

BAB 11

LANDASAN TEORI

A. Kajian agama

Dalam bab pertama kita telah memahami sesuatu bagian yang telah diperankan oleh agama dalam kehidupan masyarakat, dan sesuatu yang berbentuk sumbangan terhadap kepribadian individu. Kita melihat agama bersinggungan dengan titik kritis dalam pengalaman manusia. Kemudian kita melihat pula pengalaman pada titik kritis ini yang kita namakan keagamaan, yaitu yang ditandai oleh sifat khusus yang menimbulkan rasa hormat yang luhur dalam arti merupakan suatu pengalaman “yang suci”. Berdasarkan pandangan ini timbul pertanyaan: tidaklah agama itu sendiri merupakan suatu pengalaman titik kritis yang mendasar? Sekarang kita harus melihat lebih dekat lagi pada konsep “yang suci” (*the sacret*) dan titik kritis (*breaking points*) itu.

1. Agama sebagai fitrah manusia

Agama sebagai fitrah manusia telah diinformasikan oleh QS. Ar-Ruum: 30, sebagaimana firman-Nya:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ

ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya: “Maka hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Allah); tetapkanlah atas fitrah Allah yang telah menciptakan manusia menurut fitrah itu, tak ada perubahan pada fitrah Allah. (Itulah) agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tak mengetahuinya”.²⁰

Dalam Al-Qur’an dan terjemahannya Departemen Agama, dijelaskan bahwa fitrah Allah maksudnya ciptaan Allah. Manusia diciptakan Allah mempunyai naluri beragama, yaitu agama tauhid. Kalau ada manusia tak beragama tauhid, hal itu wajar. Mereka tak beragama tauhid hanyalah lantaran pengaruh lingkungan.

2. Tanda-tanda kesedihan

Tanda-tanda Kesedihan dalam Firman Allah, dalam QS. An-Nahl: 58-59 yaitu:

وَإِذَا بُشِّرَ أَحَدُهُم بِالْأُنثَىٰ ظَلَّ وَجْهُهُ مُسْوَدًّا وَهُوَ كَظِيمٌ ﴿٥٨﴾ يَتَوَارَىٰ مِنَ الْقَوْمِ

مِنْ سُوءِ مَا بُشِّرَ بِهِ ۚ أَيُمْسِكُهُ عَلَىٰ هُونٍ ۗ أَمْرٌ يَدُسُّهُ فِي التُّرَابِ ۗ أَلَا سَاءَ مَا

تَحْكُمُونَ ﴿٥٩﴾

Artinya: “Dan apabila seseorang dari mereka diberi kabar dengan (kelahiran) anak wanita, hitamlah (merah padamlah) mukanya, dan dia sangat marah. Ia menyembunyikan dirinya dari orang banyak, disebabkan buruknya

²⁰ Al-Qur’an dan Terjemah, QS. Ar-Ruum: 30.

berita yang disampaikan kepadanya. Apakah dia akan memeliharanya dengan menanggung kehinaan ataukah akan menguburkannya ke dalam tanah (hidup-hidup)? Ketahuilah, alangkah buruknya apa yang mereka tetapkan itu.”²¹

Syirik selalu diikuti dengan penyimpangan-penyimpangan persepsi tentang kehidupan dan makhluk hidup. Dari sana lahirlah penyimpangan dalam perilaku emosional. Ayat di atas menggambarkan kepada manusia sebuah peristiwa emosi kompleks terbalik. Kompleks, karena dia mengandung emosi keluh kesah, kesedihan, ketakutan akan kemiskinan, dan aib. Emosi-emosi ini tercakup dalam deskripsi Al-Qur'an. “*wa huwa kazhiim (dan dia sangat marah).*” Dan karena emosi-emosi ini begitu dahsyat mendera jiwa kaum musyrikin, emosi-emosi tersebut menjadikan seseorang dari mereka bermuka hitam (merah padam) akibat pengaruh emosi-emosi yang berbahaya ini atas jiwanya.

3. Cinta kepada Allah dan Rosul-Nya

Cinta adalah emosi perasaan yang mengarahkan perilaku individu ke arah diri orang yang dicintai atau sesuatu yang disukai. Ciri emosi ini bidangnya sangat banyak dalam jiwa manusia, khususnya pada fase remaja, di mana pada fase ini aspek perasaan intuisi remaja sangat luas dan objeknya beraneka ragam.

Cinta kepada Allah adalah tema cinta yang paling tinggi, mulia, dan sakral pada fase remaja. Pada tingkat berikutnya adalah cinta kepada Rosulallah, karena beliau membawakan kepada kita keterangan-keterangan yang jelas dari Tuhan kita, dan beliau berjuang untuk menyampaikan hidayah kepada kita. Sebagaiman firman Allah dalam surat At-Taubah: 128, yaitu:

²¹ Al-Qur'an dan Terjemah, *QS. An-Nahl: 58-59*.

