ke arah tidak percaya akan adanya Tuhan atau mengingkari agama tersebut sebenarnya tidak terjadi sembarangan tetapi ia mempunyai akar dan latar belakang yang panjang yang terjadi sejak ia kecil. Biasanya hal tersebut terjadi pada remaja yang sejak kecilnya telah mempunyai rasa dendam terhadap orang tuanya yang sangat keras dan kasar dalam perlakuan terhadap dirinya, maka dia akan menyimpan tumpukan rasa dendam terhadap kekuasaan orang tua, lalu berkembang kepada kekuasaan guru dan mungkin dilanjutkan kepada menentang Tuhan bahkan mungkin sampai kepada mengingkari adanya Tuhan.¹⁸

Naluri beragama, pada dasarnya telah menjadi bakat sejak lahir, itu sebabnya manusia disebut *homoreligius*. Naluri beragama yang telah ada sejak lahir pada masa remajapun telah memiliki kesadaran beragama dan kesadaran bertuhan. Bahkan seiring dengan meningkatnya daya nalar, juga terjadi peningkatan pada kesadaran beragama remaja. Kemampuan berpikir memungkinkan untuk dapat mentransformasikan keyakinan beragamanya. Dia dapat mengapresiasi kualitas keabstrakan Tuhan sebagai Yang Maha Adil, Maha Besar, Maha Kasih Sayang dan sebagainya.

Sebenarnya grafik kesadaran beragama remaja tidak datar, fluktuatif. Hal ini dimungkinkan oleh munculnya konflik-konflik kejiwaan yang dialami. Di antaranya, disebabkan oleh perkembangan jasmaninya yang sangat cepat, yang berakibat pada

¹⁸ Zakiah Darajat, *Pembinaan Remaja* (Jakarta: Bulan Bintang, 1975), 81-84.

munculnya kegoncangan emosi, kecemasan dan kekhawatiran, sehingga kepercayaan agama yang telah tumbuh sebelumnya juga mengalami kegoncangan. Kepercayaan kepada Tuhan kadang-kadang kuat, tetapi kadang-kadang lemah, yang terlihat pada frekuensi tidak tentu.¹⁹

Hal-hal religius yang sudah mulai diajarkan sejak kecil di lingkungan rumah tangga banyak mengalami kesulitan, anak-anak menerimanya karena mereka cara berpikirnya masih sederhana, tapi bukan berarti bahwa kepercayaan dan ketakwaan anak terhadap Tuhan Yang Maha Esa hanya hasil bentukan lingkungan saja. Pendidikan ketuhanan akan mempertajam pandangan untuk melihat gejala-gejala pertama dari perkembangan religius yang sebenarnya. Segala sesuatu tentang itu perlu diterangkan semisal sikap hormat-menghormati dan bekerjasama antar pemeluk agama yang berbeda-beda karena hal ini merupakan dasar yang baik bagi pembentukan pandangan kritis di kalangan remaja yang sedang berkembang.²⁰

Menurut Wagner, bahwa banyak remaja menyelidiki agama sebagai suatu sumber dari rangsangan emosional dan intelektual. Para pemuda ingin mempelajari agama berdasarkan pengertian keintelektualan dan tidak ingin menerimanya begitu saja. Mereka meragukan agama bukan karena ingin menjadi atheis, melainkan karena mereka ingin menerima agama sebagai suatu yang bermakna berdasarkan keinginan mereka untuk mandiri dan bebas menentukan keputusan sendiri.

Kemampuan berfikir remaja memungkinkannya untuk dapat mentransformasikan keyakinan beragamanya. Dia dapat mengapresiasi kualitas keabstrakan Tuhan sebagai Yang Maha Adil, Maha Kasih Sayang. Berkembangnya kesadaran atau keyakinan beragama seiring dengan mulainya remaja menanyakan atau mempermasalahkan sumber-sumber otoritas dalam kehidupan.²¹

Mengenai penghayatan dan pemahaman agama, remaja pada umumnya sudah menunjukkan perubahan sikap terhadap agama. Berbeda dengan anak-anak yang menerima sepenuhnya apa yang diajarkan orang tuanya, remaja menunjukkan sikap yang lebih kritis terhadap ajaran agama dan tak jarang pula memiliki pendapat sendiri, serta mempertanyakan berbagai masalah agama yang sebelumnya mereka terima begitu saja. kehidupan yang dianutnya sering mengembangkan nilai-nilai sendiri (*personal values*) yang mungkin berlainan dengan nilai-nilai generasi sebelumnya. Apa yang mereka anggap penting, berharga, dipedomani, didambakan remaja masa kini sering berlainan dan bertentangan dengan apa yang dianut remaja masa sebelumnya.²²

Setiap kelakuan manusia, termasuk kelakuan beragamanya merupakan buah hasil dari hubungan dinamika timbal balik tiga faktor, ketiganya memainkan peranan dalam melahirkan tindakan insani. Walaupun dalam tindakan salah satu faktor lebih besar perannya. Ketiga faktor tersebut adalah: (a) Sebuah gerak atau dorongan yang secara

¹⁹ A. Tafsir et. al, *Cakrawala*, 83.

²⁰ Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1992), 74.

²¹ Elvi Yuliani Rohmah, *Psikologi Perkembangan* (Ponorogo: Ponorogo Pers, 2005), 212.

²² Hamna, *Integrasi*, 166.

spontan dan alamiah terjadi pada manusia; (b) Ke-aku-an manusia sebagai inti pusat kepribadiannya; (c) Situasi manusia atau lingkungan hidupnya.²³

Dalam Islam dorongan-dorongan beragama merupakan dorongan jiwa yang mempunyai landasan alamiah dalam watak kejadian manusia sejak ia dilahirkan. Menguatkan kesadaran beragama pada remaja berkaitan juga dengan kondisi jiwanya yang labil. Keadaan labil yang menekan menyebabkan remaja mencari ketentraman dan pegangan hidup, penghayatan kesepian, perasaan tidak berdaya, perasaan yang tidak dapat dipahami dan penderitaan yang dialaminya, menjadikan remaja berpaling kepada Tuhan sebagai satu-satunya pegangan hidup, pelindung dan penunjuk jalan dalam kegoncangan jiwa yang dialaminya.

Fitrah beragama pada remaja merupakan disposisi (kemampuan dasar) yang mengandung kemungkinan atau peluang untuk berkembang. Namun mengenai arah dan kualitas perkembangannya sangat bergantung pada proses pendidikan yang diterimanya (faktor lingkungan).

Jiwa beragama atau kesadaran beragama merujuk kepada aspek rohaniah individu yang berkaitan dengan keimanan kepada Allah dan pengaktualisasiannya melalui peribadatan kepada-Nya baik yang bersifat *hablumminallah* maupun *hablumminannas*. Keimanan kepada Allah dan aktualisasinya dalam ibadah merupakan hasil dari internalisasi, yaitu proses pengenalan, pemahaman, dan kesadaran pada diri seseorang terhadap nilai-nilai agama. Proses tersebut terbentuk dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu internal (fitrah, potensi beragama) dan eksternal (lingkungan).²⁴

C. Problema Agama Pada Remaja

Dalam pandangan ilmu jiwa modern, remaja adalah fase perkembangan alami. Seorang remaja tidak akan menghadapi krisis apapun selama perkembangan tersebut dilaluinya secara wajar dan alami, sesuai dengan kecenderungan-kecenderungan remaja yang bersifat emosional dan sosial.

Persoalan paling signifikan yang dihadapi seorang remaja dalam kehidupannya sehari-hari, dan yang menyulitkannya melakukan adalah adaptasi dengan sehat, ialah hubungan remaja dengan orang-orang yang lebih dewasa, terutama orang tua, dan perjuangannya secara bertahap untuk bisa membebaskan diri dari dominasi mereka agar sampai pada level orang-orang dewasa. Itulah angan-angan dan obsesi pertama seorang remaja, tetapi ia tahu, bahwa cara bergaulnya tidak sesuai dengan kematangan yang telah ia capai dan perubahan yang baru terjadi.

Pada masa remaja terjadi perubahan jasmani yang cepat, sehingga memungkinkan terjadinya kegoncangan emosi, kecemasan, dan kekhawatiran. Bahkan, kepercayaan agama yang telah tumbuh pada umur sebelumnya mungkin pula mengalami kegoncangan. Kepercayaan kepada Tuhan kadang-kadang sangat kuat, akan tetapi kadang-kadang

²³ Nico Syakur Dister, *Pengalaman dan Motifasi Beragama* (Sindang Laga: LAPPENAS, 1981), 78.

²⁴ Syamsu Yusuf I. N, *Psikologi Belajar Agama* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004), 27.

menjadi berkurang yang terlihat pada cara ibadahnya yang tidak tentu. Penghayatan rohaninya cenderung skeptis (was-was) sehingga muncul keengganan dan kemalasan untuk melakukan berbagai kegiatan ritual (seperti ibadah shalat) yang selama ini dilakukannya dengan penuh kepatuhan.

Kegoncangan dalam keagamaan ini mungkin muncul, karena disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal.

