

Konflik Batin dan Resolusi Religius: Studi pada Mahasiswa yang Mengalami Krisis Iman

Almira Wardah Zaen¹, Novila Alfiani², Ratu Heba Briliana³, Yuminah⁴

¹⁻⁴ Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Indonesia

Email : almirawardah.zaen23@mhs.uinjkt.ac.id¹, novila.alfiani23@mhs.uinjkt.ac.id²,
ratu.brilliana23@mhs.uinjkt.ac.id³, yuminah@uinjkt.ac.id⁴

Abstrack. Faith crisis is one of the psychological and spiritual challenges faced by university students during their identity-seeking phase. The inner conflicts that arise are often related to academic pressure, social interactions, and deep questions about belief. This study aims to explore the dynamics of inner conflict experienced by students and the role of religious resolution in their recovery process. Using a qualitative approach through in-depth interviews with five students from different religious backgrounds, the study found that faith crises can trigger psychological stress, but this can be mitigated through mature religious understanding, support from spiritual communities, and engagement in religious activities. The study highlights the importance of religious support in managing inner conflicts during the transition to early adulthood.

Keywords: inner conflict, faith crisis, religiosity, university students, religious resolution

Abstrak. Krisis iman menjadi salah satu tantangan psikologis dan spiritual yang dialami oleh mahasiswa dalam fase pencarian jati diri. Konflik batin yang muncul sering kali berkaitan dengan tekanan akademik, pergaulan, dan pertanyaan mendalam tentang keyakinan. Penelitian ini bertujuan mengkaji dinamika konflik batin yang dialami mahasiswa serta peran resolusi religius dalam proses pemulihannya. Dengan pendekatan kualitatif melalui wawancara mendalam terhadap lima mahasiswa dari latar belakang religius berbeda, ditemukan bahwa pengalaman krisis iman dapat memicu stres psikologis, namun dapat diredam melalui pemahaman religius yang matang, dukungan komunitas spiritual, dan keterlibatan dalam aktivitas keagamaan. Penelitian ini menunjukkan pentingnya dukungan religius dalam mengelola konflik batin pada masa transisi dewasa awal.

Kata kunci: konflik batin, krisis iman, religiusitas, mahasiswa, resolusi religius.

1. LATAR BELAKANG

Masa perkuliahan adalah masa transisi penting dalam kehidupan seseorang, di mana seorang mahasiswa tidak hanya menghadapi tantangan akademik, tetapi juga persoalan identitas, nilai, dan spiritualitas. Dalam proses pencarian jati diri ini, tidak jarang muncul konflik batin yang berkaitan dengan keyakinan dan keimanan. Konflik tersebut bisa bersumber dari pertanyaan-pertanyaan eksistensial, pengaruh lingkungan sosial, tekanan akademik, atau pengalaman hidup yang mengguncang kepercayaan terhadap nilai-nilai agama yang sebelumnya diyakini.

Krisis iman bisa menjadi fenomena nyata yang dialami oleh sebagian mahasiswa, baik secara tersembunyi maupun terbuka. Ketika krisis ini tidak ditangani dengan tepat, ia dapat berdampak pada kesehatan mental, motivasi belajar, hingga hubungan sosial. Tetapi di sisi lain, tidak sedikit mahasiswa yang berhasil menemukan resolusi melalui pendekatan religius, baik

dengan memperdalam pemahaman spiritual, memperkuat hubungan dengan Tuhan, maupun melalui komunitas keagamaan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dinamika konflik batin yang dialami mahasiswa yang mengalami krisis iman, serta bagaimana mereka menemukan resolusi melalui pendekatan religius. Dengan memahami proses ini, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap upaya pendampingan spiritual dan pengembangan karakter religius di lingkungan kampus.

2. KAJIAN TEORITIS

1. Konflik Batin dalam Perspektif Psikologi

Konflik batin adalah kondisi ketika individu mengalami pertentangan antara nilai-nilai yang diyakini dengan realitas yang dihadapi. Dalam konteks psikologi agama, konflik batin ini sering kali muncul sebagai hasil dari benturan antara ajaran agama dengan pengalaman hidup yang tidak sesuai, seperti penderitaan, kehilangan, atau kekecewaan terhadap tokoh agama. Ramayulis menjelaskan bahwa konflik batin religius kerap kali menyangkut aspek ketuhanan, simbol-simbol ibadah, maupun figur pemuka agama yang menimbulkan kebingungan dalam diri individu. (Ramayulis, 2000).