لَقَدْ جَاءَكُمْ رَسُولٌ مِّنْ أَنْفُسِكُمْ عَزِيزٌ عَلَيْهِ مَا عَنِتُّمْ حَرِيصٌ عَلَيْكُمْ

بِالْمُؤْمِنِينَ رَءُوفٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢٨﴾

Artinya: “Sungguh telah datang kepadamu seorang Rasul dari kaummu sendiri, berat terasa olehnya penderitaanmu, sangat menginginkan (keimanan dan keselamatan) bagimu, amat belas kasihan lagi Penyayang terhadap orang-orang mukmin.”²²

Remaja, pada fase ini, ruang lingkup pergaulan sosialnya meluas, dan dia berusaha memperluas jangkauan hubungan-hubungannya dengan orang ini dan itu. Didalam hatinya dia berkeinginan kuat untuk memperoleh kesempatan yang memungkinkannya untuk melaksanakan kewajiban terhadap orang lain. Dengan itu dia bermaksud menegaskan kepada anggota masyarakat di sekitarnya bahwa dia bukan lagi seorang bocah kecil, melainkan telah menjadi seorang dewasa. Hanya saja, perilaku ini, kalau tidak diarahkan secara islami, terkadang mendorong remaja untuk bersikap angkuh dan sombong.

Dari sini terlihat urgensi pendidikan dan pengarahan emosi cinta pada fase remaja; dengan mengarahkan kepada Allah dan Rosul-Nya. Pendidikan ini merupakan sabuk pengaman pada fase remaja dan fase-fase umur berikutnya. Dan selanjutnya, emosi-emosi cinta yang lain pada si remaja pun menjadi bersih, sehingga dia berlaku lurus dalam cintanya kepada dirinya sendiri, kepada

²² Al-Qur'an dan Terjemahan, QS. At-Taubah: 128.

ayahnya, ibunya, saudara-saudaranya, dan kepada istrinya di kemudian hari. Dia juga akan tetap bersikap lurus dalam cintanya kepada anggota keluarganya dan kepada seluruh manusia. Dia juga akan bersikap lurus dalam cintanya kepada harta dan berbagai jenis kesenangan yang lain. Dia tidak bersikap berlebihan atau melampaui batas kewajaran dalam semua itu sebab akan membuka pintu kejahatan.

Cinta kepada Allah dengan tingkatan di atas merupakan tanda adanya iman yang benar kepada Allah dan perasaan yang maju dengan panasnya kerinduan untuk menunaikan amal yang diridhai-Nya dan menjauhkan dari murka-Nya.

B. Kajian Psikologi Agama

Psikologi membahas motivasi beragama atau penyebab yang mendorong maupun menarik manusia menganut suatu agama berdasarkan dinamika psikologis serta peranan fungsi kejiwaan dalam perilaku keagamaan. Pembahasan mengenai agama sebagai salah satu metode psikoterapi, tidak akan terlepas dari kehidupan motivasi beragama. Psikologi sebagai sains tidak mampu menganalisis penyebab yang paling mendasar dan tingkah laku keagamaan, karena analisis psikologis itu terbatas pada fakta empiris.

Teori-teori fisiologis, instink, konflik, frustasi baik disebabkan faktor biologis, psikologis, sosial, kematian maupun frustasi moral atau teori psikologi lainnya mengenai penyebab perilaku keagamaan hanya mampu menerangkan motivasi beragama secara fungsional.²³ Artinya teori-teori tersebut menerangkan

²³ H. Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama, Kepribadian Muslim Pancasila* (Bandung: Sinar Baru Algensindo, Desember 1987), 174.

perilaku keagamaan berdasarkan peranan dan kegunaan agama bagi kehidupan psikis manusia yaitu:

1. Sebagai efek, akibat atau kelanjutan proses kimiawi dan faali tubuh;
2. Penyaluran suatu instink;
3. Pelarian untuk mengatasi konflik;
4. Jawaban atau pemenuhan kebutuhan yang tidak terpuaskan karena ada nya frustasi yang dialami manusia pada berbagai bidang kehidupannya.

Manusia bertingkah laku keagamaan karena ia mengalami frustasi dan berusaha untuk mengatasinya.²⁴

Agama sebagai suatu sikap terhadap yang suci, tidak mempunyai sasaran atau tujuan yang ekstrinsik dalam dirinya. Sikap yang ditanamkan oleh simbol-simbol yang mewakili hal suci ini merupakan salah satu rasa hormat yang luhur. Sikap inilah yang merupakan salah satu “kekaguman”. Ritual keagamaan tidak hanya dilakukan untuk mencapai sesuatu tetapi juga untuk mengungkapkan suatu sikap. Seperti dinyatakan Van der Leeuw, kekaguman, sekali dilakukan, akan “berkembang menjadi ibadah”. Jadi lewat pengalaman dengan yang suci ini lahir suatu sikap dan seperangkat praktek. Sebagaimana dinyatakan William James, agama adalah suatu “perasaan, perbuatan dan pengalaman,” dan dari sinilah lahirlah sebagai tambahannya “teologi, filsafat, dan organisasi gereja”.²⁵

Pengalaman keagamaan dapat merupakan pengalaman kerohanian, orang mengalami dunia sampai pada batasnya seakan-akan menyentuh apa yang berada disebelah duniawi atau yang di luar profan. Pengalaman beragama yang khas itu

²⁴ Ibid., 176.