1. Faktor internal, berkaitan dengan matangnya organ seks, yang mendorong remaja untuk memenuhi kebutuhan tersebut, namun di sisi lain ia tahu bahwa perbuatannya dilarang dalam agama, faktor lain yang bersifat psikologis, yaitu sikap independen, keinginan untuk bebas, tidak mau terikat oleh norma-norma keluarga (orang lain).
2. Faktor eksternal berkaitan dengan perkembangan budaya dalam masyarakat yang tidak jarang bertentangan dengan nilai-nilai agama, seperti pornografi, minuman keras, ganja, obat-obat terlarang (narkotika) yang mempunyai daya tarik yang kuat bagi remaja untuk mencobanya.²⁵

Di samping hal tersebut, mungkin remaja melihat bahwa tidak sedikit orang dewasa atau masyarakat sekitarnya yang gaya hidupnya kurang mempedulikan agama, bersifat munafik, tidak jujur dan perilaku amoral lainnya.

Sedemikian banyak perubahan yang terjadi pada umur remaja awal tersebut, sudah pasti membawa kepada kegoncangan emosi. Yang hal tersebut ditambah pula dengan banyaknya contoh-contoh yang tidak baik, tetapi membangkitkan berbagai dorongan dan keinginan yang timbul dalam dirinya. Berbagai hal disajikan dengan kemajuan teknologi lewat media elektronik dan media cetak, yang mudah ditangkap oleh remaja. Mungkin saja semua itu akan dijadikan oleh remaja sebagai alat identifikasi diri sehingga mereka condong menerima dan menirunya. Seolah-olah diri merekalah yang melakukan dan memerankan adegan yang disaksikan tersebut.

Di sinilah letak bahaya dan ancaman terhadap kehidupan beragama remaja yang sedang mulai tumbuh yang sedang menatap hari depan yang diharapkan dan dicita-citakan.

Berbagai cara dan macam budaya asing masuk ke dalam kehidupan masyarakat Indonesia, sebabnya antara lain adalah karena kurangnya pendidikan, minimnya pemahaman dan penghayatan agama. Secara tidak terasa, remaja kita terbawa oleh arus yang sering didengar dan disaksikan dalam acara-acara kebudayaan yang ditayangkan oleh media elektronik, apa yang dilihatnya jauh lebih besar pengaruhnya dan lebih lama teringat olehnya dan sering terbayang di ruang matanya.

Keadaan tersebut akan bertambah berat bila apa yang ditampilkan oleh budaya barat yang non Islam. Para produsen akan merasa bangga, bila ia menampilkan apa yang dibuat tersebut tiruan dari luar yang terkesan maju dan bergengsi, walaupun ia tercabut dari budaya bangsanya yang dianggap kolot. Suasana dalam berbagai acara formal juga terpengaruh oleh keadaan yang bertentangan dengan budaya dan ajaran agama.

²⁵ Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), 205.

Seharusnya contoh yang baik diambil dari budaya bangsa Indonesia yang asli, dan tidak diinfiltrasi oleh budaya luar yang bertentangan dengan budaya bangsa Indonesia yang kita junjung tinggi.²⁶

Pendidikan agama yang sifatnya abstrak merupakan salah satu permasalahan, demikian pula dengan pendidikan akhlak dan nilai-nilai moral yang memerlukan contoh dan latihan sebelum kemampuan abstraknya berkembang. Anak belum mampu memilih mana yang baik dan mana yang buruk. Maka apa yang terlihat dan terdengar akan ditirunya. Bila suatu yang buruk itu sering terlihat dan terdengar olehnya, lambat laun akan menjadi akrab padanya dan ditirunya. Akhirnya menjadi kebiasaan yang sulit menghindarkan atau menghentikannya.

Sesungguhnya sikap dan perilaku remaja yang menyimpang tidak terjadi dengan tiba-tiba, akan tetapi melalui proses panjang yang mendahuluinya, di samping berbagai faktor yang ikut berperan dalam peristiwa tersebut. Misalnya: keterbelakangan kecerdasan, kegoncangan emosi akibat tekanan perasaan (frustasi), kehilangan rasa kasih sayang atau merasa dibenci, diremehkan, diancam, dihina dan sebagainya. Perasaan-perasaan negatif tersebut dapat menyebabkan remaja putus asa, bersikap negatif terhadap orang lain, bahkan mungkin juga sikap negatif dihadapkan kepada Allah, maka ia condong menentang ajaran agama, meremehkan nilai-nilai moral dan akhlak. Sikapnya boleh jadi akan mempengaruhi seluruh penampilan perilakunya, air muka yang tegang, benci dan menentang setiap orang yang berkuasa, merasa iri dan dengki kepada orang yang melebihi dirinya. Bahkan kebencian diarahkan pula kepada tokoh masyarakat, pemuka agama, dan pemerintah. Namun ada pula remaja yang mengarahkan rasa dan perasaan negatifnya kepada diri sendiri, dengan menghukum dirinya.²⁷

Bertentangan dengan pandangan populer, remaja masa kini menaruh minat pada agama dan menganggap bahwa agama berperan penting dalam kehidupan. Banyak remaja mulai meragukan konsep dan keyakinan akan religiusnya, perubahan dalam minat religius selama masa remaja lebih radikal daripada perubahan dalam minat akan pekerjaan. Konsep masa kanak-kanak tentang agama pada dasarnya tidak realistis dan pada masa remaja menjadi kritis terhadap keyakinannya dimasa lampau.²⁸

Di antara sebab atau sumber dari gejolak dan ketegangan keadaan emosi remaja, adalah konflik atau pertentangan yang terjadi pada dirinya sendiri, maupun yang terjadi pada masyarakat umum atau lingkungan dimana remaja memperoleh pendidikan.

Di antara konflik remaja itu adalah apabila mereka mengetahui adanya pertentangan antara ajaran agama dan ilmu pengetahuan. Mungkin sekali ilmu pengetahuan tidak bertentangan dengan agama, tapi karena pengertian tentang agama itu disampaikan atau diterangkan kepada remaja sejak kecilnya dan menyebabkan terasa olehnya ada

²⁶ Darajat, *Remaja*, 54-56.

²⁷ *Ibid.*, 59.

²⁸ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 1980), 222.

pertentangan, maka remaja tersebut akan merasakan kegelisahan, pertentangan, dan kegoncangan batin.

Konflik lain yang membuat remaja bingung dan gelisah adalah apabila ia merasa atau mengetahui adanya pertentangan antara pengetahuan agama dengan kelakuan orang-orang dalam kenyataannya. Misalnya ia mendapat pendidikan bahwa berdusta merupakan perbuatan yang dilarang dan dosa, tetapi dalam praktek sehari-hari banyak kebohongan-kebohongan yang dilakukan di dalam masyarakat. Demikian pula dengan sifat-sifat yang seharusnya ada menurut ketentuan dan nilai-nilai yang dipelajari, tetapi dalam kenyataannya sifat-sifat tersebut tidak tampak. Pertentangan antara nilai-nilai keagamaan yang mereka pelajari dengan sikap dan tindakan orang tua, guru, pemimpin penganjur agama sangatlah menggelisahkan remaja. Yang mungkin menyebabkan mereka benci kepada guru atau pemimpin tersebut, bahkan dapat menyebabkan mereka acuh tak acuh dan benci terhadap ajaran agama.²⁹

Ada berbagai konflik yang dialami oleh remaja, antara lain:

1. Pada umumnya selalu dialami pada usia remaja adalah konflik antara kebutuhan untuk mengendalikan diri dan kebutuhan untuk bebas dan merdeka. Remaja membutuhkan penerimaan sosial dan penghargaan serta kepercayaan orang lain kepadanya. Untuk itu ia membutuhkan orang yang mengarahkannya kepada perilaku yang diterima dalam berbagai kesempatan dan situasi. Akan tetapi di lain pihak ia membutuhkan rasa bebas, karena ia merasa dirinya telah besar, dewasa dan tidak kecil lagi. Konflik antar kebutuhan pada diri remaja menyebabkan rusaknya keseimbangan emosi remaja. Di sinilah tampak jelas pentingnya bimbingan dan konseling pada remaja.
2. Konflik antara kebutuhan akan kebebasan dan kebutuhan akan ketergantungan kepada orang tua. Remaja ingin bebas dan mandiri, yang diperlukannya dalam mencapai kematangan fisik, sebagai persiapan menghadapi hari depan. Sementara itu pada waktu yang sama, ia membutuhkan orang tua untuk memberikan materi guna menunjang studi dan penyesuaian sosialnya. Konflik ini menyebabkan kegoncangan kejiwaan remaja. Kegoncangan jiwa tersebut mendorongnya untuk mencari pengganti yang dapat memberikan rasa aman yang nyaris hilang dan menjadikannya mandiri. Pengganti tersebut boleh jadi kelompok teman dan mungkin juga guru atau orang dewasa lainnya dari lingkungannya.
3. Konflik antara kebutuhan seks dan ketentuan agama serta nilai sosial. Kematangan seks yang terjadi pada remaja menyebabkan terjadinya kebutuhan seks yang mendesak, akan tetapi ajaran agama dan nilai-nilai sosial menghalangi pemuasan kebutuhan tersebut, kecuali dengan cara yang dibenarkan agama dan ketentuan masyarakat, yaitu perkawinan yang sah. Namun jalan untuk sampai ke sana cukup panjang dan memakan waktu yang lama, dengan kerja keras dan usaha yang sungguh-sungguh agar dapat mencapai tujuan pemuasan seks yang dibenarkan oleh agama dan nilai-nilai sosial tersebut. Oleh karenanya, konflik besar terjadi antara kebutuhan seks

²⁹ Ida Umami, *Psikologi*, 117.

