

## **KONSELING AGAMA: TERAPI TERHADAP PENGIDAP PENYAKIT MANUSIA MODERN**

**Nur Ahmad**

STAIN Kudus, Jawa Tengah, Indonesia

ahmadnur73@gmail.com

### **Abstrak**

Diantara fungsi syariah Islam adalah untuk melindungi agama, jiwa, akal, jasmani, harta serta keturunan. Semua perbuatan yang merendahkan perilaku manusia dimana perbuatan kurang baik akan berimbas pada kehancuran manusia di zaman modern, oleh karena itu ajaran Islam sarat dengan tuntutan bagaimana memelihara kesehatan jasmani dan rohani, kesehatan fisik maupun mental. Ketidakberdayaan manusia bermain dalam pentas peradaban modern yang terus melaju tanpa dapat dihentikan dan itu menyebabkan sebagian besar awal manusia modern terjerebab ke dalam situasi sulit yang menurut istilah Psikolog Humanis disebutkan sebagai manusia dalam kerangkeng kehidupan yang terkekang, satu istilah yang menggambarkan salah satu derita manusia modern (penyakit manusia modern). Adapun yang dimaksud dengan penyakit manusia modern saat ini adalah gangguan psikologis yang di derita oleh manusia yang hidup dalam lingkungan peradaban yang sebenarnya. Manusia modern seperti itu sebenarnya adalah manusia yang sudah kehilangan makna, manusia kosong, baik kosong dari nilai-nilai agama maupun kekosongan dari nilai kehidupannya. Mereka resah setiap kali harus mengambil keputusan, mereka tidak tahu apa yang diinginkan, dan tidak mampu memilih jalan hidup yang diinginkan pula. Bila sudah terjangkit penyakit seperti ini, maka

peran terapi agama harus mampu untuk mengarahkan agar mereka tidak tambah larut dalam jurang kehancuran diperadaban modern saat ini.

**Kata Kunci:** Konseling Agama, Gangguan Psikologis, Manusia Modern

### **Abstract**

*COUNSELING RELIGION: THERAPY AGAINST FOWL THE DISEASE OF MODERN MAN. Among the functions of Islamic law is to protect the religion of the soul, mind, physical wealth and their descendants. All acts that humble prioritising man where works less good will has spillover effects on the destruction of the man of modern dizaman, therefore the teachings of Islam is replete with the demands of how to maintain the health of the physical and spiritual health physically and mentally. The ineffectiveness of human disability play in the scene of modern civilisations that passes without be stopped and that cause most of the beginning of modern man plummet into the difficult situation that according to the term Humanist Psychologist referred to as a man in life that terkekang kerangkeng, a term that describes one of modern man (suffer the disease of modern man). Now what is meant by a disease of modern man is currently psychological disorders in pain by the people who live in the environment of civilisations that actually. modern man as it is in fact the man who have lost their meanings, man is empty, good empty from the values of religion and the void from the value of his life. They anxious each time must take decisions, they did not know what to expect and are not able to select the desired way of life. When it is infected with a disease like this, then the role of religious therapy should be able to navigate so that they do not add dissolved in the edge of the modern diperadaban today.*

**Keywords:** Counseling Religion, Psychological Disorders, Modern Man

## A. Pendahuluan

Manusia modern begitu sibuknya dan bekerja keras melakukan penyesuaian diri dengan trend modern. Mereka merasa sedang berjuang keras untuk memenuhi keinginannya, padahal yang sebenarnya mereka diperbudak oleh keinginan orang lain. Manusia selama ini seringkali tenggelam dalam kegelisahan, kerisauan, bahkan kegundahan hati membayangkan carut marutnya kehidupan modern saat ini. Berbagai penyebab kegelisahan telah menyita waktu dan perhatian manusia, dan sayangnya banyak yang tidak menyadari betapa menggonggonya kegelisahan itu. Kegelisahan yang timbul dalam diri kita sebenarnya dibuat oleh kita sendiri, kita ciptakan mereka di dalam pikiran kita melalui ketidakmampuan ataupun kegagalan untuk mengerti bahaya perasaan keakuan dan melalui khayalan yang melambung serta kesalahan dalam menilai setiap kejadian atau benda. Hanya jika kita dapat melihat suatu kejadian atau benda dengan apa adanya, bahwa tidak ada sesuatu apa pun yang kekal di dunia ini dan bahwa keakuan kita sendiri merupakan khayalan liar yang membawa kekacauan dalam pikiran yang tidak terlatih. Kegelisahan adalah suatu rasa tidak tenteram, tidak tenang, tidak sabar, rasa khawatir/cemas pada manusia. Kegelisahan merupakan gejala universal yang ada pada manusia manapun. Namun kegelisahan hanya dapat diketahui dari gejala tingkah laku atau gerak-gerik seseorang dalam situasi tertentu. Jadi, kegelisahan merupakan sesuatu yang unik sebagai manifestasi dari perasaan tidak tenteram, khawatir, ataupun cemas (Mubarok, 2002: 160).

Agama kerap diasumsikan bertolak belakang dengan modernitas. Perbedaan pandangan tersebut dapat dilihat dari dua faktor. *Pertama*, dikotomi ini ibarat pemisahan antara alam langit dan alam bumi. Realitas bumi secara prinsip dalam khazanah masyarakat modern dianggap sebagai realitas objektif, sedangkan realitas langit dianggap sebagai realitas subjektif.

Bagi masyarakat agama, justru sebaliknya. Realitas langitlah yang merupakan realitas objektif dan realitas bumi sebagai realitas subjektif. Oleh karena itu, dalam tingkatan ilmu, ilmu keagamaan bagi masyarakat agamis merupakan ilmu tertinggi (paling objektif). Sementara ilmu teknologi adalah ilmu rendah. Dalam masyarakat modern, teknologi dengan *logic of technic* merupakan ilmu tertinggi, sementara agama merupakan ilmu yang rendah.

