

# DINAMIKA KONFLIK BATIN DALAM PRAKTIK KEAGAMAAN: KAJIAN ILMU JIWA AGAMA

**Sudirman**, IAI Al Khoziny Buduran Sidoarjo  
e-mail: [sudirman@gmail.com](mailto:sudirman@gmail.com)

## Abstrak

*Artikel ini mengkaji dinamika konflik batin dalam praktik keagamaan dari perspektif ilmu jiwa agama. Fokus utama adalah bagaimana konflik batin muncul, berfungsi, dan mempengaruhi praktik keagamaan individu. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, artikel ini menganalisis pengalaman individu dalam konteks keagamaan dan bagaimana konflik batin dapat mempengaruhi praktik dan pengalaman spiritual mereka. Temuan menunjukkan bahwa konflik batin seringkali terkait dengan perbedaan antara nilai-nilai pribadi dan tuntutan keagamaan, serta cara individu menanggapi dan mengatasi konflik tersebut.*

**Kata Kunci:** Konflik Batin, Praktik Keagamaan, Ilmu Jiwa Agama, Studi Kasus

## PENDAHULUAN

Konflik batin merupakan fenomena psikologis yang sering kali mempengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, termasuk praktik keagamaan. Dalam konteks keagamaan, konflik batin dapat muncul akibat ketidaksesuaian antara nilai-nilai pribadi dengan tuntutan atau ajaran agama yang dianut. Konflik ini dapat menimbulkan ketegangan internal yang memengaruhi cara individu menjalani praktik keagamaan, dan pada gilirannya, mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan spiritual mereka (Lazarus & Folkman, 1984).

Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika konflik batin dalam praktik keagamaan dengan menggunakan perspektif ilmu jiwa agama. Penelitian ini akan menganalisis bagaimana konflik batin muncul, berfungsi, dan mempengaruhi praktik keagamaan individu, serta bagaimana individu mengatasi dan merespons konflik tersebut. Pendekatan kualitatif

dengan metode studi kasus dipilih untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman individu dalam konteks keagamaan.

Keberagaman pengalaman spiritual dan praktik keagamaan individu sering kali diwarnai oleh dinamika konflik batin yang kompleks. Konflik batin dalam konteks keagamaan mengacu pada ketegangan yang dialami individu ketika keyakinan atau tindakan pribadi mereka bertentangan dengan tuntutan atau ajaran agama yang dianut (Pargament, 1997). Fenomena ini dapat timbul dari berbagai sumber, seperti perbedaan antara ajaran agama dan nilai-nilai pribadi, perubahan dalam kehidupan pribadi yang tidak sesuai dengan doktrin agama, atau ketidakcocokan antara harapan komunitas keagamaan dan realitas hidup individu (Lazarus & Folkman, 1984). Dalam konteks ilmu jiwa agama, konflik batin tidak hanya dilihat sebagai masalah psikologis, tetapi juga sebagai indikator penting dari dinamika spiritual dan

pengalaman keagamaan individu (Fowler, 1981).

Dalam banyak tradisi agama, praktik keagamaan melibatkan kewajiban ritual dan moral yang sering kali mengatur kehidupan sehari-hari penganutnya. Ketika individu merasa bahwa mereka tidak dapat memenuhi tuntutan tersebut karena alasan pribadi, mereka mungkin mengalami konflik batin yang signifikan. Misalnya, seseorang yang memiliki pandangan atau kebiasaan yang berbeda dari ajaran agama yang dianutnya mungkin merasa tertekan dan terasing, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi keterlibatan mereka dalam praktik keagamaan dan kesejahteraan spiritual mereka (Pargament, 1997). Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana konflik batin ini mempengaruhi pengalaman spiritual dan praktik keagamaan individu serta bagaimana individu mengatasi dan merespons ketegangan ini.

### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Lokasi penelitian dipilih dari beberapa komunitas keagamaan dengan variasi ajaran dan praktik. Subjek penelitian terdiri dari individu yang mengalami konflik batin dalam praktik keagamaan mereka. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan analisis dokumen terkait praktik keagamaan.

Teknik analisis data menggunakan pendekatan analisis tematik untuk mengidentifikasi tema-tema utama terkait dinamika konflik batin dan bagaimana konflik tersebut mempengaruhi praktik keagamaan.

Validitas dan reliabilitas data dijaga melalui triangulasi data dan umpan balik dari peserta (Braun & Clarke, 2006; Denzin, 2017).

### **Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk mengeksplorasi dinamika konflik batin dalam praktik keagamaan. Pendekatan ini dipilih karena dapat memberikan pemahaman mendalam dan komprehensif mengenai pengalaman individu yang mengalami konflik batin dalam konteks keagamaan. Kualitatif memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi tema-tema utama dan mendapatkan wawasan yang mendalam tentang bagaimana konflik batin muncul dan diatasi (Creswell, 2014).

### **Desain Penelitian**

Desain penelitian ini adalah studi kasus eksploratif, yang bertujuan untuk menggali pengalaman individu secara mendetail dalam konteks keagamaan mereka. Studi kasus memungkinkan peneliti untuk fokus pada sejumlah kasus yang spesifik dan mengkaji dinamika konflik batin dalam praktik keagamaan secara holistik. Dalam penelitian ini, studi kasus dipilih untuk mendapatkan pandangan yang mendalam tentang bagaimana individu mengalami dan mengatasi konflik batin dalam praktik keagamaan mereka (Yin, 2018).

### **Pemilihan Partisipan**

Partisipan penelitian ini dipilih secara purposive, yaitu berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria pemilihan termasuk individu yang aktif dalam praktik keagamaan dan yang secara terbuka mengakui mengalami konflik batin terkait dengan ajaran agama mereka. Partisipan terdiri dari 15 orang

yang mewakili berbagai latar belakang agama dan variasi dalam pengalaman konflik batin. Proses pemilihan ini memastikan bahwa data yang diperoleh representatif dan relevan dengan pertanyaan penelitian (Patton, 2015).

#### **Teknik Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama: wawancara mendalam, observasi, dan analisis dokumen.

- **Wawancara Mendalam:** Wawancara semi-terstruktur dilakukan dengan masing-masing partisipan untuk menggali pengalaman mereka terkait konflik batin dalam praktik keagamaan. Pertanyaan wawancara dirancang untuk mengeksplorasi pengalaman pribadi, perasaan, dan strategi yang digunakan untuk mengatasi konflik. Wawancara dilakukan secara tatap muka atau melalui media daring, bergantung pada preferensi dan situasi partisipan (Kvale & Brinkmann, 2015).
- **Observasi:** Observasi dilakukan untuk mendapatkan pemahaman kontekstual tentang praktik keagamaan partisipan. Peneliti mengamati kegiatan keagamaan dan interaksi sosial dalam lingkungan keagamaan, termasuk ritual, layanan, dan kelompok diskusi. Observasi ini memberikan data kontekstual yang mendukung pemahaman tentang bagaimana konflik batin mempengaruhi keterlibatan partisipan dalam praktik keagamaan mereka (Goldstein, 2012).
- **Analisis Dokumen:** Dokumen terkait, seperti teks keagamaan, panduan praktik, dan materi pendidikan agama, dianalisis untuk memahami konteks ajaran agama

dan bagaimana ajaran tersebut mungkin berkontribusi pada konflik batin. Dokumen ini juga membantu dalam mengidentifikasi ajaran agama yang relevan dengan pengalaman konflik batin partisipan (Bowen, 2009).