- dan ketentuan agama dan nilai-nilai sosial. Konflik tersebut bertambah tajam dan meningkat, apabila remaja dihadapkan kepada cara-cara atau perilaku, sikap, penampilan yang lebih menumbuhkan rangsangan seks, seperti film, sandiwara, gambar yang ditampilkan lewat berbagai media, baik elektronik maupun cetak.
4. Konflik antara prinsip-prinsip dan nilai-nilai yang dipelajari oleh remaja ketika ia kecil dulu dengan prinsip dan nilai yang dilakukan oleh orang dewasa di lingkungannya dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menyebabkan remaja menjadi bingung dan ragu-ragu. Kadang-kadang ia tidak mampu membedakan tindakan mana yang benar dan mana yang salah, atau mana yang prinsip atau hal yang sesaat. Barangkali kebingungan dan keraguan pada sementara remaja mendorongnya untuk lari dari masyarakat, lalu membuat kelompok khusus yang mempunyai prinsip dan ide-ide baru. Mungkin ada sebagian dari mereka, berusaha untuk mengatasi konflik tersebut dengan cara menekan permasalahan atau mengabaikannya, atau mengikuti saja perbuatan orang dewasa, dengan cara berperilaku seperti yang dilakukan orang dewasa tersebut dan meninggalkan apa yang dipelajari di rumah dan di sekolah dulu.
 5. Konflik yang disebabkan oleh kebutuhan untuk menentukan masa depan. Membuat rencana, mencari pekerjaan, jabatan, ketrampilan dan persiapan untuk mencapainya. Akan tetapi remaja pada tahap ini tidak banyak mengetahui tentang hari depan, tidak mengenal tanda-tanda dan gambarannya. Maka banyak remaja yang terpaksa menghadapi masalah perencanaan pendidikan dan pekerjaan di sekolah, tanpa mengetahui secara memadai apa kemampuannya, bakat dan kecenderungannya. Mereka tidak mengetahui jenis-jenis bidang studi di universitas, atau pekerjaan yang dapat dilakukan nanti dalam setiap bidang studi itu. Biasanya pilihan remaja didasarkan atas pilihan orang tua, atau pertimbangan penghasilan yang akan dicapai bila ia bekerja nanti, mungkin juga pekerjaan tertentu yang populer dalam masyarakat.
 6. Konflik-konflik dalam diri remaja akibat perubahan fisik dan perkembangan seks secara mendadak yang kadang-kadang menyebabkan remaja putera menyangka bahwa dirinya seperti wanita atau begitu juga sebaliknya. Hal tersebut mungkin menimbulkan perilaku yang pasif seperti mengurung diri, malu, bingung, bimbang dan tidak senang kepada dirinya. Mungkin pula kecemasan terjadi pada remaja yang pertumbuhan dirinya terlambat dari teman-temannya sehingga ia merasa bahwa dirinya seperti kanak-kanak, sedangkan teman-temannya sudah terlihat dewasa.³⁰

Dan juga alam perasaan remaja mengalami perkembangan lebih jauh, remaja biasanya makin mendalam perasaannya dan makin peka (perasa) sehingga tak jarang mereka menjadi mudah tersinggung dan menampilkan perilaku emosional. Sehubungan dengan hal ini masa remaja berkembang sejenis perasaan yang tidak dialami sebelumnya, yakni perasaan tertarik pada lawan jenis. Perasaan ini dalam perkembangan lebih lanjut akan menjadi perasaan saling suka antar jenis dengan segala lika-likunya.

³⁰ Darajat, *Remaja*, 60-63.

Umumnya lingkungan pergaulan remaja semakin meluas, mereka mendapat lingkungan baru di luar lingkungan keluarga. Mereka mempunyai kelompok-kelompok sebaya (*peer groups*) yang mempunyai pengaruh besar dalam perkembangan wataknya.³¹

D. Peran Psikologi Agama dalam Pembentukan Jiwa Agama Remaja

Agama atau religi merupakan bagian yang cukup penting dalam jiwa remaja. Sebagian orang berpendapat bahwa moral dan religi dapat mengendalikan tingkah laku anak yang beranjak pada usia remaja sehingga mereka tidak akan melakukan hal-hal yang merugikan kepada masyarakat atau bertentangan dengan norma-norma agama. Di sisi lain tidak adanya moral atau religi seringkali dituding sebagai penyebab meningkatnya kenakalan remaja di lingkungan masyarakat.

Banyak perbedaan individu tentang gambaran perkembangan remaja terutama kepada Tuhan, namun ada satu hal yang mereka sepakati, yaitu mereka telah menjauhkan gambaran-gambaran lahiriyah dan personifikasi tentang Allah dan mereka lebih mementingkan tentang gambaran spiritual daripada bentuk rupa dan kegiatan-kegiatannya. Hal ini mencakup semua pemikiran remaja, kecuali yang terbelakang kecerdasannya. Di sini terlihat erat hubungan antara gambaran agama dengan pertumbuhan kecerdasan remaja.

Perasaan remaja terhadap Tuhan, baik yang terang-terangan dikemukakan rasa cintanya, takut atau benci, hal itu adalah perasaan yang kompleks, yang terdiri dari unsur-unsur yang berlawanan dan berinteraksi satu sama lainnya. Kadang terlihat suatu keadaan jiwa tertentu pada remaja, yaitu perasaan maju mundur dalam beriman. Hal ini yang menyebabkan perasaan agama yang sama kuatnya di setiap waktu. Masa religius remaja tidak sama tetapnya dengan orang-orang dewasa atau dengan masa kanak-kanak.

Perasaan remaja terhadap Tuhan bukanlah perasaan yang tetap, akan tetapi suatu perasaan yang bergantung kepada suatu keadaan perubahan emosi yang sangat cepat. Kebutuhan akan Tuhan kadang-kadang tidak terasa apabila jiwa mereka dalam keadaan aman dan tentram. Sebaliknya pula Tuhan akan sangat dibutuhkan apabila keadaan perasaan remaja sedang gelisah dan goncang, menghadapi bahaya, ketika takut atau karena perasaan berdosa dalam dirinya. Dalam hal ini remaja menganggap dengan melaksanakan kegiatan-kegiatan keagamaan dapat mengurangi perasaan-perasaan tersebut. Dengan kata lain kuatnya gelombang rasa keagamaan merupakan usaha dan untuk menenangkan kegoncangan jiwa yang sewaktu-waktu akan timbul.

Kepercayaan kepada Tuhan pada masa remaja, bukanlah keyakinan pikiran, akan tetapi adalah kebutuhan jiwa.³²

Berdasarkan temuan psikologi agama, latar belakang psikologis baik diperoleh berdasarkan faktor intern maupun hasil pengaruh lingkungan memberi ciri pada pola

³¹ Bastaman, *Integrasi*, 166.

³² Panut Panuju, Ida Umami, *Psikologi Remaja* (Yogyakarta: Tiara Wacana, 1999), 121.

tingkah laku dan sikap seseorang dalam bertindak, hal tersebut yang dapat memberi bekas pada sikap seseorang terhadap agama.

Menurut William James ada hubungan antara tingkah laku keagamaan seseorang dengan pengalaman keagamaan. Yang dapat dikelompokkan menjadi 2, yaitu:

1. Tipe orang yang sakit jiwa (*the sick soul*)

Ciri-ciri tindak keagamaan mereka yang mengalami sakit dan kelainan jiwa umumnya cenderung menampilkan sikap:

- a. Pesimis
- b. Introvert
- c. Menyenangi paham ortodoks
- d. Mengalami proses keagamaan secara non graduasi

2. Tipe orang yang sehat jiwa (*healthy minded ness*)

Ciri dan sifat agama pada orang yang sehat jiwa pada umumnya menampilkan sikap:

- a. Optimis dan gembira
- b. Ekstrovert dan tak mendalam
- c. Menyenangi ajaran ketauhidan yang liberal.³³

Psikologi agama merupakan salah satu bukti adanya perhatian khusus para ahli psikologi terhadap peran agama dalam kehidupan kejiwaan manusia.

Pendapat ekstrim menunjukkan betapa agama dinilai sebagai bagian dari kehidupan pribadi manusia yang erat kaitannya dengan gejala-gejala psikologis.³⁴ Agama memang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, pengingkaran manusia terhadap agama agaknya dikarenakan faktor-faktor tertentu baik yang disebabkan oleh kepribadian maupun lingkungan. Untuk menutupi ataupun meniadakan dorongan-dorongan dan rasa keagamaan tampaknya sulit dilakukan. Manusia mempunyai unsur batin yang cenderung mendorong untuk tunduk kepada zat yang lebih tinggi. Hal ini merupakan bagian dari faktor intern manusia yang dinamakan pribadi (*self*) atau hati nurani (*conciense of man*).

Hubungan antara kejiwaan dan agama dalam kaitannya dengan hubungan antara agama sebagai keyakinan dan kesehatan jiwa, terletak pada sikap dan penyerahan diri seseorang terhadap suatu kekuasaan yang maha tinggi. Sikap penyerahan dan pasrah tersebut akan menimbulkan sikap optimis pada seseorang sehingga muncul perasaan-perasaan positif terhadap Tuhan. Sikap yang demikian merupakan bagian dari kebutuhan asasi manusia sebagai makhluk yang bertuhan. Dalam kondisi yang demikian manusia pada kondisi kodratnya, sesuai dengan fitrah kejadiannya, sehat jasmani dan rohani.³⁵

Dalam pembentukan kesehatan jiwa, agama mempunyai peranan yang sangat penting, karena agama dapat mengurangi atau menghilangkan faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya gangguan kejiwaan atau dengan kata lain agama mempunyai daya preventif terhadap gangguan kejiwaan, agama juga dapat membantu dalam mengembalikan gangguan kejiwaan atau bersifat kuratif dan selanjutnya agama bersifat konstruktif.