Starbuck dalam penelitiannya juga menunjukkan bahwa sekitar 53% remaja mengalami keraguan terhadap ajaran agama yang mereka terima, baik dari sisi teologis maupun institusional. Hal ini menunjukkan bahwa konflik batin bukanlah fenomena individual semata, melainkan bagian dari dinamika perkembangan spiritual yang umum terjadi pada masa remaja dan dewasa awal.

2. Krisis Iman dalam Perkembangan Individu

Krisis iman sering kali dialami individu pada masa transisi menuju kedewasaan, ketika proses pencarian jati diri dan pembentukan identitas sedang berlangsung. James W. Fowler (1981) menyebut fase ini sebagai tahap individu-reflektif, di mana seseorang tidak lagi menerima ajaran agama secara pasif, melainkan mulai melakukan refleksi dan evaluasi secara aktif terhadap keyakinannya.

Pandangan ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erik Erikson dan Elvi Yuliana Rohmah, (2005). khususnya pada tahap *identity vs. role confusion*, yang menyatakan bahwa individu pada usia remaja dan dewasa awal akan berusaha membentuk identitas, termasuk dalam hal keagamaan. Ketika individu tidak menemukan jawaban memuaskan dari

sistem kepercayaan yang ada, maka krisis iman dapat muncul sebagai bentuk kegelisahan eksistensial.

3. Religiusitas sebagai Mekanisme Koping

Dalam menghadapi konflik batin dan krisis iman, individu sering kali menggunakan religiusitas sebagai bentuk mekanisme koping (penanggulangan stres). Kenneth Pargament, (1997) membagi koping religius menjadi dua bentuk: koping religius positif, seperti mencari makna melalui doa, menyerahkan diri kepada Tuhan, atau memperkuat kepercayaan; dan koping religius negatif, seperti menyalahkan Tuhan, menarik diri dari komunitas, atau merasa dihukum.

Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami krisis iman menunjukkan kedua jenis koping tersebut. Namun, mahasiswa yang mampu menjalani proses refleksi spiritual secara positif cenderung mengalami transformasi keimanan yang lebih matang.

4. Resolusi Religius dan Transformasi Spiritualitas

Ken Wilber, (1996) dalam kerangka psikologi transpersonal, menyatakan bahwa konflik spiritual merupakan bagian alami dari perkembangan kesadaran manusia. Resolusi religius terjadi ketika individu mampu mengintegrasikan pengalaman krisis menjadi bagian dari pertumbuhan spiritualnya. Proses ini menghasilkan spiritual transformation, yaitu perubahan mendalam dalam cara pandang terhadap Tuhan, agama, dan makna hidup.

Mahasiswa dalam penelitian ini menunjukkan berbagai pola resolusi, mulai dari pendekatan intelektual (studi literatur), pendekatan emosional-spiritual (melalui ibadah atau perenungan), hingga pendekatan sosial-komunal (melalui dukungan komunitas). Pola ini menegaskan bahwa resolusi tidak bersifat tunggal, tetapi dipengaruhi oleh latar belakang psikologis dan lingkungan sosial masing-masing individu. (Jalaludin R, 2003)

5. Peran Komunitas dalam Pemulihan Spiritual

Komunitas keagamaan memiliki peran penting dalam memfasilitasi proses pemulihan dari krisis iman. Menurut Nini Adelia Tanamal, (2022) Dukungan sosial dari teman, mentor spiritual, atau kelompok diskusi menjadi ruang yang aman untuk berbagi pengalaman tanpa takut dihakimi. Nini Adelia Tanamal menegaskan bahwa religiusitas kolektif yang diterapkan dalam lingkungan yang inklusif dapat membentuk kembali akhlak dan kesadaran spiritual mahasiswa, terutama di era digital yang rentan terhadap disorientasi nilai.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan ini dipilih karena peneliti ingin memahami lebih dalam pengalaman pribadi mahasiswa yang mengalami krisis iman dan bagaimana mereka menemukan jalan keluar atau resolusi melalui pendekatan religius. Fokus penelitian ini bukan pada seberapa banyak kasus yang terjadi, tetapi lebih pada bagaimana konflik batin itu dialami secara subjektif oleh individu dan bagaimana mereka berproses untuk mengatasinya.