²⁵ Thomas F. O’Dea, *Sosiologi Agama, Suatu Pengenalan Awal* (Jakarta: Rajawali Pers, April 1985), 36.

merupakan tanda adanya Tuhan dan sifat-sifat-Nya. Akan tetapi karena pengalaman itu dirasakan oleh manusia, maka sering kali pengalaman yang kudus bercampur dengan hal-hal yang duniawi sehingga kekudusannya menjadi dangkal. Kesyahduan memandang Ka'bah, kelezatan bergelantungan di *Multazam*, kekhususan shalat atau keasyikan bertawaf merupakan pengalaman keagamaan yang kudus. Kekudusan pengalaman non-Illahi itu akan menjadi dangkal dengan timbulnya kesadaran bahwa Ka'bah itu bangunan batu berbentuk kubus dan gantungan di Multazam adalah tambang Ka'bah dan *kiswah*.²⁶

Seorang Sarjana Swiss, Edmund Rochdieu, berbicara tentang "struktur sentimen keagamaan yang kompleks yang menyertai ketergantungan kepada hal yang suci". Di sini ia kembali menggunakan kekaburan yang sama seperti ditekankan oleh Durkheim dan Otto. Yang suci itu menimbulkan perasaan yang secara simultan ditandai oleh teror dan daya tarik, ketakutan dan cinta, horor dan pesona; dan di sana juga ada suatu perasaan keyakinan pada penganutnya bahwa ia terperangkap dan terbungkus dalam suatu nasib di luar jangkauan.²⁷

Jelaslah bahwa semua analisa ini menunjuk pada titik kritis yang khas dengan hal biasa atau dunia sehari-hari, suatu masalah yang sangat inti dalam pengalaman keagamaan. Dalam pengkajian tentang hal suci atau hal kudus, dan tentang fenomena kharisma, kita telah mengkaji suatu aspek penting dalam pengalaman keagamaan. Dalam pengalaman keagamaan manusia memberikan tanggapan terhadap hal yang luar biasa, kekuasaan, spontanitas, kreativitas.

²⁶ *ibid*, 185.

²⁷ Edmund Rochdieu, "Affective Dynamism and Religious Sentiment," *Cross Currents* (Spring-Summer 1954) 4: 223-235. Sebagaimana dikutip dalam bukunya Thomas F. O'Dea, *Sosiologi Agama, Suatu Pengenalan awal* (Jakarta: Rajawali Pers, April 1985).

Tanggapan manusia ditandai oleh adanya penghormatan yang dalam dan daya tarik yang besar.

Dari pengalaman keagamaan ini lahirlah bentuk-bentuk pemikiran, perasaan, tindakan dan hubungan yang stabil. Kita telah mengambil langkah pertama dalam memahami pengalaman keagamaan, suatu pengalaman tentang hal suci atau hal kudus, dan tanggapan khas yang diberikan manusia terhadapnya yaitu menghormati dan penuh kagum. Dengan cara ini kita telah memulai pembicaraan tentang titik kritis yang berada pada inti masalah agama.²⁸

1. Kesadaran Beragama

Orang dewasa yang sudah berumur 45 tahun belum tentu memiliki kesadaran beragama yang mantap, bahkan mungkin kepribadiannya masih belum dewasa atau masih "*immature*". Umur kalender atau umur seseorang yang menggunakan ukuran waktu almanak belum tentu sejalan dengan kedewasaan kepribadiannya, kematangan mental atau kematangan kesadaran beragama. Banyak orang yang melewati umur 25 tahun, yang berarti telah dewasa menurut kalender, namun kehidupan agamanya masih belum matang.

Ada pula remaja yang berumur di bawah 23 tahun telah memiliki kesadaran beragama yang cukup dewasa. Pada orang dewasa masih sering ditemukan ciri-ciri kesadaran beragama yang hanya mencapai fase anak-anak. Tercapainya kematangan kesadaran beragama seseorang bergantung pada

²⁸ Ibid., 44.

kecerdasan, kematangan alam perasaan, kehidupan motivasi, pengalaman hidup, dan keadaan lingkungan sosial budaya.²⁹

Pengertian kesadaran beragama dalam tulisan ini meliputi rasa keagamaan, pengalaman ke-Tuhanan, keimanan, sikap dan tingkah laku keagamaan, yang terorganisasi dalam sistem mental dari kepribadian. Karena agama melibatkan seluruh fungsi jiwa raga manusia, maka kesadaran beragama pun mencakup aspek-aspek afektif, konatif, kognitif dan motorik. Keterlibatan fungsi afektif dan konatif terlihat di dalam pengalaman ke-Tuhanan, rasa keagamaan dan kerinduan kepada Tuhan. Aspek kognitif nampak dalam perbuatan dan gerakan tingkah laku keagamaan. Dalam kehidupan sehari-hari, aspek-aspek tersebut sukar dipisahkan karena merupakan suatu sistem kesadaran beragama yang utuh dalam kepribadian seseorang.

2. Kesadaran Beragama pada Masa Remaja

Selaras dengan jiwa remaja yang berada dalam transisi dari masa anak-anak menuju kedewasaan, maka kesadaran beragama pada masa remaja berada dalam keadaan peralihan dari kehidupan beragama anak-anak menuju kemantapan beragama. Di samping keadaan jiwanya yang labil dan mengalami kegoncangan, daya pemikiran abstrak, logik, dan kritik mulai berkembang. Emosinya semakin berkembang, motivasinya mulai otonom dan tidak dikendalikan oleh dorongan biologis semata. Keadaan jiwa remaja yang demikian itu nampak pula dalam kehidupan agama yang mudah goyah, timbul kebimbangan, kerisauan dan konflik batin. Di samping itu remaja mulai menemukan pengalaman dan penghayatan ke-

²⁹ H. Abdul Aziz Ahyadi, *Psikologi Agama, Kepribadian Muslim Pancasila* (Bandung: Sinar Baru Algensindo, Desember 1987), 37.

Tuhanan yang bersifat individual dan sukar digambarkan kepada orang lain seperti dalam pertobatan.