³³ Jalaluddin, *Psikologi*, 120-124.

³⁴ *Ibid.*, 142.

³⁵ *Ibid.*, 152.

Secara sederhana peran agama dalam pembentukan kesehatan jiwa biasanya orang yang terganggu karena gelisah, cemas, kecewa sangat menyesal dan sebagainya. Perasaan-perasaan tersebut seringkali membawa kepada bermacam-macam gejala kejiwaan yang lebih berat, hal tersebut dapat terselesaikan apabila seseorang itu mempunyai keyakinan beragama dan mampu memanfaatkan keyakinan itu dalam hidupnya.³⁶

Umur remaja adalah umur yang penting mendapat pengertian dan perhatian orang dewasa, terutama orang tua dan guru. Umur remaja itu penuh dengan berbagai problema dan masalah-masalah yang jika tidak teratasi selama mereka remaja itu akan dapat menyebabkan mereka memasuki umur dewasa dengan berbagai kesukaran dan kegoncangan, yang mungkin saja tidak akan pernah terselesaikan.

Berbagai kasus kejiwaan yang sering datang terhadap remaja salah satunya dipengaruhi oleh faktor lingkungan antara lain lingkungan keluarga, lingkungan sosial-ekonomi, lingkungan agama dan adat.

1. Di antara suasana keluarga juga sangat besar pengaruhnya terhadap jiwa remaja adalah keyakinan akan beragamanya keluarga yang hidup jauh dari agama, tidaklah mungkin memberikan pembinaan jiwa agama pada anak-anaknya. Dalam pembinaan agama sebenarnya faktor orang tua sangat menentukan karena rasa agama akan masuk terjalin ke dalam pribadi anak bersamaan dengan semua unsur-unsur pribadi yang didapatnya melalui pengalaman sejak kecil. Apabila agama itu hanya didapatnya kemudian melalui pelajaran yang dangkal, maka agama itu akan dikenal tetapi kurang meresap dalam jiwanya.
2. Lingkungan sosial-ekonomi masa remaja merupakan puncak dari segala kekuatan dan perhatian terhadap masalah sosial ekonomi yang sangat besar. Semenjak mereka mulai memasuki usia remaja dan meninggalkan umur kanak-kanak yang penuh ketergantungan, perhatian terhadap lingkungan sosial mulai meningkat. Kalau pada awal masa remaja mereka tertarik kepada teman-teman sebaya adalah karena mereka memerlukan teman untuk membicarakan hal dan keadaan diri mereka yang sama-sama mengalami perubahan cepat dan pengalaman-pengalaman yang kurang menyenangkan dari perlakuan orang tua dan orang dewasa lainnya. Maka pada masa remaja, dimana pertumbuhan jasmani dan perhatian kepada pengembangan pribadi dan sosial meningkat mereka akan sangat terpengaruh oleh teman-teman sebayanya, dan lingkungan sosial ekonomi dimana mereka hidup.

Dalam masyarakat yang keadaan dalam sosial ekonominya menunjukkan banyak kepincangan akan sering timbul tindakan-tindakan remaja yang kadang-kadang menyimpang dari nilai moral, bahkan tidak jarang terjadi peledakan perasaan yang tertekan dalam bentuk serangan yang biasanya ditujukan kepada orang-orang yang mereka sangka, bertanggung jawab dalam hal tersebut. Dengan demikian dapat dilihat bahwa perhatian remaja terhadap masyarakat lingkungannya sangat besar, dan pengaruh sosial ekonomi juga sangat

³⁶ Zakiyah Darajat, *Pembinaan Remaja* (Jakarta: Bulan Bintang, 1976), 41.

mempengaruhi keadaan jiwanya dan menentukan pula sikap dan tindakannya dalam hidup jiwa muda yang penuh harapan dan kecemasan, menimbulkan kegoncangan-kegoncangan ekonomi yang kadang sukar mengatasinya.

3. Lingkungan agama dan adat, secara umum dapat dikatakan bahwa masyarakat yang masih kuat keyakinannya kepada agama dan kepatuhan kepada adat yang berlaku, hidupnya lebih tenang daripada mereka yang jauh agama dan adat. Ketenangan itu mungkin disebabkan oleh sukarnya mereka menerima perubahan luar yang datang, yang bertentangan dengan agama atau adatnya.

Maka, remaja yang hidup dalam masyarakat yang beragama, tentram itu, akan lebih tenang daripada mereka yang hidup dalam masyarakat yang terus menerus dalam perubahan. Dalam masyarakat yang beragama yang beradat itu, nilai-nilai hidupnya lebih pasti tidak berubah-ubah. Sehingga remaja akan menemukan nilai-nilai yang pasti dan dilaksanakan oleh semua orang dalam kehidupan yang sehari-hari, serta dengan mudah remaja akan mendapat contoh yang akan diteladaninya disamping tidak sukar pula baginya untuk memperkirakan tanggapan masyarakat terhadap sikap, tindakan dan kelakuannya.

Remaja tahu dengan pasti, bahwa dengan apa bisa ada pelanggaran terhadap ketentuan agama, di samping akan dihukum oleh Tuhan juga akan dicela dan dikutuki oleh masyarakat, karena perbuatan dosa tersebut. Untuk menarik para remaja agar aktif membangun lingkungan masyarakat yang kondusif, kuat agamanya dan adatnya tidak sukar asal dilakukan dengan kebijaksanaan-kebijaksanaan oleh orang yang memahami dan menghargai mereka. Sehingga dapat dikatakan agama dan adat hidup dalam masyarakat sangat menentukan sikap dan tindakan serta kelakuan remaja dalam masyarakat.³⁷

Masa remaja adalah umur yang penting mendapat perhatian dan pengertian orang dewasa, terutama orang tua dan guru, yang pada masa itu penuh dengan problema dan masalah-masalah pendidikan agama yang diterimanya dari sejak kecil akan menimbulkan dalam pribadinya unsur-unsur agama yang bertumbuh dan terjalin dalam jiwanya. Hal tersebut sangat membantu bagi remaja dalam menghadapi kesukaran, kekecewaan, dan kegoncangan yang dilaluinya pada usia remaja.

Secara psikologis maka pendidikan agama merupakan alat pembinaan yang sangat ampuh bagi remaja. Agama yang tertanam dan tertumbuh secara wajar dalam jiwa remaja, akan dapat digunakan untuk mengendalikan dorongan-dorongan yang kurang baik serta membantunya dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan pada umumnya. Dengan hidup dan segarnya keyakinan agama dalam remaja, akhlaknya dengan sendirinya akan baik, karena kontrolnya datang dari dalam bukan dari luar, di samping itu agama memberikan ketenangan bagi jiwanya, sehingga tidak akan mudah goncang, walaupun banyak kesukaran yang dihadapinya, ia dapat berdo'a, mengeluh dan bersidang langsung dengan Tuhan.

Dalam ajaran Islam terdapat banyak obat kejiwaan dan ketentraman batin, yang tidak mudah diterima khalayak bila disajikan dengan cara yang tidak sesuai dengan

³⁷ *Ibid.*, hal 19-27.

perkembangan jiwa seseorang. Agama dapat berfungsi pengendali sikap, pengendali perbuatan dan kepribadian seseorang karena kepribadian itu yang mengerjakan orang bertindak dan berperilaku. Bila dalam kepribadiannya terdapat ajaran agama sebagai unsur yang membentuk kepribadiannya terdapat ajaran agama sebagai unsur yang membentuk kepribadian tersebut, maka nilai-nilai agama akan lebih berperan dan berpengaruh dalam kehidupan orang tersebut.

Hal penting yang harus diberikan kepada remaja adalah pendidikan agama dan moral, serta iklim sosial yang kondusif bagi upaya pengembangan jiwa mereka. Esensi pendidikan agama yang sesuai dengan fase pengajaran, selain menembus hati nuraninya dan mengembangkan semangat keagamaannya ialah mengikat segi-segi kepribadiannya dengan akidah dan ajaran-ajaran spiritual, memperkuat hubungannya bersama Allah SWT.³⁸

E. Kriteria Jiwa Agama Remaja

Agama sebagai wahyu Tuhan merupakan petunjuk bagi manusia agar memperoleh kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat. Dalam agama terkandung implikasi pedagogis yang mempengaruhi manusia dari dua aspek yaitu: aspek subyektif yang berarti bahwa sikap hidup keberagamaan seseorang didorong oleh pengalaman individual. Aspek obyektif adalah berarti bahwa sikap keberagamaan seseorang timbul dan didorong oleh pengaruh ajaran agama melalui berbagai pemahaman terhadap petunjuk ajaran tersebut.³⁹

Pendidikan agama sebagai suatu proses ikhtiariah manusia mengandung ciri dan watak khusus dilihat dari kedua aspek tersebut adalah merupakan proses penanaman, pengembangan dan pemantapan nilai-nilai keimanan yang menjadi fundamental spiritual manusia yang mana sikap dan tingkah lakunya termanifestasikan menurut kaidah-kaidah agama. Nilai keimanan seseorang adalah merupakan keseluruhan pribadi yang mengutamakan diri dalam bentuk tingkah laku lahiriyah dan rohaniyah, dan merupakan tenaga pendorong/penegak (*motivational energizing*) yang fundamental, bagi tingkah laku seseorang. Iman seseorang yang telah internalized dapat menjadi dan vital bagi fungsi-fungsi kejiwaan seseorang yang berkemampuan mengontrol, mengarahkan, serta mendinamisir tingkah lakunya. Melalui iman tersebut aspek obyektif dari keberagamaan seseorang mampu berkembang lebih baik.