*Kedua*, dari segi asal usul. Menurut masyarakat agama dalam pengertian orisinal tadi, Tuhan adalah dasar atau asas dari segalanya. Bagi masyarakat modern, manusia adalah dasar dari realitas ini dan Tuhan merupakan penafsiran manusia. Adapun bagi kaum agamawan, pada awalnya manusia adalah tafsiran Tuhan. Maksudnya, Tuhanlah yang merancang atas merencanakan kelahiran manusia dan alamnya. Pada zaman modern ini, Tuhan dianggap sebagai rencana manusia atau penafsiran manusia. Manusia yang menafsirkan keberadaan Tuhan. Di antara masalah besar yang sering dihadapi oleh umat manusia adalah masalah yang berkaitan dengan agama. Agama adalah tema paling penting yang sanggup membangkitkan perhatian serius dan paling intens. Kenyataan ini didasarkan pada asumsi bahwa masalah keagamaan berimplikasi pada proses perkembangan kehidupan manusia terutama dalam persoalan kemanusiaan, moral, dan estetika. Begitu juga diungkapkan Erich Fromm dalam Dadang Kahmad, bahwa kebutuhan manusia akan agama, berakar dalam kondisi dasar eksistensi spesies manusia. Manusia memerlukan objek pengabdian semacam agama agar dapat mengatasi eksistensinya yang terisolasi dengan semua keraguan dari ketidakmampuannya menjawab arti hidup.

Apabila manusia sadar akan kebutuhan hidupnya, ia tidak hanya memprioritaskan aspek duniawi, tetapi juga akan mencari alternatif lain di luar dirinya, yaitu beragama. Ia sadar bahwa agama juga memberikan beberapa fungsi yang tidak kalah pentingnya dengan fungsi duniawi. Agama merupakan sumber visi dari motor perjuangan, “agama merupakan suatu visi tentang sesuatu dibalik kenyataan yang menunggu untuk diungkap. Suatu kemungkinan yang jauh, sekaligus merupakan sebuah kenyataan yang terwujud sekarang ini. Sesuatu yang apabila dimiliki merupakan ideal tertinggi yang pantas dicita-citakan, tetapi sekaligus juga sesuatu yang mengatasi segala dambaan”. Agama memberi rasa damai yang diperlukan berani berpetualang di dunia yang bersifat sementara. Oleh karena itu, agama menyadarkan akan sebuah dimensi nilai yang abadi. Sifat yang khas dari kebenaran agama secara eksplisit berkaitan dengan nilai-nilai. Kebenaran itu menyadarkan manusia akan aspek yang tetap dari alam semesta dan dapat dipandang bernilai. Oleh karenanya, kebenaran tersebut memberi suatu makna, dalam arti nilai pada eksistensi manusia yang mengalir dari hakikat kenyataan diri.

Kenyataan bahwa agama sebagai persoalan pokok kehidupan manusia, tampak secara jelas dan bersesuaian dengan isyarat yang ditunjukkan oleh al-Qur'an. Karenanya, agama memberikan semesta simbolik yang memberi makna pada kehidupan manusia dan memberikan penjelasan yang paling komprehensif tentang realitas, seperti kematian, penderitaan, tragedi, dan ketidakadilan. Kalaupun Freud beranggapan bahwa agama hanyalah sebuah ilusi bagi manusia dan gangguan jiwa yang mengakibatkan kemunduran kembali pada hidup dalam kelezatan dan kenikmatan seksual, namun hingga saat ini agama tetap dijadikan sebagai kebutuhan yang tidak dapat ditinggalkan oleh manusia. Secara fitrah manusia meyakini adanya kekuatan lain yang berada di luar dirinya membentuk sebuah upacara penghormatan pada sesuatu di luar dirinya, yang kemudian membentuk sebuah keyakinan sebagai alternatif penerangan diri. Dorongan beragama merupakan tuntutan jiwa yang tidak dapat dihindari. Dorongan psikis manusia membentuk interpretasi baru bagi dirinya untuk mengenal Tuhan sehingga mereka menciptakan suasana batin dengan mewujudkan sebuah peribadatan. Dengan demikian, ia akan merasa tenang. Sesungguhnya keadaan seperti itu dapat kita lihat pada tingkah laku dalam kehidupan manusia. Hanya konsepsi manusia dalam mengekspresikan keberagamaannya, melainkan dorongan jiwa untuk beragama.

Menurut Thomas F. O'Dea sebagaimana dikutip oleh Dadang Kahmad menyebutkan ada enam fungsi agama. *Pertama*, agama mendasarkan diri manusia pada segala sesuatu di luar dirinya. Ia memberikan dukungan moral dari ketidakpastian hidup manusia. Ia juga memberikan berbagai alternatif penyelamatan dari kekecewaan dan kesedihan, serta kegelisahan manusia. Dengan demikian, agama menyediakan sarana emosional bagi manusia, menopang nilai-nilai dan tujuan yang telah terbentuk, memperkuat moral, dan membantu mengurangi kebencian. *Kedua*, agama menawarkan suatu hubungan transedental melalui pemujaan dan peribadatan, dengan memberikan dasar emosional bagi rasa aman dan identitas yang lebih kuat di tengah ketidakpastian dalam hidupnya, serta dalam menghadapi perubahan sejarah dirinya. *Ketiga*, agama mensucikan nilai-nilai dan norma-norma masyarakat yang telah dan akan terbentuk. Agama juga mempertahankan dominasi tujuan kelompok di atas keinginan individu. Menempatkan

disiplin kelompok di atas kepentingan dan dorongan individu. *Keempat*, agama dapat memberikan standar nilai berupa norma-norma yang telah terlembaga yang dapat dikaji kembali secara kritis. *Kelima*, agama memberikan fungsi identitas yang sangat penting. Agama memberikan fungsi kesempatan bagi individu untuk mengenal identitas dirinya, baik pada masa lampau maupun masa mendatang yang tak terbatas. Agama memperluas ego manusia dengan memberikan spirit bagi alam semesta. Demikian juga alam semesta menjadi berarti bagi dirinya. *Keenam*, agama berkaitan dengan evolusi hidup manusia. Perkembangan usia seseorang memengaruhi karakteristik tingkat keberagamaan manusia. Dengan demikian, agama sebagai pandangan dunia (*weltanschauung*) sesungguhnya tidak dipisahkan dari manusia. Dengan bahasa ilmiah empiris, dapat dikatakan bahwa kecenderungan asli atau dasar manusia adalah menyembah Tuhan. Tampaknya, posisi agama dalam konteks personalitas demikian tidak banyak mempertentangkannya.