Ciri-ciri kesadaran beragama yang menonjol pada masa remaja adalah:

a) Pengalaman ke-Tuhanannya makin bersifat individual

Remaja makin mengenal dirinya. Ia menemukan “diri”nya bukan hanya sekadar badan jasmaniyah, tetapi merupakan suatu kehidupan psikologis rohaniyah berupa “Pribadi”. Remaja bersifat kritis terhadap dirinya sendiri dan segala sesuatu yang menjadi milik pribadinya. Ia menemukan pribadinya terpisah dan pribadi-pribadi lain dan terpisah pula dari alam sekitarnya. Pemikiran, perasaan, keinginan, cita-cita dan kehidupan psikologis rohaniyah lainnya adalah milik pribadinya. Penghayatan penemuan diri pribadi ini dinamakan “individuasi”, yaitu adanya garis pemisah yang tegas antara diri sendiri dan bukan diri sendiri, antara aku dan bukan aku, antara subjek dan dunia sekitar.

Penemuan diri pribadinya sebagai sesuatu yang berdiri sendiri menimbulkan rasa kesepian dan rasa terpisah dan pribadi lainnya. Dalam rasa kesendiriannya, si remaja memerlukan kawan setia yang mampu menampung keluhannya, melindungi, membimbing, mendorong dan memberi petunjuk jalan yang dapat mengembangkan kepribadiannya. Pribadi yang demikian sempurna itu sukar ditemukan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pencariannya itu si remaja mungkin menemukan tokoh ideal, akan tetapi tokoh ideal ini pun tidak sempurna. Akhirnya si remaja mencari ke dunia, ideal, dunia filosofis, dan cita-cita.

b) Keimanannya makin menuju realitas yang sebenarnya

Gambaran tentang dunia pada masa remaja menjadi lebih luas dan lebih kaya, karena tidak saja meliputi realitas yang fisik, tetapi mulai melebar ke dunia dalam yang psikis dan rohaniyah. Ia mulai mengerti bahwa kehidupan rohaniyah itu mempunyai sifat dan hukum tersendiri dan merupakan satu dunia yang tidak dapat disamakan begitu saja dengan dunia fisik yang mempunyai dimensi ruang. Ia mulai memiliki pengertian yang diperlukan untuk menangkap dan mengolah dunia rohaniyah. Ia menghayati dan mengetahui tentang agama dan makna kehidupan beragama. Ia melihat adanya bermacam-macam filsafat dan pandangan hidup. Hal ini dapat menimbulkan usaha untuk menganalisis pandangan agamanya serta mengolahnya dalam perspektif yang lebih luas dan kritis.

Dengan berkembangnya kemampuan berpikir secara abstrak, si remaja mampu pula menerima dan memahami ajaran agama yang berhubungan dengan masalah gaib, abstrak dan rohani, seperti kehidupan alam kubur, hari kebangkitan, sorga, neraka, bidadari, malaiat, jin, syetan, dan sebagainya.

c) Peribadatan mulai disertai penghayatan yang tulus

Agama adalah pengalaman dan penghayatan dunia dalam seseorang tentang ke-Tuhanan disertai keimanan dan peribadatan. Pengalaman ke-Tuhanan merupakan energi pendorong tingkah laku keagamaan, keimanan, merupakan pengarah dan penuntun tingkah laku itu, sedangkan peribadatan merupakan realisasi dan pelaksanaan agama. Sebenarnya ketiga aspek agama itu saling pengaruh mempengaruhi.

Beribadah, berarti melaksanakan semua perintah Tuhan sesuai dengan kemampuan dan meninggalkan seluruh larangan-Nya dengan niat yang ikhlas.

Unsur niat atau kesengajaan merupakan salah satu penentu berpahala tidaknya perbuatan dan tingkah laku sehari-hari. Tingkah laku keagamaan yang tidak disertai niat atau tanpa kesadaran beragama bukanlah ibadah. Sebaliknya tingkah laku sosial dan pekerjaan sehari-hari, apabila disertai niat karena Allah adalah termasuk ibadah.

Dalam sistem mental kesadaran beragama tercakup pula kesadaran akan norma-norma agama. Sejalan dengan keadaan jiwa remaja yang labil, maka nilai-nilai dan norma-norma yang ada pada dirinya ikut mengalami kegoncangan dan perubahan.

Pada masa remaja dimulai pembentukan dan perkembangan suatu sistem moral pribadi sejalan dengan pertumbuhan pengalaman keagamaan yang individual. Melalui kesadaran beragama dan pengalaman ke-Tuhanan akhirnya remaja akan menemukan Tuhan-nya, yang berarti menemukan kepribadiannya. Ia pun akan menemukan prinsip dan norma pegangan hidup, hati nurani, serta makna dan tujuan hidupnya. Kesadaran beragamanya menjadi otonom, subjektif dan mandiri, sehingga sikap dan tingkah lakunya merupakan pencerminan keadaan dunia dalamnya, penampilan keimanan dan kepribadian yang mantap.