Apabila seseorang telah mempedomani agama sebagai dasar rujukan berperilaku dan sebagai kompas dalam mencapai tujuan hidupnya, maka ia telah menjadi seorang pribadi yang telah terbebaskan dari belenggu kebodohan (*jahiliyah*) yang sangat diwarnai hawa nafsu, dan memperoleh pencerahan hidup yang sarat dengan *nur ilahi* (beriman dan beramal shalih). Hal ini merupakan gambaran umum tentang fungsi agama (Islam) bagi manusia (muslim).

³⁸ Syaikh M. Jamaluddin Mahfuzh, *Psikologi Anak dan Remaja Muslim* (Jakarta: Pustaka Kautsar, 2001), 186.

³⁹ H. M. Arifin M. Ed, *Kapita Selekta Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 1998), 214.

Di lihat dari segi kejiwaan, agama (Islam) telah memberikan pencerahan terhadap pola berpikir manusia secara benar tentang makna hidupnya di dunia. Melalui agama, manusia memperoleh *hudan* (petunjuk) tentang siapa dirinya, tujuan, tugas hidupnya, karakteristik (sifat-sifat) dirinya dan keterkaitannya dengan makhluk lain (alam semesta).

Masa remaja sebagai segmen dari siklus kehidupan manusia, menurut agama merupakan masa *starting point* pemberlakuan hukum syar'i (wajib sunah, haram, makruh, mubah) bagi seorang insan yang sudah baligh (*mukallaf*). Oleh karena itu remaja sudah seharusnya melaksanakan nilai-nilai atau ajaran agama dalam hidupnya, serta sudah mempunyai kewajiban untuk melaksanakan perintah Allah dan menjauhi larangannya. Sebagai mukallaf, remaja dituntut untuk memiliki keyakinan dan kemampuan mengaktualisasikan nilai-nilai agama (aqidah, ibadah dan akhlak) dalam kehidupan sehari-hari, baik lingkungan, *sekolah dan masyarakat*. Secara lebih rinci mengenai nilai-nilai tersebut dapat disimak sebagai berikut:

Nilai-Nilai Agama	Profil Sikap dan Perilaku Remaja
A. Aqidah (keyakinan)	1. Meyakini Allah sebagai pencipta (khaliq) 2. Meyakini bahwa agama sebagai pedoman hidup. 3. Meyakini bahwa Allah Maha Melihat terhadap segala perbuatan manusia 4. Meyakini hari akhirat sebagai hari pembalasan amal manusia di dunia 5. Meyakini bahwa Allah Maha Penyayang dan Pengampun
B. Ibadah dan akhlak	1. Melaksanakan ibadah ritual (mahdhah) 2. Membaca kitab suci dan mendalami isinya 3. Mengendalikan diri dari sikap dan perbuatan yang diharamkan Allah 4. Bersikap hormat terhadap kedua orang tua dan orang lain 5. Menjalin silaturahmi dengan saudara (orang lain) 6. Bersyukur pada saat mendapat nikmat 7. Bersabar pada saat mendapat musibah 8. Memelihara kebersihan diri dan lingkungan 9. Memiliki etos belajar yang tinggi

	10. Berperilaku jujur dan amanah 11. Bersikap optimis dalam menghadapi masa depan, dengan selalu berikhtiar dan berdo'a.⁴⁰
--	---

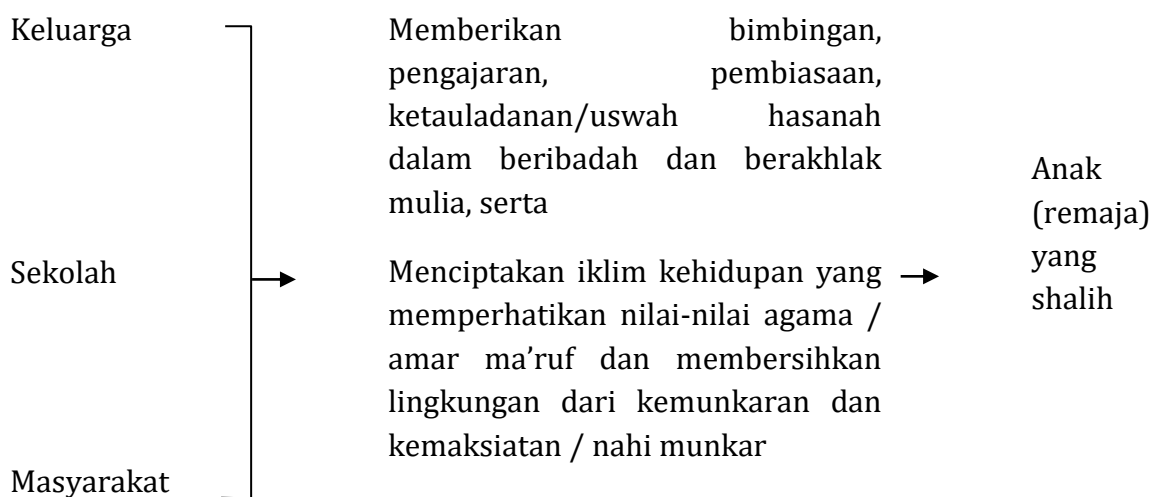
Kemampuan remaja untuk mengaktualisasikan nilai-nilai agama tersebut sangatlah heterogin (beragam). Keragaman tersebut dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa kelompok, yaitu:

1. Remaja yang mampu mengamalkan secara konsisten.
2. Remaja yang mengamalkannya secara insidental (kadang-kadang).
3. Remaja yang tidak menyamakan ibadah mahdhah, tapi dapat berinteraksi sosial (*habluminannas*).
4. Remaja yang melecehkan agama secara keseluruhan, dalam arti tidak mengamalkan perintah agama justru melakukan yang diharamkan agama.

Terjadinya keragaman profile remaja dalam mengaktualisasikan nilai-nilai agama tersebut, mungkin disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya:

1. Keragaman pendidikan agama yang diterima remaja dari orang tua ada yang baik, kurang dan bahkan tidak sama sekali.
2. Keragaman keluarga remaja dalam pengalaman nilai-nilai agama, ada yang taat, kurang taat, dan tidak taat sama sekali.
3. Keragaman kelompok teman bergaul ada yang berakhlak baik ada yang buruk.⁴¹

Dalam upaya mengembangkan jiwa keberagamaan dan akhlak mulia pada remaja.



⁴⁰ Yusuf L.N, *Psikologi*, 94.

⁴¹ Syamsu Yusuf L. N, *Psikologi Belajar Agama* (Bandung: Pustaka Bani Qurais, 2004), 48.

Dari ketiga lingkungan yang telah disebutkan di atas (keluarga, sekolah, masyarakat) secara sinergi harus bekerjasama, dan bahu membahu untuk menciptakan iklim, suasana lingkungan yang kondusif. Iklim yang kondusif tersebut ditandai dengan berkembangnya komitmen yang kuat dari masing-masing individu yang mempunyai kewajiban moral (orang tua, pihak sekolah, pejabat pemerintahan dan warga masyarakat), seperti halnya terlihat pada bagan berikut:

Kesalihan anak (remaja) merujuk kepada empat jenis keshalihan, yaitu:

1. *Shalihul qalbi*: hati yang bening, hati yang tunduk, taat (*sami'na wa atha'na*) kepada perintah dan larangan Allah.
2. *Shalihul 'aqli*: cerdas, kreatif dan memiliki ghirah (semangat) motivasi untuk bertholabul'ilmi.
3. *Shalihul'amali*: melakukan amal dan perbuatan yang sesuai dan selaras dengan perintah Allah, yang terkait dengan *hablumninallah* maupun *hablumminannas*.
4. *Shalihul jasaki*: bersih dan sehat jasmaninya.⁴²

Kehidupan keluarga sangatlah penting bagi pembentukan pribadi dan perilaku seseorang, maka dari sinilah *semangat keagamaan* yang harus bisa mewarnai rumah tangga (keluarga). Semangat keagamaan tersebut tergambar pada uswah / contoh-contoh yang baik dari kedua orang tua dan orang-orang dewasa dalam lingkungan keluarga, mengajarkan kepada mereka prinsip-prinsip agama yang sesuai dengan perkembangan mereka dan menanamkan benih-benih keyakinan dan iman dalam jiwa mereka.

Seorang anak (remaja) yang tumbuh di lingkungan keluarga seperti ini, ia akan memulai kehidupannya dalam keadaan terlindung dari penyakit-penyakit moral dan pikiran. Di masa remaja ia sanggup berjuang untuk tidak mau menyerah pada keinginan-keinginan nafsunya yang membahayakan.⁴³

Pada zaman Nabi Muhammad SAW diangkat menjadi Rasul-Nya, keadaan masyarakat Arab khususnya dan umat manusia pada umumnya sangat buruk dan jauh dari sikap dan perilaku yang berbudaya. Jika Rasulullah SAW berhadapan dengan anak-anak muda dan remaja, mereka merasa puas, mereka senantiasa mendapatkan nasehat-nasehat yang baik guna mencapai kemaslahatan dan kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat kelak. Generasi muda yang dibentuk Rasulullah SAW senantiasa tergerak dan bersemangat di garis yang terdepan jika datang seruan untuk membela agama dan menegakkan kebenaran dalam kehidupan. Mereka rela berjuang tanpa pamrih dengan akhlak yang luhur terbebas dari kuman-kuman dunia. Remaja yang menyenangkan kebersihan diri dari dosa adalah generasi muda yang dalam hidupnya menyenangkan ibadah dan memakmurkan masjid-masjid.