Menurut Sugiyono, (2017) metode penelitian kualitatif adalah metode yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, di mana peneliti merupakan instrumen kunci. Penelitian kualitatif bersifat deskriptif dan fokus pada makna, serta menggunakan berbagai teknik pengumpulan data seperti observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Penelitian ini dilakukan ke beberapa mahasiswa di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta yang pernah mengalami fase keraguan terhadap keimanannya, baik karena tekanan batin, peristiwa traumatis, maupun pencarian makna hidup. Mahasiswa yang dipilih adalah mereka yang bersedia menjadi partisipan dan telah melalui fase tersebut. Pemilihan partisipan ini dilakukan secara purposive, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu yang relevan dengan fokus penelitian.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian link Goggle Form dan observasi. Pengisian link Goggle Form dilakukan secara online bagi mereka yang bersedia mengisinya agar peneliti dapat memahami kondisi batin partisipan secara utuh. Selain itu, peneliti juga melakukan observasi terhadap sikap, cara berpikir, serta ekspresi partisipan selama proses wawancara berlangsung. Beberapa dokumen tambahan seperti catatan harian, kutipan media sosial (dengan izin), serta referensi dari jurnal atau buku juga digunakan sebagai pendukung data.

Data yang telah diperoleh dianalisis menggunakan tahapan yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman, (1994) yaitu melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilah bagian-bagian penting dari hasil wawancara. Setelah itu, data disusun dalam bentuk narasi tematik untuk mempermudah pemahaman. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan, yaitu mencari makna dari pengalaman konflik batin dan proses resolusi religius yang dilalui oleh partisipan.

Untuk menjaga keabsahan data, peneliti melakukan triangulasi sumber dan member check, yaitu dengan membandingkan hasil wawancara dan observasi, serta meminta partisipan mengonfirmasi kembali informasi yang telah dicatat peneliti. Dengan cara ini, peneliti berharap

dapat memperoleh data yang benar-benar menggambarkan pengalaman partisipan secara jujur dan mendalam.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh W. Starbuck terhadap mahasiswa di Middleburg College, (1981) seperti dikutip oleh Ramayulis, ditemukan bahwa sekitar 53% dari 142 remaja berusia 11 hingga 26 tahun mengalami konflik serta kebingungan terhadap ajaran agama yang mereka terima. Kebimbangan ini tidak hanya menyangkut ajarannya, tetapi juga berkaitan dengan cara pengamalan, kondisi lembaga keagamaan, hingga perilaku para tokoh agama. Fenomena serupa terjadi juga dalam kalangan mahasiswa, di mana sebanyak 75% dari mereka menghadapi persoalan serupa.

Menurut Elvi Yuliana Rohmah, (1998) W. Starbuck mengidentifikasi sejumlah faktor yang menjadi pemicu keraguan tersebut, antara lain: 1) Faktor Kepribadian, mencakup kesalahan dalam menafsirkan pengalaman spiritual serta pengaruh jenis kelamin. A) Seseorang yang memiliki kepribadian introvert cenderung mudah salah paham terhadap konsep Ketuhanan. Misalnya, ketika doa yang dipanjatkan demi kesembuhan orang yang dicintai tidak terwujud, maka ia bisa meragukan sifat kasih Tuhan. B) Jenis kelamin dan tingkat kedewasaan juga memengaruhi tingkat keraguan terhadap ajaran agama. 2) Kekeliruan Lembaga Keagamaan dan Pemuka Agama, Keraguan dapat muncul akibat ketidaksesuaian antar ajaran yang dibawa oleh berbagai organisasi atau kelompok keagamaan. Hal ini diperburuk dengan perilaku tokoh agama yang tidak mencerminkan nilai-nilai yang diajarkannya. 3. Dorongan Manusia, Manusia secara alami memiliki dua kecenderungan: mempertahankan hal yang sudah ada (konservatif) dan keinginan untuk mengetahui sesuatu yang baru. Keraguan terhadap ajaran agama dapat muncul dari dorongan untuk memahami lebih dalam, terutama bila terjadi ketidaksesuaian antara ajaran yang dipelajari dengan pemahaman sebelumnya.