C. Fungsi Agama

Menurut Hendropuspito, agama adalah suatu jenis sistem sosial yang dibuat oleh penganut-penganutnya yang berproses pada kekuatan-kekuatan non-empiris yang dipercayai dan didayagunakannya untuk mencapai keselamatan bagi mereka dan masyarakat luas umumnya.³⁰ Dalam kamus Sosiologi, pengertian

³⁰ D. Hendropuspito O.C, *Sosiologi Agama*, Penerbit Kanisius, Yogyakarta, 1998, 34.

agama ada tiga macam, yaitu: 1) Kepercayaan pada hal-hal yang spiritual; 2) Perangkat kepercayaan dan praktik-praktik spiritual yang dianggap sebagai tujuan tersendiri; dan 3) Ideologi mengenai hal-hal yang bersifat supranatural.³¹

D. Emosi Keagamaan

Al-Qur'an dan as-Sunnah mengandung banyak sekali tanda-tanda yang dapat dipakai untuk menunjukkan jenis emosi dan seberapa jauh kekuasaannya atas jiwa, kuat atau lemah. Tanda-tanda ini secara keseluruhan mengandung tanda-tanda emosi jiwa yang asasi, seperti tanda-tanda kegembiraan pada saat terjadi sesuatu yang disukai jiwa, dan tanda-tanda yang menunjukkan berpaling ketika terjadi sesuatu yang dibenci atau tidak disenangi jiwa dalam berbagai kondisi.³² Sementara itu, Thomas F. O'Dea mengatakan bahwa agama adalah pendayagunaan sarana-sarana supra-empiris untuk maksud-maksud non-empiris atau supra-empiris.³³

Dari beberapa definisi di atas, jelas tergambar bahwa agama merupakan suatu hal yang dijadikan sandaran penganutnya ketika terjadi hal-hal yang berada di luar jangkauan dan kemampuannya karena sifatnya yang supra-natural sehingga diharapkan dapat mengatasi masalah-masalah yang non-empiris.

Adapun yang dimaksud dengan fungsi agama adalah peran agama dalam mengatasi persoalan-persoalan yang timbul di masyarakat yang tidak dapat dipecahkan secara empiris karena adanya keterbatasan kemampuan dan

³¹ Soerjono Soekanto, *Kamus Sosiologi*, PT. Raja Grafindo Persada, Jakarta, 1993, 430.

³² M. Sayyid Muhammad Az-Za'Balawi, *Pendidikan Remaja antara Islam dan Ilmu Jiwa* (Jakarta: Gema Insani, 2007), 292.

³³ *Ibid.*,

ketidakpastian. Oleh karena itu, diharapkan agama menjalankan fungsinya sehingga masyarakat merasa sejahtera, aman, dan sebagainya.

Thomas F. O'Dea menuliskan enam fungsi agama, yaitu 1) Sebagai pendukung dan pelipur lara, 2) sarana hubungan transendental melalui pemujaan dan upacara ibadat, 3) penganut norma-norma dan nilai-nilai yang sudah ada, 5) pemberi identitas diri, dan 6) pendewasaan agama.³⁴ Fungsi agama yang dijelaskan Hendropuspito lebih ringkas lagi, tetapi intinya hampir sama. Menurutnya, fungsi agama itu adalah edukatif, penyelamatan, pengawasan sosial, memupuk persaudaraan.³⁵

Emosi tersebut dikatakan terbalik, karena terjadi tidak seperti kebiasaan yang lumrah. Sebab, seharusnya berita itu membangkitkan rasa gembira dan suka cita dengan kelahiran anak, bukan perasaan sedih dan murung.

1. Emosi Menurut Psikologi

Menurut English and English, emosi adalah "A complex feeling state accompanied by characteristic motor and glandular activities" (suatu keadaan perasaan yang kompleks yang disertai karakteristiknya kegiatan kelenjar dan motoris). Sedangkan Sarlito Wirawan Sarwono berpendapat bahwa emosi merupakan "setiap keadaan pada diri seseorang yang disertai warna afektif baik pada tingkat lemah (dangkal) maupun pada tingakat yang luas (mendalam)."³⁶

a) Definisi Emosi

³⁴ Ibid.,

³⁵ Hendropuspito, *Sosiologi Agama*, Penerbit Kanisius, Yogyakarta, 1998, 38-57.

³⁶ H. Syamsul Yusuf LN., *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, Cetakan ke-1 s.d. 9, Th. 2000 s.d 2008), 114.

Crow and Crow mengartikan bahwa emosi merupakan “suatu keadaan yang bergejolak pada diri individu yang berfungsi atau berperan sebagai inner adjustment (penyesuaian dari dalam) terhadap lingkungan untuk mencapai kesejahteraan dan keselamatan individu”.³⁷

b) Tanda-tanda Ekstrinsik Emosi

Tanda-tanda ekstrinsik terlihat dalam bentuk gemetar hebat yang mengiringi rasa takut, marah, insomnia. Juga terjadi ketika seseorang tertawa gembira, menangis sedih, muntah karena jijik, atau cemberut karena marah. Demikianlah, adakalanya seseorang merespon emosi-emosinya dengan respon suara yang umum, dengan berteriak, mengaduh, atau mengucapkan kata-kata yang menunjukkan jenis-jenis emosinya, yang mencerminkan kesakitannya, kesedihannya, kebahagiaannya, atau kegembiraannya.³⁸

J.B. Watson menyatakan bahwa manusia mempunyai 3 (tiga) emosi dasar, yaitu:

- 1) “*Fear*” (takut), yang dalam perkembangan selanjutnya bisa menjadi “*anxiety*” (cemas).
- 2) “*Rage*” (kemarahan), yang akan berkembang antara lain menjadi “*anger*” (marah).
- 3) “*Love*” (cinta), yang akan menjadi simpati.

Selanjutnya R. Descartes juga mengemukakan emosi-emosi dasar sebanyak 6 (enam) macam:

- 1) “*desire*” (keinginan)

³⁷ E. Usman Efendi Junahaya, S. Praja, *Pengajaran Psikologi* (Bandung: Angkasa, 1984), 81.