Generasi muda yang memiliki sifat-sifat terpuji, jujur, adil, disiplin, amanah, taat, syukur akan nikmat, berani menegakkan kebenaran dan memperjuangkannya, kasih

⁴² *Ibid.*, 37-38.

⁴³ Syaikh M. Jamaluddin Mahfuzh, *Psikologi Anak dan Remaja Muslim* (Jakarta: Pustaka Kautsar, 2001), 92.

sayang terhadap sesama, sabar dalam menghadapi cobaan, menguasai diri dalam kemarahan dan mau memaafkan kesalahan orang lain, menyenangi kerjasama dalam kebaikan, suka menuntut ilmu pengetahuan yang berguna. Sebaliknya bukan generasi muda yang memiliki sifat-sifat yang tidak relevan dan tidak sesuai dengan ajaran agama yang perlu ditinjau dan disirnakkan dalam kehidupan remaja.⁴⁴

Melalui pembinaan yang optimal pula diharapkan lahir para remaja yang dinamis, mandiri, terbuka, adaptif dengan perkembangan zaman yang semakin maju, yang dapat menggantikan posisi orang tuanya dimasa mendatang. Kriteria remaja ideal menurut W. P. Natipulu:

“Kemurnian idealisme, kebenaran, keterbukaan dalam menerima dan menyerap gagasan baru, semangat pengabdian spontanitas dan dinamikanya, keinginan untuk mewujudkan gagasan baru dan keteguhan janji, keinginan untuk menampilkan sikap dan kepribadian mandiri serta masih lengkapnya pengalaman untuk merelevansikan pendapat, sikap dan tindakan dengan kenyataan yang ada”.⁴⁵

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dewasa ini, memang sedikit banyak mempengaruhi sendi-sendi kehidupan masyarakat di antaranya para remaja. Dampak tersebut tentu saja menyangkut dua hal yakni positif dan negatif. Apabila dari para remaja tersebut memiliki benteng keteguhan iman dan takwa yang kuat serta didukung lingkungan yang kondusif tentunya dampak-dampak dari pengaruh globalisasi akan terserap terhadap dirinya dengan baik artinya sesuai dengan kebutuhannya mana yang baik dan diperlukannya dan mana yang buruk yang tidak diperlukan atau malah harus dihindari dan dibuang.

F. Problema Remaja dalam Pandangan Psikologi Agama

1. Problema Remaja

Masalah atau problema remaja sejalan dengan perkembangan jasmani yang cepat sebenarnya sangatlah banyak, ada yang mudah dipecahkan sendiri, ada kalanya sulit dipecahkannya, yang secara tidak langsung secara psikologis mempengaruhi aspek kejiwaannya. Secara garis besar, masalah yang dihadapi oleh kaum remaja, adalah sebagai berikut:

a. Masalah yang menyangkut jasmani

Pada awal remaja, ± umur 13 - 16 tahun, terjadi pertumbuhan jasmani yang cepat. Remaja mengalami pertumbuhan jasmani yang pesat dari kanak-kanak ke masa dewasa, demikian pula dengan perkembangan kelenjar dan hormon-hormon termasuk organ seks yang dikenal dengan masa puber atau baligh.

Maka apabila si remaja pada masa ini tidak diberi penjelasan tentang perkembangan dan perubahan fisiknya merupakan hal yang wajar, akan menimbulkan kegoncangan pada remaja tersebut.

⁴⁴ Hasan Basri, *Remaja Berkualitas* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994), 82.

⁴⁵ A. Tafsir et. al, *Cakrawala*, 300.

b. Masalah hubungan dengan orang tua

Yang sering menimbulkan kekecewaan remaja terhadap orang tua adalah: kurangnya pengertian orang tua terhadap perubahan yang sedang dilaluinya, cenderung memperlakukan seperti anak-anak, memperlakukannya dengan tidak tetap kadang-kadang diperlakukan seperti anak-anak tapi terkadang seperti orang dewasa. Selain itu juga keadaan keluarga yang mempengaruhi jiwa remaja, seperti kerukunan dan keharmonisan dalam keluarga.

Maka keadaan keluarga sangatlah mempengaruhi perkembangan jiwa remaja. Keluarga merupakan lapangan pendidikan pertama dan pendidiknya adalah kedua orang tua. Apabila orang tua kurang memperhatikan remaja yang sedang tumbuh dengan berbagai perubahan pada dirinya bukan tidak mungkin remaja tersebut akan keluar dari jalur yang seharusnya atau norma-norma.

c. Masalah agama

Perubahan cepat yang terjadi pada tubuh remaja disertai oleh dorongan-dorongan yang kadang-kadang berlawanan dengan nilai-nilai yang pernah didapatinya baik dari lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

Perasaan yang bermacam-macam berkecamuk dalam dirinya, menyebabkan semakin tidak tenang, gelisah, cemas, marah, sedih dan sebagainya. Kepercayaan kepada Tuhan kadang-kadang terganggu, sifat-sifat Tuhan diragukan, tapi ia memerlukan-Nya maka timbullah sikap ambivalensi.

Di satu pihak ia memerlukan agama untuk mengendalikan dorongan-dorongan dalam dirinya, tapi di pihak lain ia merasakan bahwa ketentuan dan hukum agama itu berat terutama apabila ia tidak mengerti maksud ajaran agama tersebut.

Maka pendidikan agama di sini sangat mempunyai peran yang penting. Selain itu tentunya peran lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat yang harus mampu mengendalikan permasalahan-permasalahan yang terjadi pada remaja. Juga peran para tokoh-tokoh agama untuk selalu memberi petunjuk-petunjuk agama dalam pembinaan remaja muslim tentunya tanpa meninggalkan ciri-ciri remaja dan sisi remaja zaman sekarang, artinya pendidikan tersebut diberikan sesuai dengan porsi dan kondisi remaja.

d. Masalah hari depan

Setelah masa remaja awal sudah dilaluinya, pertumbuhan kecerdasan dan jasmani telah selesai $\pm$ umur 16 - 17 tahun, maka dia telah seperti orang dewasa secara fisik. Dia mulai memikirkan hari depannya, sekolah dan pekerjaannya yang akan dilakukannya setelah selesai dari sekolah.

Dalam hal ini pendidikan juga sangat berpengaruh untuk mendorong remaja agar dapat hidup dan mencari kehidupan dengan kekuatan sendiri, apabila dari awal remaja sudah terarah untuk dapat hidup mandiri tanpa tergantung pada orang lain, maka ketrampilan hidup dan kejiwaan yang matang akan dimilikinya.

e. Masalah sosial

Remaja, yang telah berada pada masa remaja akhir $\pm$ umur 17 - 21 tahun, perhatiannya terhadap kedudukannya dalam masyarakat dan lingkungan, terutama lingkungan bergaulnya. Ia ingin diterima dan merasa sedih bila dikucilkan dari lingkungannya. Karena itu ia akan meniru apapun yang terdapat dalam komunitas lingkungan bergaul dengan teman-temannya. Terkadang masa remaja mendapat pilihan yang berat, apakah ia mematuhi orang tuanya dan meninggalkan teman-teman bergaulnya, atau sebaliknya.

Selain hal tersebut remaja akan merasa berguna dan dihargai dalam lingkungan masyarakat, bila ia mampu mengembangkan dan menonjolkan kelebihan dan kemampuannya dalam berbagai bidang, maka ia akan dapat hidup di lingkungan sosial dan bermasyarakat dengan baik.

f. Masalah akhlak

Belakangan ini kita sering melihat kenakalan remaja terjadi dimana-mana, dilihat dari segi kejiwaan keadaan seperti ini dapat tidak adanya ketenangan jiwa. Kegoncangan jiwa akibat kekecewaan cemas dan tidak puas terhadap kehidupan yang dilaluinya dapat menyebabkan ia menempuh berbagai model kelakuan dan kenalan-kenalan demi mencari ketenangan jiwa. Terutama untuk mereka yang kurang mendapatkan pendidikan agama dalam hidupnya.

Maka dengan mengadakan pembinaan akhlak akan terwujud remaja-remaja yang bertakwa kepada Allah dan cerdas serta sehat mental. Dengan pembinaan akhlak yang dapat langsung dipraktekkan, diharapkan mampu menyempurnakan nilai-nilai kemanusiaan sesuai dengan ajaran Islam, taat beribadah dan sanggup hidup bermasyarakat dengan baik.

Dari berbagai persoalan yang terjadi pada remaja, sebenarnya berkaitan dengan perkembangan usia yang mereka lalui dan tidak dapat dilepaskan dari pengaruh lingkungan dimana mereka hidup. Yang dalam hal ini, faktor penting yang memegang peranan dalam menentukan kehidupan remaja adalah *agama*. Lingkungan keagamaan atau menciptakan lingkungan agamis baik lembaga-lembaga pendidikan agama, rumah-rumah ibadah, maupun kegiatan-kegiatan keagamaan adalah sangat penting peranannya dalam pembinaan generasi muda.