Di samping signifikansi personal, agama diakui memiliki signifikansi sosial. Hal ini dapat dilihat dari fungsi-fungsi sosiologis yang dapat dilakukan agama. Di samping sebagai fenomena individual, agama juga adalah fenomen sosial. Agama tumbuh dan berkembang bersamaan dengan perkembangan kehidupan masyarakat. Agama dalam hipotesis para teolog modern bukanlah suatu *hypostase*. Dia tidak berada dalam irama perubahan dan kefanaan dan bukan hakikat metafisik yang tertutup, selesai, tidak mengandung gerak dalam dirinya, dan mantap dalam keabadian (Kahmad, 2011: 66).

## **B. Pembahasan**

### **1. Konseling Terhadap Penyakit Manusia Modern**

Adapun yang kami maksud konseling terhadap pengidap penyakit pada manusia modern dalam tulisan ini adalah gangguan psikis yang diderita oleh manusia modern sekarang ini. Kita sadar bahwa keberadaan manusia modern saat ini sangat berbeda dengan masa lampau sebelum era peradaban. Diera modern akan sangat banyak mengganggu terhadap kegelishan psikis seseorang, banyak orang yang tidak dalam menghadapi manusia modern. Menurut Ramayulius, sebagaimana di kutip oleh Arifin (2008: 133) mengatakan bahwa dalam konseling agama terhadap manusia modern menerangkan, konseling agama memiliki beberapa peran dalam kehidupan manusia, dalam

motivasi beragama memiliki minimal empat motivasi, yaitu: motivasi berperan sebagai pendorong manusia dalam melakukan sesuatu; motivasi berperan sebagai penentu arah dan tujuan; motivasi berperan sebagai penyeleksi perbuatan yang akan dilakukan oleh manusia; dan motivasi berperan sebagai penguji sikap manusia dalam berbuat, termasuk perbuatan dalam beragama.

Agama sebagai bentuk keyakinan manusia terhadap sesuatu yang bersifat adikodrati (*supernatural*) ternyata seakan menyertai manusia dalam ruang lingkup kehidupan yang luas. Agama memiliki nilai-nilai bagi kehidupan manusia sebagai orang per orang atau dalam hubungannya dengan bermasyarakat. Selain itu, agama juga memberi dampak bagi kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, secara psikologis, agama dapat berfungsi sebagai motif intrinsik (dalam diri) yang berguna. Di antaranya untuk terapi mental dan motif ekstrinsik (luar diri) dalam rangka menangkis bahaya negatif arus era global. Dan motif yang didorong keyakinan agama dinilai memiliki kekuatan yang mengagumkan dan sulit ditandingi oleh keyakinan non-agama, baik doktrin maupun ideologi yang bersifat profan (Arifin, 2008: 133).

Dewasa ini para sosiolog juga ikut memerhatikan dari kedua segi masyarakat, yaitu segi statis atau struktur masyarakat serta segi dinamis atau fungsinya masyarakat. Terdapat aspek-aspek structural dan prososial. Memang tidak bisa disangkal lagi bahwa masyarakat mempunyai bentuk-bentuk strukturalnya seperti, kelompok-kelompok sosial, budaya, lembaga sosial, stratifikasi maupun kekuasaan. Tetapi kesemuanya itu mempunyai suatu derajat dinamika tertentu yang menyebabkan pola-pola perilaku yang berbeda sehingga dalam mengatasi terapi bagi pengidap penyakit manusia modern dapat diminimalisir, tergantung dari masing-masing situasi dan kondisi masyarakat saat ini yang cenderung instan. Perubahan dan perkembangan dalam masyarakat khususnya dalam budaya modern sekarang ini kalau tidak kita imbangi dengan perilaku yang baik maka yang terjadi adalah justru sebaliknya, kita terjerembab oleh kekejaman era modern, dengan demikian dapat dikatakan bahwa proses sosial perlu kita perhatikan secara serius agar kita dapat menjalani kehidupan sesuai dengan ajaran Islam. Bentuk umum dari proses sosial adalah interaksi sosial karena interaksi sosial merupakan syarat utama terjadinya aktivitas sosial. Bentuk lain dari proses sosial hanya merupakan bentuk-

bentuk khusus dari interaksi sosial dan itu merupakan hubungan social yang dinamis yang menyangkut hubungan antara orang-orang perorangan (Soekanto, 2014: 55).

Sebenarnya zaman modern sekarang ini ditandai dengan dua hal sebagai cirinya, yaitu (1) penggunaan teknologi dalam berbagai aspek kehidupan manusia, dan (2) berkembangnya ilmu pengetahuan sebagai wujud dari kemajuan intelektual manusia. Manusia modern idealnya adalah manusia yang berfikir logis dan mampu menggunakan berbagai teknologi untuk meningkatkan kualitas kehidupan manusia. Dengan kecerdasan dan bantuan teknologi, manusia modern mestinya lebih bijak dan arif, tetapi dalam kenyataannya banyak manusia yang kualitas kemanusiaannya lebih rendah dibanding kemajuan berfikir dan teknologi yang dicapainya. Akibat dari ketidak seimbangan itu kemudian menimbulkan gangguan kejiwaan. Celaknya lagi, penggunaan alat transportasi dan alat komunikasi modern menyebabkan manusia hidup dalam pengaruh global dan dikendalikan oleh arus informasi global, padahal kesiapan mental manusia secara individu bahkan secara etnis tidaklah sama.