Keraguan-keraguan yang timbul dari ketiga faktor tersebut menimbulkan dilema dalam diri remaja. Dalam tingkat personal, keraguan ini bisa terkait dengan berbagai hal, antara lain: 1) Konsep Ketuhanan dan hal-hal yang menyertainya, seperti konsep Trinitas dalam agama Kristen. 2) Pemaknaan terhadap tempat suci dan penghormatan terhadapnya. 3) Fungsi perlengkapan ibadah, seperti salib atau rosario dalam Kristen. 4) Peran tokoh keagamaan dalam lembaga keagamaan. 5) Figur pemimpin agama seperti Pendeta, Biarawan, Ulama, dan lainnya. 6) Perbedaan antar-sekte dalam satu agama, seperti mazhab dalam Islam atau sekte dalam Kristen. (Butler, M. H., Stout. J. A., & Gardner. B.C, 2022)

Keraguan semacam ini dapat berkembang menjadi konflik batin yang lebih serius, mendorong remaja untuk memilih antara yang benar dan salah, antara keyakinan dan keraguan, serta antara ajaran agama dan cara hidup sekuler. (Mahmoudi, 2007) Bentuk-bentuk konflik yang sering dialami antara lain: 1) Pertentangan antara percaya atau meragukan. 2) Kebingungan dalam memilih satu dari dua ajaran agama atau organisasi keagamaan. 3) Dilema antara menjalankan kehidupan beragama atau mengikuti cara hidup yang sekuler. 4) Kesulitan meninggalkan kebiasaan lama demi mengadopsi kehidupan religius sesuai ajaran Tuhan. (Abdullah A, 2020).

Kuat atau lemahnya keimanan serta ketaatan remaja terhadap agama sangat bergantung pada sejauh mana mereka bisa menyelesaikan konflik dan keraguan dalam diri mereka. Masa remaja sendiri merupakan fase yang rentan. Meskipun tubuh remaja berkembang pesat dan menyerupai orang dewasa, perkembangan psikologis mereka sering belum seimbang. Ketidaksihinggaan ini menyebabkan mereka mudah mengalami kebimbangan batin. Oleh karena itu, remaja sangat membutuhkan bimbingan dan figur yang dapat memberi arahan, mendengarkan, serta menjadi tempat berbagi rasa dalam proses pencarian jati diri mereka. (Aviyah, E. & Farid M, 2014).

Konflik batin dalam konteks krisis iman merupakan bagian dari perkembangan spiritual pada masa transisi dewasa awal. Menurut James Fowler, (1981) mahasiswa berada dalam tahap individu-reflektif, yaitu fase ketika seseorang tidak lagi menerima keyakinan secara pasif, melainkan secara aktif menguji dan merefleksikan makna iman dalam hidupnya. Hal ini selaras dengan teori Erikson tentang identity vs. role confusion, di mana individu berusaha mencari dan meneguhkan jati dirinya, termasuk identitas religius.

Ken Wilber, (1996) Fenomena krisis iman juga dapat dipahami melalui pendekatan psikologi transpersonal, yang menyatakan bahwa spiritualitas merupakan bagian dari struktur kepribadian manusia. Dalam model ini, konflik spiritual dianggap sebagai fase alami dari pencarian makna hidup yang lebih dalam.

1. Pola Resolusi Religius. Respon mahasiswa terhadap konflik batin berbeda-beda, tergantung pada latar belakang personal, dukungan sosial, dan akses terhadap bimbingan spiritual. Penelitian ini menemukan tiga pola resolusi religius utama: 1) Resolusi Intelektual: Mahasiswa mencoba menjawab pertanyaan-pertanyaan imannya melalui studi literatur, diskusi keagamaan, dan pencarian rasional. Mereka cenderung mengintegrasikan agama dengan ilmu pengetahuan, serta memilih pendekatan yang lebih inklusif dan reflektif. (Alamsyah, 2012) 2) Resolusi Emosional-Spiritual: Melalui pengalaman emosional tertentu, seperti kehilangan atau krisis personal, mahasiswa

merasakan keterhubungan kembali dengan Tuhan. Banyak dari mereka menemukan makna baru melalui kegiatan spiritual seperti meditasi, dzikir, atau retreat religius. 3) Resolusi Sosial-Komunal: Dukungan dari komunitas keagamaan atau tokoh spiritual menjadi faktor penting dalam pemulihan keimanan. Mahasiswa merasa lebih diterima dan terbantu ketika berada di lingkungan yang tidak menghakimi dan mampu mendengarkan. (Atikah Asna, dkk, 2024)