Kaitannya dengan psikologi agama dalam pembentukan jiwa remaja, bila dilihat dari uraian di atas agama secara psikologis sangat berperan dalam proses pengembangan jiwa terutama jiwa keagamaannya.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Problema Remaja

Kegoncangan jiwa remaja terutama dalam jiwa keagamaannya dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu: *faktor internal* yang berkaitan dengan matangnya organ seks yang mendorong remaja untuk memenuhi kebutuhan tersebut namun di sisi lain ia tahu bahwa hal tersebut dilarang agama. selanjutnya, *faktor eksternal*, walaupun fitrah

beragama merupakan potensi yang mempunyai kecenderungan untuk berkembang. Namun hal tersebut tidak akan terjadi jika tidak ada faktor luar yang memberikan dorongan sehingga dapat berkembang dengan baik. Faktor-faktor tersebut yaitu:

a. Lingkungan keluarga

Merupakan lingkungan pertama dan utama bagi anak, maka peranan keluarga dalam perkembangan jiwa agama sangatlah dominan. Keluarga merupakan "*training centre*" bagi penanaman nilai-nilai (agama), sebagai pusat pendidikan untuk memperoleh pemahaman tentang nilai-nilai dan kemampuan untuk mengamalkan dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, baik secara personal maupun sosial masyarakat.

b. Lingkungan sekolah

Merupakan lembaga pendidikan formal yang mempunyai program yang sistemik dalam kaitannya dengan perkembangan jiwa agama sekolah mempunyai peranan yang terkait dengan pemahaman, pembiasaan mengamalkan ibadah, akhlak yang mulia.

c. Lingkungan masyarakat

Merupakan situasi kondisi interaksi sosial yang secara potensial berpengaruh terhadap perkembangan jiwa agama remaja.

Secara psikologis sejalan dengan perkembangan internal pada remaja dan faktor eksternal sebagai tripusat pendidikan. Hal ini sangatlah berpengaruh besar dalam proses perkembangan jiwa agama pada remaja. Apabila dari kedua faktor tersebut tidak dapat berperan baik pada kehidupan remaja maka bukan tidak mungkin remaja tersebut akan berperilaku buruk, menyimpang pada nilai-nilai adat (masyarakat) bahkan agama.

Di sini dapat dilihat bahwa pangkal permasalahan pada remaja adalah cepatnya perubahan nilai-nilai sebagai akibat dari pesatnya perkembangan ilmu dan teknologi yang mempunyai dampak positif dan negatif. Modernisasi, pergaulan bebas, obat-obat terlarang akan sangat cepat masuk pada diri remaja bila ia tidak mempunyai pegangan iman dan agama yang kuat. Sehingga ia mampu memilah (menyaring) apa yang terdapat di lingkungannya mana yang baik dan mana yang buruk, dan juga peran pembinaan dari orang dewasa di sekiranya sangatlah penting dalam pembentukan jiwa keagamaan remaja yang sempurna juga bagi kesehatan mental remaja tersebut, sehingga akan tercipta suasana dan lingkungan yang kondusif.

Pembinaan generasi muda (remaja) merupakan tanggung jawab kita bersama, yang terjadi dalam semua lingkungan hidup, dari keluarga, sekolah dan masyarakat. pembinaan tersebut mencakup semua aspek, baik jasmani, rohani dan sosial. pembinaan aspek rohani sangatlah penting karena mempengaruhi keseluruhan aspek kehidupan. Aspek rohani adalah agama yang terjalin dalam struktur kepribadian, sehingga dapat menjadi faktor penyerasi, penyeimbang dan penyelaras dalam kehidupan.

Dalam kehidupan remaja bila ada keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi-fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara individu dengan dirinya sendiri

dan lingkungan berdasar pada iman dan takwa serta bertujuan untuk mencapai hidup yang lebih baik dan bermakna maka remaja tersebut adalah remaja yang termasuk sehat mentalnya. Kondisi mental yang sehat dapat digambarkan sebagai berikut: (1) Adanya kemampuan individu (remaja) dalam menghadapi perubahan dan persoalan zaman (2) Mampu bersabar dalam menghadapi persoalan-persoalan hidup yang berat (3) Mampu bersikap optimis dan menganggap baik dalam menempuh kehidupan.

Karakteristik remaja yang sholih, yang meliputi *shalihul qalbi*, *shalihul 'aqli*, *shalihul 'amali* dan *shalihul jasadi*, merupakan cerminan dari sikap jiwa keagamaan remaja yang sempurna. Namun bukan tidak mungkin ada sisi-sisi problematik permasalahan remaja sejalan dengan perkembangan zaman yang semakin pesat.

G. Psikoterapi dalam Mengatasi Problema Remaja

Secara psikologis jika remaja diberi pembinaan dan bimbingan yang intensif dan berkesinambungan dalam segi keagamaan maka pola pikir dan jiwa remaja akan terarah yang membentuk pribadi-pribadi muslim. Hal tersebut adalah merupakan tanggung jawab kita bersama dalam membina remaja ke masa depannya. Dalam al-Qur'an disebutkan:

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۚ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۚ وَمَا لَهُمْ

مِنْ دُونِهِ ۚ مِنْ وَآلٍ ﴿١١﴾

Artinya: "Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia". (al-Ra'ad: 11)

Sesuai dengan firman Allah tersebut maka dalam membina dan mengubah suatu keadaan manusia (remaja) adalah dibebankan pada manusia, apabila manusia tidak ada usaha-usaha untuk mengubahnya maka Allah tidak akan mengubah keadaan manusia tersebut. Begitu pula keadaan remaja sekarang, terutama remaja yang tidak sehat mentalnya remaja yang sakit jiwanya, karena goncangan-goncangan dan emosi-emosi yang labil merupakan tanggung jawab dan amanah bagi kita semua untuk membina dan membimbing remaja tersebut ke keadaan yang lebih baik.

Dalam ilmu psikologi ada istilah *psikoterapi* yaitu pengobatan alam pikiran; perawatan gangguan psikis melalui metode psikologis. Dalam Islam psikoterapi disebut *syifa'* (obat) yang dapat menyembuhkan semua aspek penyakit jiwa dan hati manusia baik yang bersifat duniawi, ukhrawi maupun penyakit manusia modern. Psikoterapi jiwa dan hati tersebut ada lima macam, yaitu:

a. Membaca al-Qur'an

Membaca al-Qur'an dianggap sebagai terapi yang pertama dan utama, sebab didalamnya mengandung obat-obat yang mujarab yang dapat menyembuhkan

penyakit jiwa manusia. Tingkat kemujarabannya sangat tergantung seberapa jauh tingkat sugesti keimanan manusia tersebut. Sugesti yang dimaksud dapat diraih dengan mendengar dan membaca, memahami dan merenungkan, serta melaksanakan isi kandungannya, yang hal tersebut dapat menghantarkan manusia ke alam yang dapat menenangkan dan menyejukkan jiwanya. Seperti firman Allah SWT:

وَنُزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

Artinya “Dan kami turunkan dari al-Qur’an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan al-Qur’an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dholim selain kerugian”. (QS. Al-Isra’ : 82).

b. Melakukan shalat di waktu malam

Shalat yang dimaksud di sini bukan berarti shalat wajib dengan mengakhirkan shalat Isya’, namun yang dimaksudkan adalah shalat sunnah seperti shalat tahajjud, hajat, muthlak, tasbih, tarawih (khusus bulan Ramadhan) dan witr. Allah SWT berfirman:

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا ﴿٧٩﴾

Artinya: “Dan pada sebahagian malam hari bersembahyang tahajjudlah kamu sebagai suatu ibadah tambahan bagimu mudah-mudahan Tuhan mengangkat kamu ke tempat yang terpuji.” (Al-Isra’ : 79).

Shalat tahajjud memiliki banyak hikmah. Di antaranya: (1) setelah melakukan ibadah tambahan (*nafilah*), baik dengan shalat ataupun membaca al-Qur’an (2) memiliki kepribadian sebagaimana kepribadian orang-orang shalih yang selalu dekat (*taqarrub*) kepada Allah terhapus dosanya terhindari dari perbuatan munkar (3) Jiwanya selalu hidup mudah mendapatkan ilmu dan ketentraman (4) Do’anya diterima, dosanya mendapatkan ampunan dari Allah, diberi rizki yang halal dan lapang tanpa susah payah mencarinya (5) Sebagai ungkapan rasa syukur terhadap apa yang telah diberikan oleh Allah SWT. Melakukan shalat merupakan terapi psikis yang bersifat kuratif, preventif dan konstruktif.

c. Berkumpul (bergaul) dengan orang shalih

Maksudnya adalah orang yang mampu mengintegrasikan dirinya dan mampu mengaktualisasikan potensinya semaksimal mungkin dalam berbagai dimensi kehidupan. Ia tidak hanya baik terhadap dirinya, melainkan juga terhadap keluarga, masyarakat, hewan, tumbuhan, bahkan pada benda-benda mati. Ia berbuat baik sebab ia tahu bahwa Allah menciptakan semua makhluk memiliki rahasia tertentu. Jika seseorang dapat bergaul dengan orang shalih berarti ia dapat “berbagi rasa dan berbagi pengalaman”. Nasehat-nasehat yang shalih akan dapat memberikan terapi bagi kelainan atau penyakit jiwa seseorang.

d. Melaksanakan puasa

Maksud puasa di sini adalah menahan (*imsak*) diri dari segala perbuatan yang dapat meusak citra fitri manusia. Ada 2 kategori tentang pembagian puasa: *pertama*, puasa fisik yaitu menahan lapar, haus dan berhubungan dengan seks dari segala makanan, minuman atau bersetubuh. *Kedua*: puasa psikis, yaitu menahan hawa nafsu dari segala macam perbuatan maksiat, seperti menahan marah (*ghadap*), sombong (*takabbur*), dusta (*kizb*), serakah (*thama'*) dan lain-lain. Dalam al-Qur'an Allah berfirman:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنْ أَهْوَىٰ

Artinya: "... dan menahan diri demi keinginan hawa nafsu ..." (QS. al-Naziah: 40).