Akibat dari ketidakseimbangan itu dapat dijumpai dalam realita kehidupan dimana banyak manusia yang sudah hidup dalam lingkup peradaban modern dengan menggunakan berbagai teknologi bahkan teknologi tinggi sebagai fasilitas hidupnya, tetapi dalam menempuh kehidupan, terjadi distorsi-distorsi nilai kemanusiaan, terjadi dehumanisasi yang disebabkan oleh kapasitas intelektual, mental dan jiwa yang tidak siap untuk mengarungi samudera peradaban modern. Mobilnya sudah memakai Mercy, tetapi mentalnya masih becak, alat komunikasinya sudah menggunakan telpon genggam dan internet, tetapi komunikasinya masih memakai bahasa isyarat tangan, menu makan yang dipilih *pizza* dan ayam *Kentucky*, tetapi wawasan gizinya masih kelas oncom. Kekayaan, jabatan dan senjata yang dimilikinya melambangkan kemajuan, tetapi jiwanya kosong dan rapuh. Semua simbol manusia modern dipakai, tetapi substansinya. Yakni berfikir logis dan penguasaan teknologi maju masih jauh panggang dari api (Mubarok, 2002: 159).

## **2. Pengalaman Beragama Bagi Manusia Modern**

Sejalan dengan perkembangan kehidupan selama ini, psikologi tampaknya juga memberi porsi khusus bagi perilaku keagamaan,

walaupun pendekatan psikologis yang digunakan terbatas pada pengalaman empiris. Psikologi agama merupakan salah satu bukti adanya perhatian khusus para ahli psikologi terhadap peran agama dalam kehidupan kejiwaan manusia.

Pendapat paling ekstrem sekalipun tentang hal itu masih menunjukkan betapa agama sudah dinilai sebagai bagian dari kehidupan pribadi manusia yang erat kaitannya dengan gejala-gejala psikologis. Dalam beberapa literatur, Sigmund Freud yang dikenal sebagai pengembang psikoanalisis, mencoba mengungkapkan hal itu. Agama menurutnya, tampak dalam perilaku manusia sebagai simbolisasi dari kebencian terhadap ayah yang direfleksi dalam bentuk rasa takut kepada Tuhan. Secara psikologis, agama adalah ilusi manusia. Manusia lari pada agama karena rasa ketakberdayaannya menghadapi bencana. Dengan demikian, segala bentuk perilaku keagamaan merupakan ciptaan manusia yang timbul dari dorongan agar dirinya terhindar dari bahaya dan dapat memberikan rasa aman untuk keperluan itu, manusia menciptakan Tuhan dalam pikirannya (Ancok, 1994: 71).

Lain halnya dengan penganut *behaviorisme*. Walaupun dalam pembahasannya, Skinner, salah seorang tokoh *behaviorisme*, tak menyinggung perilaku keagamaan secara khusus, tampaknya sama sekali tak dapat menghindarkan diri dari keterkaitannya pada kenyataan bahwa agama memiliki institusi dalam kehidupan masyarakat. Dalam hubungan ini pula, Skinner melihat agama sebagai *ismesosial* yang lahir dari adanya faktor penguat. Menurutnya, kegiatan keagamaan menjadi faktor penguat sebagai perilaku yang meredakan ketegangan. Lembaga-lembaga sosial termasuk lembaga keagamaan, bertugas menjaga dan mempertahankan perilaku atau kebiasaan masyarakat. Manusia menanggapi tuntutan yang terkandung dalam lembaga itu dan ikut melestarikan melalui cara mengikuti aturan-aturan yang telah baku.

Sejalan dengan prinsip teorinya, *behaviorisme* memandang perilaku manusia lahir karena adanya stimulus (rangsangan dari luar dirinya). Teori Sarbond (gabungan dari stimulus dan respons) yang dikemukakan aliran *behaviorisme* tampaknya memang kurang memberi tempat bagi kajian kejiwaan nonfisik. Namun, dalam masalah perilaku keagamaan, sebagai sebuah realitas dalam kehidupan manusia perilaku tersebut tak mampu ditampik oleh *behaviorisme*. Perilaku keagamaan menuntut pandangan *behaviorisme* erat kaitannya dengan

prinsip *reinforcement (reward and punishment)*. Manusia berperilaku agama karena didorong oleh rangsangan hukuman dan hadiah. Menghindarkan hukuman sebuah robot yang bergerak secara mekanis menurut pemberian hukuman dan hadiah (Ancok, 1994: 74).

Aliran *behaviorisme* memandang perilaku manusia saat ini bekerja menurut asas mekanistik yang bersifat serba fisik. Karena itu, para ahli psikologi yang kurang sependapat dengan pandangan *behaviorisme*. Sementara Skinner menyindir bahwa aliran ini merupakan aliran psikologi yang tak berjiwa. Mereka menganggap bahwa perilaku manusia bersifat kondisional sehingga dapat dibentuk dan diarahkan menurut situasi yang diberikan kepada manusia. Jadi, jika manusia yang diinginkan berperilaku keagamaan, lingkungannya harus diciptakan sedemikian rupa sehingga mampu memberi respon keagamaan yang diharapkan.

Barangkali, yang lebih jelas membahas perilaku keagamaan adalah psikologi humanistik. Menurut Abraham Maslow, salah seorang pemuka psikologi humanistik yang berusaha memahami segi rohani atau *esoterik* manusia (Bastaman, 1995: 36). Maslow menyatakan bahwa manusia memiliki kebutuhan bertingkat dari yang paling dasar hingga kebutuhan paling puncak. *Pertama*, kebutuhan fisiologis, yaitu kebutuhan dasar untuk hidup seperti makan, minum, istirahat, dan sebagainya. *Kedua* kebutuhan akan rasa aman yang mendorong orang untuk bebas dari rasa takut dan cemas. Kebutuhan ini dimanifestasikan, antara lain dalam bentuk tempat tinggal yang permanen. *Ketiga*, hubungan antar manusia. Manusia membutuhkan perhatian dan keintiman dalam pergaulan hidup. *Keempat*, kebutuhan akan harga diri. Kebutuhan ini dimanifestasikan manusia dalam bentuk aktualisasi diri, antara lain dengan berbuat sesuatu yang berguna. Pada tahap ini, manusia ingin agar buah pikirannya dihargai (Ancok, 1994: 49).