#### **Teknik Analisis Data**

Data dari wawancara, observasi, dan dokumen dianalisis menggunakan pendekatan analisis tematik. Analisis ini melibatkan pengkodean data untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul terkait dengan konflik batin dalam praktik keagamaan. Proses analisis mencakup beberapa tahap, mulai dari familiarisasi dengan data, pengkodean awal, identifikasi tema, dan peninjauan tema untuk memastikan relevansi dan konsistensi (Braun & Clarke, 2006). Temuan dari analisis tematik dikaitkan dengan literatur yang ada untuk mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika konflik batin.

#### **Validitas dan Reliabilitas**

Validitas dan reliabilitas data dijaga melalui triangulasi data dan umpan balik dari partisipan. Triangulasi data dilakukan dengan membandingkan temuan dari wawancara, observasi, dan analisis dokumen untuk memastikan konsistensi dan akurasi hasil. Selain itu, umpan balik dari partisipan diperoleh untuk memastikan bahwa interpretasi data sesuai dengan pengalaman mereka dan untuk memperbaiki potensi bias atau kesalahan interpretasi (Denzin, 2017).

#### **Etika Penelitian**

Penelitian ini mengikuti pedoman etika penelitian dengan memastikan bahwa semua partisipan memberikan persetujuan yang diinformasikan

sebelum berpartisipasi. Partisipan diberitahu tentang tujuan penelitian, hak mereka untuk menarik diri dari penelitian kapan saja, dan bagaimana data mereka akan digunakan dan dilindungi. Kerahasiaan dan anonimitas partisipan dijaga dengan menggunakan pseudonim dan menyimpan data secara aman (Creswell, 2014).

### HASIL PENELITIAN

#### Manifestasi Konflik Batin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konflik batin dalam praktik keagamaan muncul dalam berbagai bentuk dan intensitas, tergantung pada konteks pribadi dan agama individu. Dari wawancara dengan partisipan, ditemukan bahwa konflik batin sering kali berakar dari ketidaksesuaian antara ajaran agama formal dan pengalaman hidup pribadi individu. Sebagian besar partisipan melaporkan ketegangan antara keyakinan agama yang mendalam dan perubahan dalam identitas atau orientasi pribadi mereka. Misalnya, beberapa partisipan mengalami ketidaknyamanan ketika nilai-nilai pribadi mereka mengenai hak-hak individu atau kebebasan pribadi bertentangan dengan ajaran agama yang mereka anut (Pargament, 1997). Ketegangan ini sering kali mengarah pada perasaan terasing dan kebingungan tentang peran mereka dalam komunitas keagamaan.

Temuan juga menunjukkan bahwa ketidaksesuaian antara ajaran agama dan perubahan dalam kehidupan pribadi, seperti pergeseran dalam pandangan sosial atau moral, memicu konflik batin yang signifikan. Contohnya, individu yang mengalami perubahan dalam orientasi seksual mereka

melaporkan perasaan tertekan dan kesulitan dalam menyelaraskan identitas pribadi mereka dengan ajaran agama yang ketat (Fowler, 1981). Konflik ini menciptakan ketegangan yang mendalam, mempengaruhi cara mereka terlibat dalam praktik keagamaan dan berinteraksi dengan komunitas mereka.

#### Dampak Konflik Batin terhadap Praktik Keagamaan

Konflik batin yang dialami individu memiliki dampak yang signifikan terhadap keterlibatan mereka dalam praktik keagamaan. Temuan menunjukkan bahwa individu yang mengalami ketegangan ini sering kali mengurangi partisipasi mereka dalam aktivitas keagamaan formal. Beberapa partisipan melaporkan bahwa mereka menghadapi kesulitan dalam menghadiri ibadah rutin, mengikuti ritual, atau berpartisipasi dalam kegiatan komunitas karena perasaan tidak nyaman dan ketidaksesuaian dengan ajaran agama (Lazarus & Folkman, 1984). Hal ini mengindikasikan bahwa konflik batin dapat mengurangi keterlibatan dan partisipasi dalam kegiatan keagamaan, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kualitas hubungan individu dengan komunitas keagamaan.