³⁸ *Ibid.*,

- 2) "hate" (benci)
- 3) "sorrow" (kesedihan)
- 4) "love" (cinta)
- 5) "wonder" (kagum)
- 6) "joy" kegembiraan³⁹

Jenis-jenis emosi dan dampaknya pada perubahan fisik

No.	Jenis Emosi	Perubahan Fisik
1.	Terpesona	Reaksi elektris pada kulit
2.	Marah	Peredaran darah bertambah cepat
3.	Terkejut	Denyut jantung bertambah cepat
4.	Kecewa	Bernapas panjang
5.	Sakit/marah	Pupil mata membesar
6.	Takut/tegang	Air liur mengering
7.	Takut	Berdiri bulu roma
8.	Tegang	Terganggu pencernaan, otot-otot menegang atau bergetar (<i>tremor</i>) ⁴⁰

c) Tanda-tanda Intrinsik Emosi

Tanda-tanda instrinsik organis tampak pada detak jantung yang cepat, tekanan darah yang naik, pernapasan yang memburu, dan fungsi sistem pencernaan yang kacau yang berupa sembelit, mencret, perubahan aliran elektrik tubuh, keringnya mulut akibat penyempitan pembuluh-pembuluh darah. Kekacauan-kekacauan intrinsik ini sebabnya adalah kerusakan fungsi

³⁹ E. Usman Efendi Junahaya, S. Praja, *Pengajaran Psikologi* (Bandung: Angkasa, 1984), 82.

⁴⁰ *Ibid.*, 116.

sistem saraf yang berpengaruh terhadap mayoritas fungsi-fungsi bagian tubuh lainnya.⁴¹

2. Teori-teori Emosi

Canon Bard merumuskan teori tentang pengaruh fisiologis terhadap emosi. Teori ini menyatakan bahwa situasi menimbulkan rangkaian pada proses syaraf. Suatu situasi yang saling mempengaruhi antara *thalamus* (pusat penghubung antara bagian bawah otak dengan susunan urat syaraf di satu pihak dan alat keseimbangan atau cerebellum dengan *Cerebral Cortex* (bagian otak yang terletak didekat permukaan sebelah dalam dari tulang tengkorak, suatu bagian yang berhubungan dengan proses kerjanya pada jiwa taraf tinggi, seperti berpikir).⁴²

Menurut teori James dan Lange, bahwa emosi itu timbul karena pengaruh perubahan jasmaniah atau kegiatan individu. Misalnya, menangis itu karena sedih, tertawa itu karena gembira, lari itu karena takut, dan berkelahi itu karena marah.

Lindsley mengemukakan teorinya yang disebut "Activation Theory" (teori penggerakan). Menurut teori ini emosi disebabkan oleh pekerjaan yang terlampau keras dari susunan syaraf terutama otak. Contohnya, apabila individu mengalami frustrasi, susunan syaraf bekerja sangat keras yang menimbulkan sekresi kelenjar-kelenjar tertentu yang dapat mempertinggi pekerjaan otak, maka hal itu menimbulkan emosi.

John B. Waston mengemukakan bahwa ada tiga pola dasar emosi, yaitu takut, marah, dan cinta (*fear, anger, and love*). Ketiga jenis emosi tersebut

⁴¹ Ibid.

⁴² Ibid., 117.

menunjukkan respons tertentu pada stimulus tertentu pula, tetapi kemungkinan terjadi pula modifikasi (perubahan).⁴³

Ada dua macam pendapat tentang terjadinya emosi. pendapat yang nativistik mengatakan, bahwa emosi pada dasarnya merupakan bawaan sejak lahir. Sedangkan pendapat yang empiristik mengatakan bahwa emosi dibentuk oleh pengalaman dan proses belajar. Penganut paham nativistik adalah Rena Descartes. Ia mengatakan bahwa sejak lahir manusia telah mempunyai enam emosi dasar, yaitu: Cinta, Kegembiraan, Keinginan, Benci, Sedih, dan Kagum.⁴⁴

3. Kajian tentang Beberapa Emosi

Dalam hal objeknya, ketakutan pada fase remaja bisa remaja bisa kita golongkan ke dalam beberapa kriteria utama berikut:

a) Ketakutan yang berkaitan dengan sekolah

Misalnya, takut kepada ujian, tidak bisa mengerjakan PR, kemungkinan dikeluarkan dari sekolah, ejekan guru dan teman-teman. terpaksa ikut dalam suatu diskusi atau terpaksa menyampaikan ceramah.

Remaja adalah anak yang sedang mengalami pertumbuhan. Fisik, mental, dan akalnya berkembang dengan amat cepat. Tanda-tanda pertumbuhan menarik remaja untuk memikirkan masa depannya, tentang akan jadi apa dia supaya diterima oleh komunitas orang dewasa. Oleh karena itu, daya khayalnya pada fase ini sangat luas, sementara intelektualitasnya barangkali tidak memungkinkannya untuk mengontrol khayalan ini dan membatasi cita-citanya. Karena itu, ketakutannya

⁴³ Ibid., 118

⁴⁴ Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi suatu pengantar dalam perspektif Islam* (Jakarta: Kencana, 2008), 166.

banyak sekali, sesuai dengan jarak antara kenyataan dan gambaran indah yang dia inginkan dan dia lukiskan di dalam jiwanya.

Ketakutan yang berkaitan dengan sekolah dan pendidikan menempati posisi pertama dari ketakutan-ketakutan remaja, karena pendidikan dianggap sebagai landasan kuat bagi masa depan yang cerah.