Sebagaimana diuraikan oleh (Arifin, 2008: 129) pengalaman puncak yang transenden digambarkan sebagai kondisi yang sehat supernormal (*normal super healthy*) dan sehat super-super (*super-super healthy*), yang oleh Maslow disebut *peakers (transcenderr)* dan *non peakers (non-transcenders)*. *Peakers* memiliki pengalaman-pengalaman puncak yang memberikan wawasan yang jelas tentang diri mereka dan dunia mereka. Kelompok ini cenderung menjadi lebih mistik, puitis, dan saleh (Ancok, 1994:75).

Adapun mengenai motivasi dalam beragama pada manusia modern saat ini adalah motivasi ini dapat berarti rangsangan atau dorongan untuk bertingkah laku. Pada kajian psikologi, sering mengajukan pertanyaan tentang motivasi yang dalam kaitan ini untuk mengerti gejala-gejala psikis yang menjadi objek ilmu jiwa. Sebab, psikologi pun tidak sekadar ingin melukiskan objeknya secara deskriptif semata, tetapi juga ingin mengerti sebab-musabab mengapa manusia melakukan sesuatu (Syukur, 1982: 77). Dari sini dapat dipahami bahwa motivasi memiliki peran yang melatarbelakangi tingkah laku seseorang.

Menurut Ramayulis sebagaimana dikutip oleh Arifin (2008: 133), motivasi memiliki beberapa peran dalam kehidupan manusia, minimal ada empat motivasi, yaitu: motivasi berperan sebagai pendorong manusia dalam melakukan sesuatu; motivasi berperan sebagai penentu arah dan tujuan; motivasi berperan sebagai penyeleksi perbuatan yang akan dilakukan oleh manusia; dan motivasi berperan sebagai penguji sikap manusia dalam berbuat, termasuk perbuatan dalam beragama.

Agama sebagai bentuk keyakinan manusia terhadap sesuatu yang bersifat adikodrati (supernatural) ternyata seakan menyertai manusia dalam ruang lingkup kehidupan yang luas. Agama memiliki nilai-nilai bagi kehidupan manusia sebagai orang per orang atau dalam hubungannya dengan bermasyarakat. Selain itu, agama juga memberi dampak bagi kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, secara psikologis, agama dapat berfungsi sebagai motif intrinsik (dalam diri) yang berguna. Di antaranya untuk terapi mental dan motif ekstrinsik (luar diri) dalam rangka menangkis bahaya negatif arus era global. Dan motif yang didorong keyakinan agama dinilai memiliki kekuatan yang mengagumkan dan sulit ditandingi oleh keyakinan nonagama, baik doktrin maupun ideologi yang bersifat profan (Arifin, 2008: 133)

### **3. Fungsi Agama Dalam Kehidupan Individu Dan Kehidupan Kelompok**

Seorang sosiolog agama bernama Elizabeth K. Nottingham (1985: 3-4) berpendapat bahwa agama bukan sesuatu yang dapat dipahami melalui definisi, melainkan melalui deskripsi (penggambaran). Tak ada satu pun definisi tentang agama yang benar-benar memuaskan, tulis Elizabeth. Menurut gambaran Elizabeth K. Nottingham, agama

adalah gejala yang begitu sering “terdapat di mana-mana” dan agama berkaitan dengan usaha-usaha manusia untuk mengukur dalamnya makna dari keberadaan diri sendiri dan keberadaan alam semesta. Selain itu, agama dapat membangkitkan kebahagiaan batin yang paling sempurna dan juga perasaan takut dan ngeri. Meskipun perhatian tertuju kepada adanya suatu dunia yang tak dapat dilihat (akhirat), namun agama melibatkan dirinya dalam masalah-masalah kehidupan sehari-hari di dunia, baik kehidupan individu maupun kehidupan sosial (Arifin, 2008: 143)

Adapun fungsi Agama dalam kehidupan individu berfungsi sebagai suatu sistem nilai yang memuat norma-norma tertentu. Secara umum, norma-norma tersebut menjadi kerangka acuan dalam bersikap dan bertindak laku agar sejalan dengan keyakinan agama yang dianutnya. Sebagai sistem nilai agama memiliki arti yang khusus dalam kehidupan individu serta dipertahankan sebagai bentuk ciri khas. Manusia memiliki bentuk sistem nilai tertentu. Sistem nilai ini merupakan sesuatu yang dianggap bermakna bagi dirinya. Sistem ini dibentuk melalui belajar dan proses sosialisasi. Perangkat sistem ini dipengaruhi oleh keluarga, teman, institusi pendidikan, dan masyarakat luas (Arifin, 2008: 43)

Sementara fungsi agama dalam kehidupan masyarakat atau kelompok merupakan gabungan dari kelompok individu yang terbentuk berdasarkan tatanan sosial tertentu. Dalam kepustakaan ilmu-ilmu sosial dikenal tiga bentuk masyarakat, yaitu: 1) masyarakat homogen; 2) masyarakat majemuk; dan 3) masyarakat heterogen.

Masyarakat homogen ditandai oleh adanya ciri-ciri yang anggotanya tergolong dalam satu asal atau suku bangsa dengan satu kebudayaan yang digunakan sebagai pedoman hidup sehari-hari (Suparlan, 2008: 146). Masyarakat homogen dapat ditemukan dalam bentuk satuan-satuan masyarakat berskala kecil tetapi juga ada yang terwujud dalam masyarakat berskala besar. Sebagaimana disampaikan oleh Suparlan, dikutip oleh Arifin menerangkannya, masyarakat heterogen memiliki ciri-ciri: 1) pranata-pranata primer yang bersumber dari kebudayaan suku bangsa telah diseragamkan oleh pemerintah nasional; 2) kekuatan-kekuatan politik suku bangsa telah dilemahkan oleh sistem nasional melalui pengorganisasian yang berlandaskan pada solidaritas; 3) memiliki pranata alternatif yang berfungsi sebagai upaya

untuk mengakomodasi perbedaan dan keragaman; dan 4) adanya tingkat kemajuan yang tinggi dalam kehidupan ekonomi dan teknologi sebagai akibat dari perkembangan pranata-pranata alternatif yang beragama tersebut (Arifin, 2008: 146)