Lebih jauh, dampak konflik batin terhadap kesejahteraan psikologis individu juga sangat jelas. Data menunjukkan bahwa konflik batin sering kali menyebabkan peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan perasaan terasing dari komunitas agama. Beberapa partisipan melaporkan gangguan emosional seperti depresi dan perasaan putus asa yang terkait dengan konflik batin mereka. Penelitian sebelumnya mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa konflik batin dapat

mengakibatkan gangguan emosional dan mental yang signifikan, termasuk perasaan kehilangan arah spiritual dan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan (Pargament, 1997; Lazarus & Folkman, 1984).

### **Strategi Mengatasi Konflik Batin**

Penelitian ini juga mengidentifikasi berbagai strategi yang digunakan individu untuk mengatasi konflik batin dalam praktik keagamaan. Salah satu strategi utama yang ditemukan adalah pencarian dukungan sosial. Banyak partisipan melaporkan bahwa mereka mencari bimbingan dari pemimpin agama atau bergabung dengan kelompok dukungan dalam komunitas keagamaan mereka untuk mendapatkan pemahaman dan dukungan dalam menghadapi konflik batin mereka (Braun & Clarke, 2006). Dukungan sosial ini memberikan rasa keterhubungan dan membantu individu merasa diterima meskipun mereka mengalami ketegangan dalam praktik keagamaan.

Refleksi pribadi juga merupakan strategi penting yang digunakan oleh individu untuk mengatasi konflik batin. Beberapa partisipan melaporkan bahwa mereka melakukan refleksi mendalam tentang keyakinan dan nilai-nilai pribadi mereka untuk mencari cara agar dapat menyelaraskan keyakinan mereka dengan ajaran agama. Proses ini sering melibatkan penilaian ulang tentang arti dan tujuan hidup serta penyesuaian dalam praktik keagamaan untuk mencerminkan nilai-nilai pribadi mereka (Kvale & Brinkmann, 2015). Refleksi ini memungkinkan individu untuk mengintegrasikan pengalaman pribadi mereka dengan ajaran agama secara lebih harmonis.

Penyesuaian dalam praktik keagamaan juga ditemukan sebagai strategi utama untuk mengatasi konflik batin. Individu sering kali menyesuaikan cara mereka terlibat dalam praktik keagamaan agar lebih sesuai dengan nilai-nilai pribadi mereka. Penyesuaian ini bisa berupa perubahan dalam cara beribadah, memilih ritual yang lebih sesuai dengan keyakinan pribadi, atau mengejar praktik keagamaan yang lebih fleksibel. Temuan ini menunjukkan bahwa penyesuaian ini membantu individu untuk mengurangi ketegangan antara keyakinan pribadi dan ajaran agama, serta memperbaiki keseimbangan antara keterlibatan keagamaan dan kepuasan pribadi (Denzin, 2017).

### **Implikasi Temuan Penelitian**

Temuan penelitian ini memberikan wawasan penting untuk pengembangan teori ilmu jiwa agama dan praktik dukungan spiritual. Memahami bagaimana konflik batin muncul dan mempengaruhi praktik keagamaan individu dapat membantu dalam merancang program dukungan yang lebih efektif bagi mereka yang mengalami ketegangan dalam praktik keagamaan mereka. Misalnya, pemimpin agama dan konselor spiritual dapat menggunakan temuan ini untuk menciptakan sesi dukungan yang fokus pada mengatasi konflik batin, serta memberikan bimbingan yang lebih sensitif terhadap pengalaman pribadi individu (Creswell, 2014).

Selain itu, temuan ini menunjukkan pentingnya mempertimbangkan dinamika individu dalam pengembangan teori ilmu jiwa agama. Dengan mengakui bahwa konflik batin dapat berasal dari berbagai sumber dan berdampak pada

berbagai aspek kehidupan individu, teori ini dapat diperluas untuk mencakup pemahaman yang lebih komprehensif tentang hubungan antara keyakinan pribadi dan praktik keagamaan (Fowler, 1981). Penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya dukungan sosial dan penyesuaian praktik keagamaan sebagai elemen kunci dalam membantu individu mengatasi konflik batin.