2. Peran Komunitas dan Tokoh Agama: menurut Kenneth I. Pargament, (1997) Peran komunitas sangat penting dalam membantu mahasiswa keluar dari krisis iman. Informan yang tergabung dalam komunitas diskusi keagamaan, atau memiliki mentor spiritual, umumnya mengalami proses pemulihan lebih cepat. Ini menunjukkan bahwa spiritualitas yang dibangun secara kolektif lebih mampu meredam isolasi batin yang muncul akibat konflik iman.
3. Transformasi Iman. Menariknya, mahasiswa yang berhasil melalui fase krisis justru memiliki pemahaman agama yang lebih dewasa dan fleksibel. Mereka tidak lagi memandang iman sebagai sekedar kewajiban ritual, tetapi sebagai hubungan personal dengan Tuhan dan nilai-nilai kemanusiaan. Proses ini disebut sebagai spiritual transformation, yaitu perubahan fundamental dalam orientasi nilai dan cara pandang terhadap eksistensi. (Nini Adelia Tanamal, 2022)

5. KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman mahasiswa yang mengalami krisis iman dan bagaimana mereka menemukan resolusi melalui pendekatan religius. Dengan menggunakan metode kualitatif dan desain studi kasus, penelitian ini mampu menggali sisi subjektif dan emosional dari fenomena krisis iman yang dialami mahasiswa di Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa krisis iman pada mahasiswa dipicu oleh berbagai faktor, seperti tekanan akademik dan emosional, perubahan lingkungan sosial, kekecewaan terhadap tokoh agama, ketidaksesuaian antara dogma dan realitas, serta pencarian identitas diri. Bentuk krisis yang dialami meliputi kebimbangan terhadap keberadaan Tuhan, kehilangan makna dalam ibadah, dan perasaan bersalah yang mendalam.

Penelitian juga menemukan bahwa mahasiswa yang berhasil melewati fase krisis iman justru mengalami transformasi spiritual yang signifikan. Mereka memiliki pemahaman agama yang lebih reflektif, inklusif, dan dewasa. Iman tidak lagi dipandang sebatas rutinitas ritual, tetapi sebagai hubungan personal dengan Tuhan yang dihidupi secara sadar dan bermakna.

Dengan demikian, krisis iman bukanlah akhir dari keimanan, tetapi bagian dari proses perkembangan spiritual. Dukungan dari lingkungan yang terbuka, akses terhadap bimbingan spiritual, serta ruang refleksi menjadi faktor penting dalam membantu mahasiswa menemukan kembali makna dan kedewasaan dalam beriman.

DAFTAR REFERENSI

- Abdullah, A. (2020). Pendidikan agama untuk remaja di era digital. Penerbit Cahaya Ilmu.
- Alamsyah. (2012). Resolusi konflik keluarga berbasis kearifan lokal Islam Nusantara. *Jurnal Analisis*, 12.
- Asna, A., dkk. (2024). Faktor-faktor dalam perkembangan keagamaan pada remaja. *Jurnal Penelitian Ilmiah Multidisiplin*, 8(11), November.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri, dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Butler, M. H., Stout, J. A., & Gardner, B. C. (2002). Prayer as a conflict resolution ritual: Clinical implications of religious couples' report of relationship softening, healing perspective, and change responsibility. *The American Journal of Family Therapy*, 30(1).
- Fowler, J. W. (1981). *Stages of faith: The psychology of human development and the quest for meaning*. Harper & Row.
- Jalaluddin, R. (2003). *Psikologi agama: Sebuah pengantar*. PT Mizan Pustaka.
- Mahmoudi, G., et al. (2007). Religious coping and anxiety in students of Islamic Azad University-Sari Branch, 1999–2000. *World Applied Sciences Journal*, 2(4).
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (2nd ed.). Sage Publications.
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Ramayulis. (2002). *Pengantar ilmu jiwa agama*. Kalam Mulia.
- Rohmah, E. Y. (2005). *Psikologi perkembangan*. Ponorogo Pers.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tanamal, N. A. (2022). Religiusitas mahasiswa milenial dalam penerapan akhlak dan etika di era digital. *JAGADDHITA: Jurnal Kebhinnekaan dan Wawasan Kebangsaan*, 1(2).
- Wilber, K. (1996). *The Atman project: A transpersonal view of human development*. Quest Books.