#### **4. Gangguan Kejiwaan Bagi Manusia Modern**

Sebagai akibat dari sikap hipokrit yang berkepanjangan, maka manusia modern mengidap gangguan kejiwaan antara lain berupa: (a) Kecemasan, (b) Kesepian, (c) Kebosanan, (d) Perilaku menyimpang, (e) Psikosomatis. *Pertama*, Kecemasan merupakan perasaan cemas yang diderita manusia modern tersebut diatas adalah bersumber dari hilangnya makna hidup, (*the meaning of life*). Secara fitri manusia memiliki kebutuhan akan makna hidup. Makna hidup dimiliki oleh seseorang manakala ia memiliki kejujuran dan merasa hidupnya dibutuhkan oleh orang lain dan merasa mampu dan telah mengerjakan sesuatu yang bermakna untuk orang lain. Makna hidup biasanya dihayati oleh para pejuang dalam bidang apapun, karena pusat perhatian pejuang adalah pada bagaimana bisa menyumbangkan sesuatu untuk kepentingan orang lain. Seorang pejuang biasanya memiliki tingkat dedikasi yang tinggi, dan untuk apa yang ia perjuangkannya, ia sanggup berkorban, bahkan korban jiwa sekalipun.

Meskipun yang dilakukan pejuang itu untuk kepentingan orang lain, tetapi dorongan untuk berjuang lahir dari diri sendiri, bukan untuk memuaskan orang lain. Seorang pejuang melakukan sesuatu sesuai dengan prinsip yang dianutnya, bukan prinsip yang dianut oleh orang lain. Kepuasan seorang pejuang adalah apabila ia mampu berpegang teguh kepada prinsip kejuangannya, meskipun boleh jadi perjuangannya itu gagal.

Adapun manusia modern seperti disebutkan diatas, mereka justru tidak memiliki makna hidup, karena mereka tidak memiliki prinsip hidup. Apa yang dilakukan adalah mengikuti trend, mengikuti tuntutan sosial, sedangkan tuntutan sosial belum berdiri diatas suatu prinsip yang mulia. Orang yang hidupnya hanya mengikuti kemauan orang lain, akan merasa puas tetapi hanya sekejap, dan akan merasa kecewa dan malu jika gagal. Karena tuntutan sosial selalu berubah dan malu jika gagal. Karena tuntutan sosial selalu berubah dan tak ada habis-habisnya maka manusia modern dituntut untuk selalu mengantisipasi perubahan, padahal perubahan itu selalu terjadi dan susah diantisipasi,

sementara ia tidak memiliki prinsip hidup, sehingga ia diperbudak untuk melayani perubahan. Ketidakseimbangan itu, dan terutama karena merasa hidupnya tak bermakna, tak ada dedikasi dalam perbuatannya, maka ia dilanda kegelisaan dan kecemasan yang berkepanjangan. Hanya sesekali ia menikmati kenikmatan sekejap, kenikmatan palsu ketika ia berhasil pentas diatas panggung sandiwara kehidupan.

*Kedua*, Kesepian yaitu gangguan kejiwaan berupa kesepian bersumber dari hubungan antar manusia (interpersonal) di kalangan masyarakat modern yang tidak lagi tulus dan hangat. Kegersangan hubungan antar manusia ini disebabkan karena semua manusia modern menggunakan topeng-topeng sosial untuk menutupi wajah kepribadiannya. Dalam komunikasi interpersonal, manusia modern tidak memperkenalkan dirinya sendiri, tetapi selalu menunjukkannya sebagai seseorang yang sebenarnya bukan dirinya. Akibatnya setiap manusia modern memandang orang lain, maka yang dipandang juga bukan sebagai dirinya, tetapi sebagai orang yang bertopeng. Selanjutnya hubungan antar manusia tidak lagi sebagai hubungan antar kepribadian, tetapi hubungan antar topeng, padahal setiap manusia membutuhkan orang lain, bukan topeng lain.

Sebagai akibat dari hubungan antar manusia yang gersang, manusia modern mengidap perasaan sepi, meski ia berada di tengah keramaian. Sebagai manusia, ia benar-benar sendirian, karena yang berada di sekelilingnya hanyalah topeng-topeng. Ia tidak dapat menikmati senyuman orang lain, karena iapun mempersepsi senyuman orang itu sebagai topeng, sebagaimana ketika ia tersenyum kepada orang lain. Pujian orang kepadanya juga dipandanginya sebagai basa-basi yang sudah diprogram, bahkan ucapan cinta dari sang kekasihnyapun sebagai orang yang sedang mengenakan topeng cinta. Sungguh malang benar manusia modern ini.

*Ketiga*, Kebosanan. Karena hidup tak bermakna, dan hubungan dengan manusia lain terasa hambar karena ketiadaan ketulusan hati, kecemasan yang selalu mengganggu jiwanya dan kesepian yang berkepanjangan, menyebabkan manusia modern menderita gangguan kejiwaan berupa kebosanan. Ketika diatas pentas kepalsuan, manusia bertopeng memang memperoleh kenikmatan sekejap, tetapi setelah ia kembali rumahnya, maka ia kembali dirasuki perasaan cemas dan sepi

Kecemasan dan kesepian yang berkepanjangan akhirnya membuatnya menjadi bosan, bosan kepada kepura-puraan, bosan kepada kepalsuan, tetapi ia tidak tahu harus melakukan apa untuk menghilangkan kebosanan itu. Berbeda dengan perasaan seorang pejuang yang merasa hidup dalam keramaian perjuangan meskipun ketika itu ia sedang duduk sendiri di dalam kamar, atau bahkan dalam sel penjara, manusia modern justru merasa sepi di tengah-tengah keramaian, frustrasi di tengah aneka fasilitas, dan bosan di tengah kemeriahan pesta yang menggoda.