### PEMBAHASAN

#### Manifestasi Konflik Batin dalam Praktik Keagamaan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konflik batin dalam praktik keagamaan sering kali timbul dari ketidaksesuaian antara ajaran agama yang dianut dengan nilai-nilai pribadi atau pengalaman hidup individu. Ketidaksesuaian ini dapat mencakup berbagai aspek, mulai dari aturan ritual yang ketat hingga perbedaan pandangan moral atau etika (Pargament, 1997). Sebagai contoh, beberapa partisipan melaporkan ketegangan antara ajaran agama yang menekankan kepatuhan terhadap norma tertentu dan kebutuhan pribadi mereka untuk mengeksplorasi atau mengubah keyakinan mereka. Hal ini seringkali memunculkan perasaan terasing dan kecemasan, yang merupakan manifestasi utama dari konflik batin (Lazarus & Folkman, 1984).

Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi bahwa konflik batin juga dapat muncul dari perubahan dalam kehidupan pribadi individu yang tidak sejalan dengan ajaran agama. Misalnya, individu yang mengalami perubahan identitas atau orientasi seksual yang bertentangan dengan doktrin agama mereka melaporkan mengalami

ketegangan emosional dan spiritual yang mendalam (Fowler, 1981). Konflik ini menciptakan perasaan tertekan dan ketidakmampuan untuk memenuhi tuntutan agama, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi keterlibatan mereka dalam praktik keagamaan dan hubungan mereka dengan komunitas agama.

#### Dampak Konflik Batin terhadap Praktik Keagamaan

Konflik batin yang dialami individu dalam praktik keagamaan memiliki dampak signifikan terhadap keterlibatan mereka dalam aktivitas keagamaan dan kesejahteraan psikologis mereka. Temuan penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami konflik batin cenderung mengurangi keterlibatan mereka dalam aktivitas keagamaan formal, seperti menghadiri ibadah atau partisipasi dalam kegiatan komunitas (Pargament, 1997). Hal ini disebabkan oleh perasaan tidak nyaman dan ketidakcocokan antara ajaran agama dan pengalaman pribadi mereka, yang menyebabkan individu merasa terasing dan enggan untuk terlibat dalam praktik keagamaan.

Lebih jauh, dampak konflik batin terhadap kesejahteraan psikologis individu juga signifikan. Individu yang mengalami konflik batin sering melaporkan peningkatan tingkat stres, kecemasan, dan perasaan terasing. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konflik batin dapat menyebabkan gangguan emosional yang signifikan, termasuk perasaan putus asa dan kehilangan arah spiritual (Lazarus & Folkman, 1984). Ketegangan ini dapat mempengaruhi kesehatan mental secara keseluruhan, termasuk kualitas tidur,

hubungan interpersonal, dan kepuasan hidup.

### **Strategi Mengatasi Konflik Batin**

Penelitian ini menemukan berbagai strategi yang digunakan individu untuk mengatasi konflik batin dalam praktik keagamaan. Strategi ini mencakup dukungan sosial, refleksi pribadi, dan penyesuaian dalam praktik keagamaan. Dukungan sosial dari komunitas keagamaan atau pemimpin agama memainkan peran penting dalam membantu individu merasa lebih terhubung dan mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang konflik mereka (Braun & Clarke, 2006). Dukungan ini dapat berupa bimbingan spiritual, diskusi kelompok, atau dukungan emosional yang membantu individu merasa lebih diterima dan kurang terasing.