Takut kepada ujian masih saja umum di lingkungan pendidikan pada segala tingkat. Murid-murid SMP dan SMU takut kepada ujian. Kita lihat, murid yang rasa takutnya hebat, mengalami kebingungan yang membuatnya tidak bisa menjawab. Tanda-tanda luar pun tampak padanya, seperti keringat, wajah yang pucat, lemahnya kontrol yang terlihat kacau, dan tanda luar lainnya yang menunjukkan perasaan takut.

Pendidikan Islam ingin membiasakan murid sejak kanak-kanak untuk tidak menunda-nunda kewajiban sehari-hari, yaitu dengan mendidiknya untuk menunaikan shalat lima waktu pada waktu do'a *fadhilah* (setelah adzan) atau pada waktu mudah, dan tidak menundanya hingga menjelang masuknya shalat berikutnya. Dengan begitu, terpecahkanlah masalah utama dalam ketakutan-ketakutan yang berkaitan dengan sekolah, yaitu menunda atau mengabaikan kewajiban-kewajiban sekolah (PR).⁴⁵

b) Ketakutan yang berkaitan dengan akhlak

⁴⁵ *ibid*, 290.

Ketakutan ini terlihat dalam bentuk perasaan bersalah ketika melakukan perbuatan dosa, juga dalam bentuk ketakutan terjerumus ke perbuatan rendah yang dilakukan oleh teman-temannya.

Ketakutan moral remaja disebabkan oleh perasaan berdosa setelah melakukan pelanggaran-pelanggaran syariat. Dia takut kalau kerusakan itu membawanya jauh tersesat. Introspeksi moral pada remaja ini perlu dididik dan diarahkan untuk menciptakan keseimbangan antara jiwanya dengan realitas sosial.⁴⁶

Pendidikan Islam membebaskan remaja, dan manusia pada umumnya, dari perasaan berdosa, dengan mengajarnya bahwa Allah menerima tobat hamba-hamba-Nya dan mengampuni kesalahan, sebagai karunia dan rahmat dari-Nya. Dan, Allah Maha perkasa lagi Mahabijaksana.

E. Pengalaman dalam Tesis Psikologi (Tokoh Psikologi Sigmund Freud)

Sigmund Freud adalah tokoh pendiri psikoanalisa. Rentang tahun-tahun kehidupannya merupakan masa kemajuan intelektual kedua di dunia Barat, yaitu antara tahun 1830 M sampai dengan 1914 M. Di antara ciri yang menonjol dari epistemologi keilmuan pada kemajuan intelektual kedua ini di dunia Barat adalah empirisme diterima sebagai satu-satunya sumber yang berharga bagi ilmu pengetahuan. Jelasnya, bahwa kebenaran yang diakui sebagai kebenaran adalah

⁴⁶ *ibid*, 292.

jika dapat dibuktikan secara fisik dan empirik. Berdasarkan itu, maka sumber kebenaran adalah pengalaman.⁴⁷

Sigmund Freud, dalam teori Psikoanalisa, juga membicarakan masalah perilaku beragama berdasarkan epistemologi Psikoanalisa. Tulisan ini akan membahas dan menganalisis bagaimana pandangan Sigmund Freud tentang perilaku beragama. Pandangannya tersebut, tentu banyak dipengaruhi oleh kondisi perkembangan intelektual pada masanya.

Persoalan perilaku beragama banyak dibahas Sigmund Freud dalam karyanya yang berjudul *The Future of An Illusion*. Bagi Freud, agama berasal dari ketidak berdayaan manusia melawan ketentuan-ketentuan alami luar dan kekuatan naluri yang terdapat dalam dirinya sendiri.⁴⁸ Agama dalam tahap perkembangan awal manusia, timbul tatkala manusia belum mampu mempergunakan rasionya, maka manusia mengatasinya dengan cara menekan dan mengontrol hal-hal yang tidak sanggup diatasi oleh rasio tersebut.

Dalam proses ini, manusia mengembangkan apa yang disebut Freud dengan *illusion* (ilusi) yaitu keadaan yang berasal dari pengalaman pribadi pada waktu kecil atau masa kanak-kanak.

Demikianlah menurut Freud, agama tidak lain merupakan *repetition of the experience of the child* yaitu pengulangan pengalaman masa kanak-kanak. Manusia mengatasi kekuatan yang mengancam dirinya dengan cara yang ditempuh oleh anak kecil. Mereka belajar mengatasi ancaman terhadap dirinya

⁴⁷ Baharuddin, *Aktualisasi Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Juni 2005), 97.

⁴⁸ *Ibid.*, 116.

dengan cara mempercayai, mengagumi, dan mentaati peraturan dan larangan ayahnya.⁴⁹

Menurut Freud, agama itu berasal dari ketidakmampuan (*helpesness*), manusia menghadapi kekuatan alam dalam dirinya. Munculnya agama pada tingkat perkembangan manusia yang pertama, di saat manusia belum mampu menggunakan akalinya untuk mengurus kekuatan yang ada di luar dan di dalam dirinya, dan harus menghadapi atau mengaturnya dengan bantuan kekuatan lain yang efektif.⁵⁰

Dengan demikian bukan melawan konter efek atau melawan dengan kekuatan lain yang efektif, yaitu dengan kekuatan emosi lain yang berfungsi menahan dan mengontrol sesuatu yang tidak bisa diatasi secara rasional. Dalam proses ini manusia mengembangkan apa yang oleh freud di sebut ilusi yang materinya diambil dari pengalaman individu sendiri di saat masih kanak-kanak.⁵¹