Hikmah dari puasa antara lain: (1) menjernihkan kalbu dan mempertajam pandangan, sehingga ia memiliki kecerdasan intelektual tinggi (2) Melembutkan kalbu sehingga mampu merasakan kenikmatan batin, (3) Menjauhkan perilaku hina dan sombong (4) Mengingatn jiwa akan cobaan dan azab dari Allah, (5) Memperlemah syahwat dan menahan nafsu amarah yang buruk, (6) Mempermudah seseorang untuk selalu tekun beribadah (7) Menyehatkan badan dan jiwa serta menolak penyakit.

e. Berzikir

Zikir dalam arti sempit memiliki makna menyebut asma-asma Allah yang agung dalam berbagai kesempatan. Allah berfirman:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ

Artinya: "Ingatlah kamu kepada-Ku, niscaya aku ingat (pula) kepadamu dan bersyukurlah kepadaku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat) Ku". (QS. al-Baqarah : 152).

Zikir dapat mengembalikan kesadaran seseorang yang hilang, sebab aktifitas zikir mendorong seseorang untuk mengingat, menyebut kembali hal-hal yang tersembunyi dalam hati manusia. Zikir juga mampu mengingatkan manusia bahwa yang membuat dan menyembuhkan penyakit adalah Allah SWT.

Melakukan zikir sama nilainya dengan terapi relaksasi, yaitu suatu bentuk terapi dengan menekankan upaya mengantarkan pasien bagaimana cara ia harus beristirahat dan bersantai-santai melalui pengurangan ketegangan dan tekanan psikologis.

Dari kelima terapi tersebut membaca al-Qur'an sebagai terapi yang pertama dan utama, sebab di dalamnya memuat resep-resep mujarab yang dapat menyembuhkan penyakit jiwa manusia.

Pembinaan dan bimbingan keagamaan pada remaja yang optimal dari semua pihak, niscaya dapat menghantarkan seseorang (remaja) pada pribadi yang sempurna. Tanpa pembinaan yang optimal kecenderungan untuk berbuat atau berperilaku menyimpang dari fitrahnya akan semakin terbuka.

Dari berbagai paparan di atas dapat ditarik suatu kejelasan bahwa secara kejiwaan pendidikan agama sangatlah berpengaruh besar dalam pembentukan jiwa remaja terutama jiwa keagamaannya. Berdasarkan pendekatan tersebut pengaruh agama dalam kehidupan remaja telah memberi kemantapan batin, rasa bahagia, rasa terlindungi dan rasa puas. Perasaan-perasaan positif tersebut yang lebih lanjut akan menjadi pendorong manusia (remaja) dalam bersikap dan berperilaku *akhlakul karimah*.

Pengaruh agama sebagai motivasi dalam mendorong individu untuk melakukan aktifitas, karena perbuatan yang dilakukan dengan latar belakang keyakinan, iman dan taqwa dinilai mempunyai unsur kesucian dan ketaatan. Agama juga sebagai pemberi harapan bagi seseorang, karena umumnya mereka melaksanakan perintah agama karena adanya suatu harapan dan keinginan terhadap Tuhannya.

Agama sangat berperan dalam segala aspek kehidupan manusia. Dalam diri remaja jika terjadi kurangnya transformasi atau didikan agama dan lemahnya mental seorang remaja akan mengakibatkan timbulnya berbagai lingkungan (keluarga, sekolah, masyarakat). Nilai-nilai agama menjadi penting untuk ditanamkan pada diri remaja sebagai pelindung diri dari pengaruh negatif.

Secara psikologis, remaja juga membutuhkan panutan, contoh (*uswah*) dari orang dewasa di sekitarnya, terutama dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Sehingga dengan *uswah* tersebut remaja dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, sejalan dengan bimbingan dari orang-orang dewasa di sekitarnya. Ada beberapa metode pendidikan dan pembinaan jiwa agama remaja, antara lain melalui: *pembiasaan, memberi nasehat, memberi perhatian*.

Maka pendidikan agama pada remaja merupakan alat bimbingan dan pembinaan yang ampuh bagi remaja, agama yang tertanam dan tumbuh sebagai fitrah dari Tuhan, akan dapat digunakan untuk mengendalikan dorongan-dorongan yang khas terjadi pada remaja serta membantunya dalam menghadapi berbagai masalah dan tantangan dalam kehidupan. Dengan kehidupan keagamaan yang sehat dan baik yang tertata dalam lingkungannya niscaya jiwa remaja tersebut akan terasa lebih tentram dan tenang tidak mudah goncang, walaupun banyak tertimpa kesukaran, ia dapat berdo'a dan bersyukur atas nikmat-nikmat-Nya.

Jika seorang manusia dapat melalui masa remajanya dengan wajar dan sempurna, dengan berpegang teguh pada nilai-nilai agama walaupun dalam kondisi jiwanya yang labil serta kemajuan modernisasi dengan berbagai intrik-intriknya maka ia akan mendapatkan nilai lebih baik dunia dan akhirat, ia akan merasa jiwanya tenang dan tentram dalam kehidupan dan keagamaannya.

Dalam melakukan terapi, masing-masing individu memiliki tingkat kualitas yang berbeda seiring pengetahuan, pengalaman dan pengamalan yang dimiliki. Meskipun

masing-masing individu telah menempuh cara-cara psikoterapi yang sama, boleh jadi memperoleh pengalaman psikologis yang berbeda. Tentunya hal itu mempengaruhi tingkat keberhasilan terapi yang diberikan. Perbedaan itu dapat dipahami, sebab dalam Islam adanya anugerah dan kekuatan agung di luar kekuatan manusia.

Kesimpulan

Dari beberapa penjelasan dan paparan yang terdapat pada bab-bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Psikologi agama merupakan cabang psikologi yang meneliti dan mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungan dengan pengaruh keyakinan terhadap agama yang dianutnya serta dalam kaitannya dengan fase perkembangan usia masing-masing manusia. Ruang lingkup psikologi agama secara lebih rinci mencakup dalam kesadaran beragama (*religious consciousness*) dan pengalaman agama (*religious experience*).
- b. Secara psikologis agama mempunyai peran besar pada rentang kehidupan manusia terutama pada fase usia remaja, dimana pada fase ini setiap orang dewasa pasti melaluinya yang merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, masa perubahan baik secara jasmani maupun rohani. Pada perkembangan fase ini peran agama sangatlah besar dalam pembentukan jiwa remaja terutama pada jiwa keagamaannya.
- c. Dalam pembentukan kejiwaan remaja agama sangat berperan penting, karena agama dapat mengurangi atau menghilangkan faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya konflik (gangguan) kejiwaan. Agama mempunyai daya preventif terhadap konflik-problema jiwa remaja. Agama juga dapat membantu dalam mengembalikan konflik kejiwaan dengan terapi-terapi keagamaan. Psikoterapi dalam psikologi agama dalam mengatasi problema-problema yang terjadi pada remaja antara lain dengan membaca al-Qur'an, melakukan shalat malam, berkumpul dengan orang shaleh, melaksanakan puasa dan berdzikir.

Daftar Pustaka

- A. Tafsir et al. *"Cakrawala Pemikiran Pendidikan Islam"* (Bandung: Mimbar Pustaka, 2004),
 Abdul Mujib, Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002),
 Bastaman, *Integrasi, Darajat, Remaja*
 Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Jakarta: Erlangga, 1980).
 Elvi Yuliani Rohmah, *Psikologi Perkembangan* (Ponorogo: Ponorogo Pers, 2005),
 H. M. Arifin M. Ed, *Kapita Selekta Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 1998)
 Hanna Djumhana Bastaman, *Integrasi Psikologi dengan Islam* (Yogyakarta: Insan Kamil, 1995)

- Hasan Basri, *Remaja Berkualitas* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1994),
- Jalaluddin Rahmat, *Psikologi Agama: Sebuah Pengantar* (Bandung: Mizan-Media Utama, 2003)
- Jalaluddin, Ramayulis, *Pengantar Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Kalam Mulia, 1998)
- Jalaluddin. *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003)
- M. Arifin, *Kapita Selekta Pendidikan* (Jakarta: Bumi Aksara, 1998)
- Nico Syakur Dister, *Pengalaman dan Motifasi Beragama* (Sindang Laga: LAPPENAS, 1981)
- Panut Panuju, Ida Umami, *Psikologi Remaja* (Yogyakarta: Tiara Wacana, 1999)
- Robert H. Thouless, *Pengantar Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2000)
- Syaikh M. Jamaluddin Mahfuzh, *Psikologi Anak dan Remaja Muslim* (Jakarta: Pustaka Kautsar, 2001)
- Syamsu Yusuf I. N, *Psikologi Belajar Agama* (Bandung: Pustaka Bani Quraisy, 2004)
- Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004),
- Zakiyah Darajat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1976),
- Zakiyah Darajat, *Pembinaan Remaja* (Jakarta: Bulan Bintang, 1975)
- Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1992)