*Keempat*, Perilaku menyimpang. Kecemasan, kesepian dan kebosanan yang diderita berkepanjangan, menyebabkan seseorang tidak tahu persis apa yang harus dilakukan. Ia tidak bisa memutuskan sesuatu, dan ia tidak tahu jalan mana yang harus ditempuh. Dalam keadaan jiwa yang kosong dan rapuh ini, maka ketika seseorang tidak mampu berfikir jauh, kecenderungan memuaskan motif kepada hal-hal yang rendah menjadi sangat kuat, karena pemuasan atas motif kepada hal-hal yang rendah agak sedikit menghibur

Manusia dalam tingkat gangguan kejiwaan seperti itu mudah sekali diajak atau dipengaruhi untuk melakukan hal-hal yang menyenangkan meskipun perbuatan itu menyimpang dari norma-norma moral. Kondisi psikologi mereka seperti halnya orang yang sedang berada dalam pengaruh obat terlarang. Dalam keadaan tak mampu berfikir, apa saja ia mau melakukan asal memperoleh minuman. Kekosongan jiwa itu dapat mengantarkan mereka pada perbuatan merampok orang, meskipun mereka tidak membutuhkan uang, memperkosa orang tanpa mengenal siapa yang diperkosa, membunuh orang tanpa ada sebab-sebab yang membuatnya harus membunuh, pokoknya semua perilaku menyimpang yang secara sepihak seakan memberikan hiburan dapat mereka lakukan. *Kelima*, Psikosomatis. Psikosomatik adalah gangguan fisik yang disebabkan oleh faktor-faktor kejiwaan dan sesial. Seseorang jika emosinya menumpuk dan memuncak maka hal itu dapat menyebabkan terjadinya guncangan dan kekacauan dalam dirinya. Jika faktor-faktor yang menyebabkan memuncaknya emosi itu secara berkepanjangan tidak dapat dijauhkan, maka ia dipaksa untuk selalu berjuang menekan perasaannya. Perasaan tertekan, cemas, kesepian dan kebosanan yang berkepanjangan dapat mempengaruhi kesehatan fisiknya. Psikosomatik dapat disebut sebagai

penyakit gabungan, fisik dan mental, yang dalam bahasa Arab disebut *nafsajasadiyyah* atau *nafsabiolojiyyah*. Yang sakit sebenarnya jiwanya, tetapi menjelma dalam bentuk sakit fisik.

Penderita psikosomatik biasanya selalu mengeluh merasa tidak enak badan, jantungnya berdebar-debar, merasa lemah dan tidak bisa konsentrasi. Wujud psikosomatik bisa dalam bentuk syndrome, trauma, stress, ketergantungan kepada obat penenang/alkohol/narkotik atau berperilaku menyimpang. Manusia modern penderita psikosomatik adalah ibarat penghuni kerangkeng yang sudah tidak lagi menyadari bahwa kerangkeng itu merupakan belenggu. Baginya berada dalam kerangkeng seperti memang sudah seharusnya begitu, ia sudah tidak bisa membayangkan seperti apa alam di luar kerangkeng (Mubarok, 2002: 166).

### **5. Gangguan Kejiwaan Sebagai Kerangkeng Manusia Modern**

Manusia modern seperti itu sebenarnya adalah manusia yang sudah kehilangan makna, manusia kosong, *The Hollow Men*. Ia resah setiap kali harus mengambil keputusan, ia tidak tahu apa yang diinginkan, dan tidak mampu memilih jalan hidup yang diinginkan. Para sosiolog menyebutnya sebagai gejala keterasingan, aliensi, yang disebabkan oleh (a) perubahan sosial yang berlangsung sangat cepat, (b) hubungan hangat antar manusia sudah berubah menjadi hubungan yang gersang, (c) lembaga tradisional sudah berubah menjadi lembaga rational, (d) masyarakat yang homogen sudah berubah menjadi heterogen, dan (e) stabilitas sosial berubah menjadi mobilitas sosial.

Situasi psikologis dalam sistem sosial yang mengkungkung manusia modern itu bagaikan kerangkeng yang sangat kuat, yang membuat penghuni di dalamnya tak lagi mampu berfikir untuk mencari jalan keluar dari kerangkeng itu. Orang merasa tak berdaya untuk melakukan upaya perubahan, kekuasaan (sistem) politik terasa bagaikan hantu yang susah diikuti standar kerjanya, ekonomi dirasakan tercengkeram oleh segelintir orang yang bisa amat leluasa memperlmainkannya sekehendak hati mereka, bukan kehendaknya, dan nilai-nilai luhur kebudayaan sudah menjadi komoditi pasar fluktuasinya sudah diduga.

Bagaikan orang yang telah lama terkurung dalam kerangkeng, manusia modern menderita frustrasi dan berada dalam ketidak

berdayaan, *powerlessness*. Ia tidak mampu lagi merencanakan masa depan, ia pasrah kepada nasib karena merasa tidak berdaya apa-apa. Rakyat acuh tak acuh terhadap perkembangan politik, pegawai negeri merasa hanya kerja rutin, dan hanya mengerjakan yang diperintah dan yang diawasi atasannya. Kerangkeng lain yang tidak kalah kuatnya adalah dalam kehidupan sosial. Manusia modern dikerangkeng oleh tuntutan sosial. Manusia modern dikerangkeng oleh tuntutan sosial. Mereka merasa sangat terikat untuk mengikuti skenario sosial yang menentukan berbagai kriteria dan mengatur berbagai keharusan dalam kehidupan sosial. Seorang istri pejabat merasa harus menyesuaikan diri dengan jabatan suaminya dalam hal pakaian, kendaraan, asesoris, bahkan sampai pada bagaimana tersenyum dan tertawa. Seorang pejabat juga merasa harus mengganti rumahnya, kendaraannya, pakaiannya, kawan-kawan pergaulannya, minumannya, rokoknya dan kebiasaan-kebiasaan lainnya agar sesuai dengan skenario sosial pejabat. Kaum wanita juga dibuat sibuk untuk mengganti kosmetiknya, mode pakaiannya, dandanannya, meja makan, dan piring di rumahnya untuk memenuhi trend yang sedang berlaku.