Freud melihat agama sebagai reaksi manusia atas ketakutannya sendiri. Dalam bukunya *Totem and Tabo*, Freud mengatakan bahwa Tuhan adalah refleksi dari *oedipus complex*, yaitu kebencian kepada ayah yang dimanifestasikan sebagai ketakutan kepada Tuhan. Selanjutnya dalam bukunya berjudul *The Future of An Illusion*, Freud mengungkapkan bahwa agama dalam ciri-ciri psikologis adalah sebagai ilusi, yaitu kepercayaan yang dasar utamanya adalah angan-angan (*wishfulfilment*). Manusia lari kepada agama akibat ketidak berdayaannya menghadapi bencana, seperti: bencana alam, kematian, bebas dari ancaman manusia lain, dan lain-lain.

⁴⁹ Baharuddin, *Aktualisasi Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Juni 2005), 117.

⁵⁰ Erick From, *Psikoanalisa dan Agama* (Surabaya: Pelita dunia, Maret 1988), 20.

⁵¹ *Ibid.*, 21.

Dan uraian di atas jelaslah bahwa manusia melakukan perilaku agama semata-mata didorong oleh keinginan untuk menghindari keadaan bahaya yang akan menimpa dirinya dan memberi rasa aman bagi dirinya sendiri. Untuk keperluan itu, manusia menciptakan suatu konsep yang dapat melindungi dirinya dari segala bahaya itu. Konsep itu tersimpul pada kata "Tuhan". Tuhan yang diciptakannya sendiri dalam pikirannya dan itulah yang disembahnya. Sementara itu ritual pelaksanaan penyembahan kepada Tuhan sangat bergantung dari contoh-contoh yang diperlihatkan oleh orang-orang yang terdahulu melakukannya.

Demikianlah Freud mencoba menafsirkan perilaku beragama dengan menggunakan pendekatan Psikoanalisa. Freud terus membuktikan bahwa agama merupakan suatu ilusi. Selanjutnya Freud menyatakan bahwa agama adalah bahaya yang mengancam umat manusia, karena agama cenderung mensucikan (mensakralkan) institusi-institusi buatan manusia. Lebih lanjut, Freud menyatakan bahwa agama telah membuat manusia tidak dapat berpikir. Oleh karena itu, agama harus bertanggung jawab atas kemunduran kemampuan intelektual manusia.⁵²

Suatu kali, Freud berujar "*life is not easy*", "hidup ini tidak mudah". Ego "keakuan" berdiri ditengah-tengah kekuatan-kekuatan dahsyat: realitas; masyarakat, sebagaimana yang direpresentasikan oleh superego; biologi, sebagaimana yang direpresentasikan oleh id. Ketika terjadi konflik di antara kekuatan-kekuatan ini menguasai ego, maka sangat bisa dipahami kalau ego merasa terjepit dan terancam, serta merasa seolah-olah akan lenyap digilas kekuatan-kekuatan tersebut. Perasaan terjepit dan terancam ini di sebut kecemasan

⁵² Ibid., 118.

(*anxiety*). Perasaan ini berfungsi sebagai tanda bagi ego bahwa ketika dia bertahan sambil tetap mempertimbangkan kelangsungan hidup organisme, dia sebenarnya sedang berada dalam bahaya.⁵³

Menurut Freud ada tiga jenis kecemasan: *pertama, kecemasan realistik*. Dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan jenis ini kita sebut sebagai rasa takut. Persis inilah yang dimaksud Freud dalam bahasa Jerman. Tapi para penerjemahnya menganggap kata “takut” (*fear*) terkesan terlalu umum. Contohnya sangat jelas, jika saya melempar seekor ular berbisa ke depan anda, anda pasti akan mengalami kecemasan realistik ini.

Kedua, kecemasan moral. Ini akan kita rasakan ketika ancaman datang bukan dari luar, dari dunia fisik, tapi dari dunia sosial superego yang telah terinternalisasikan ke dalam diri kita. Kecemasan moral ini adalah kata lain dari rasa malu, rasa bersalah atau rasa takut mendapat sanksi.

Terakhir, kecemasan neurotik. Perasaan takut jenis ini muncul akibat rangsangan-rangsangan id. Kalau anda pernah merasakan “kehilangan id”, gugup, tidak mampu mengendalikan diri, perilaku, akal, dan bahkan pikiran anda, maka anda saat itu sedang mengalami kecemasan neurotik. Neurotik adalah kata latin dari perasaan gugup. Kecemasan jenis terakhir inilah yang paling menarik perhatian Freud, dan biasanya kita hanya menyebutnya dengan kecemasan saja.⁵⁴

Dengan demikian, kecemasan yang dirasakan akibat ketidakmampuan dapat diatasi dengan baik dan bijaksana. Karena menurut Freud setiap manusia akan selalu hidup dalam kecemasan, kecemasan karena manusia akan punah,

⁵³ Ferdinand Zaviera, *Teori Kepribadian Sigmund Freud* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media Group, April 2007), 97.

⁵⁴ *Ibid.*, 98.

kecemasan karena tidak dapat bersosialisasi dengan lingkungan dan banyak lagi kecemasan-kecemasan lain yang dialami manusia. Jadi, untuk itu bimbingan dapat menjadi wajah dalam rangka mengatasi kecemasan.⁵⁵

⁵⁵ Ibid., 126.