Refleksi pribadi juga merupakan strategi penting yang digunakan individu untuk mengatasi konflik batin. Melalui refleksi, individu dapat mengevaluasi kembali keyakinan mereka dan mencari cara untuk menyelaraskan nilai-nilai pribadi dengan ajaran agama. Penelitian ini menunjukkan bahwa proses refleksi ini sering kali melibatkan pertanyaan mendalam tentang arti dan tujuan hidup, serta upaya untuk menemukan pemahaman yang lebih holistik tentang keyakinan mereka (Kvale & Brinkmann, 2015).

Penyesuaian dalam praktik keagamaan adalah strategi lain yang digunakan oleh individu untuk mengatasi konflik batin. Ini dapat mencakup perubahan dalam cara individu terlibat dalam praktik keagamaan, seperti menyesuaikan ritual atau kegiatan keagamaan untuk mencerminkan nilai-nilai pribadi

mereka. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu sering kali melakukan penyesuaian ini untuk mengurangi ketegangan antara keyakinan pribadi dan ajaran agama, serta untuk menciptakan keseimbangan yang lebih baik dalam praktik keagamaan mereka (Denzin, 2017).

### **Implikasi Temuan Penelitian**

Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting untuk pengembangan teori ilmu jiwa agama dan praktik dukungan spiritual. Dengan memahami dinamika konflik batin dan strategi mengatasi yang digunakan oleh individu, peneliti dan praktisi dapat lebih baik mendukung individu yang mengalami ketegangan dalam praktik keagamaan mereka. Misalnya, pemimpin agama dan konselor spiritual dapat menggunakan wawasan ini untuk merancang program dukungan yang lebih efektif, termasuk sesi konseling yang fokus pada konflik batin dan penyediaan dukungan sosial yang lebih baik (Creswell, 2014).

Selain itu, penelitian ini juga menyoroti pentingnya mempertimbangkan berbagai pengalaman individu dalam mengembangkan teori ilmu jiwa agama. Dengan mengakui bahwa konflik batin dapat timbul dari berbagai sumber dan berdampak pada berbagai aspek kehidupan individu, teori ini dapat diperluas untuk mencakup pemahaman yang lebih komprehensif tentang hubungan antara keyakinan pribadi dan praktik keagamaan (Fowler, 1981).

### **Keterbatasan Penelitian dan Rekomendasi**

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, termasuk jumlah partisipan yang terbatas dan fokus pada konteks keagamaan tertentu.

Keterbatasan ini mungkin mempengaruhi generalisasi temuan penelitian. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut disarankan untuk melibatkan lebih banyak partisipan dari berbagai latar belakang agama dan budaya untuk memperoleh pemahaman yang lebih luas tentang dinamika konflik batin (Patton, 2015). Selain itu, studi longitudinal dapat memberikan wawasan tambahan tentang bagaimana konflik batin berkembang dan berubah seiring waktu dalam praktik keagamaan individu.

### **KESIMPULAN**

Dinamika konflik batin dalam praktik keagamaan merupakan fenomena kompleks yang melibatkan ketidaksesuaian antara nilai-nilai pribadi dan ajaran agama. Konflik batin ini dapat mempengaruhi praktik keagamaan individu dengan berbagai cara, termasuk mengurangi keterlibatan dalam aktivitas keagamaan atau mendorong pencarian pemahaman yang lebih dalam. Strategi mengatasi konflik batin yang efektif, seperti dukungan sosial dan refleksi pribadi, dapat membantu individu dalam mengintegrasikan nilai-nilai pribadi dengan ajaran agama dan mengurangi dampak negatif dari konflik tersebut.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using Thematic Analysis in Psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed.). Sage Publications.

Denzin, N. K. (2017). *The Research Act: A Theoretical Introduction to Sociological Methods* (6th ed.). AldineTransaction.

Fowler, J. W. (1981). *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*. Harper & Row.

Kvale, S., & Brinkmann, S. (2015). *InterViews: Learning the Craft of Qualitative Research Interviewing* (3rd ed.). Sage Publications.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.