Manusia modern begitu sibuk dan bekerja keras melakukan penyesuaian diri dengan trend modern. Ia merasa sedang berjuang keras untuk memenuhi keinginannya, padahal yang sebenarnya mereka diperbudak oleh keinginan orang lain, oleh keinginan sosial. Ia sebenarnya sedang mengejar apa yang diharapkan oleh orang lain agar ia mengujarnya. Ia selalu mengukur perilaku dirinya dengan apa yang ia duga sebagai harapan orang lain. Ia boleh jadi memperoleh kepuasan, tetapi kepuasan itu sebenarnya kepuasan sekejap, yakni kepuasan dalam mempertontonkan perilaku yang dipesan oleh orang lain. Ia tak ubahnya pemain sandiwara di atas panggung yang harus trampil prima sesuai dengan perintah sutradara, meskipun boleh jadi ia sedang kurang sehat.

Begitulah manusia modern, ia melakukan sesuatu bukan karena ingin melakukannya, tetapi karena merasa orang lain menginginkan agar ia melakukannya. Ia sibuk meladeni keinginan orang lain, sampai ia lupa kehendak sendiri. Ia memiliki ratusan topeng sosial yang siap dipakai dalam berbagai event sesuai dengan skenario sosial, dan saking seringnya menggunakan topeng sampai ia lupa wajah asli miliknya. Manusia modern adalah manusia yang sudah kehilangan jati dirinya,

perilakunya sudah seperti perilaku robot, tanpa perasaan. Senyumnya tidak lagi seindah senyuman fitri seorang bayi, tetapi lebih sebagai *make up*. Tawanya tidak lagi spontan seperti tawa ceria kanak-kanak dan remaja, tetapi tawa yang diatur sebagai bedak untuk memoles kepribadiannya. Tangisannya tidak lagi merupakan rintihan jiwa, tetapi lebih merupakan topeng untuk menutupi borok-borok akhlaknya, dan kesemuanya sudah diprogramkan kapan harus tertawa dan kapan harus menangis (Mubarok, 2002: 162).

### C. Simpulan

Kerangkeng yang membelenggu manusia modern sebenarnya hanya berupa nilai, atau tepatnya karena kekosongan nilai. Kekosongan nilai manusia modern itu disebabkan karena ia tidak lagi mengenali dirinya dalam konstalasi makhluk Allah lainnya. Untuk berani ke luar dari kerangkengnya maka mula pertama manusia modern harus terlebih dahulu mengenali kembali jati dirinya, apakah makhluk itu, apa sebenarnya manusia itu, siapa dirinya sebenarnya, untuk apa ia berada di dunia ini dan mau kemana setelah itu. Bagi manusia modern yang belum terlalu parah penyakitnya, ia dapat diajak berdialog, diajak berfikir, merenung tentang apa yang telah terjadi dan seberapa sisa hidupnya. Ia diajak untuk mengenali dirinya dalam kontek ciptaan Allah, karena sebagaimana kata Nabi barang siapa mengenali siapa dirinya maka ia akan mengenali siapa Tuhannya. Bagi penderita yang sudah parah, maka dialog tidak dapat menolongnya. Kepadanya sebaiknya dibawa saja dalam situasi yang tidak memberi peluang selain berfikir dan merasa berada dalam suasana religius. Dalam perspektif ini, maka terapi agama sebenarnya sangat relevan bagi manusia modern, bagi yang masih sehat, dan terutama bagi yang sudah sakit.

Selanjutnya dalam terapi agama dalam pengidap penyakit manusia modern sekarang ini adalah bagi orang yang merasa tidak tenang, tidak aman serta tidak tenteram dalam hatinya adalah orang yang sakit rohani atau mentalnya. Hal ini juga disampaikan oleh para ahli psikiatri mereka mengakui bahwa setiap manusia mempunyai kebutuhan-kebutuhan dasar tertentu yang diperlukan untuk melangsungkan proses kehidupan secara lancar. Kebutuhan tersebut dapat berupa kebutuhan jasmani dan dapat berupa kebutuhan rohani maupun kebutuhan sosial. Bila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi,

maka manusia akan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan kenyataan yang dihadapinya. Kemampuan untuk menyesuaikan diri ini akan mengembalikan ke kondisi semula, hingga proses kehidupan berjalan lancar seperti apa adanya. Tetapi dalam kehidupan sehari-hari tak jarang dijumpai bahwa seseorang tak mampu menahan keinginan bagi terpenuhinya kebutuhan bagi dirinya. Dalam kondisi seperti itu akan terjadi pertentangan atau konflik dalam batin. Pertentangan ini akan menimbulkan ketidakseimbangan dalam kehidupan rohani, yang dalam kesehatan mental disebut kekusutan rohani atau kekusutan fungsional. Usaha penanggulangan kekusutan rohani atau mental ini sebenarnya dapat dilakukan sejak dini oleh yang bersangkutan. Dengan mencari cara yang tepat untuk menyesuaikan diri dengan memilih norma-norma moral, maka kekusutan mental akan terselesaikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bambang, Syamsul Arifin, 2008, *Psikologi Agama*, Bandung: Pustaka Setia.
- Kahmad, Dadang, 2011, *Sosiologi Agama*, Bandung, Pustaka Setia.
- Muchtar Ghazali, Adeng, 2004, *Agama dan Keberagamaan*, Bandung: Pustaka Setia.
- Ma'rufin, Noor, 2006, *Sosiologi Agama*, STAIN Kudus, Daros STAIN Kudus.
- Mubarok, Ahmad, 2002, *Konseling Agama Teori dan Praktek*, Jakarta: Bina Renika Pariwisata.
- Soerjono, Soekanto, 2014, *Sosiologi Suatu Pengantar*, Jakarta, Raja Grafindo Persada,
- Suparlan, Parsudi, 1995, *Masyarakat Terasing dalam Masyarakat Indonesia*, Yayasan Obor Indonesia.