

Dinamika Emosi dan Pengalaman Spiritual Beragama: Studi Kualitatif Pengalaman Perubahan Keyakinan Beragama

Rudi Cahyono

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya

Abstract.

The purpose of this study is to explore and to describe the spiritual experiences and the dynamics of emotions of the people who convert their beliefs. This research was performed with Empirical Phenomenological Psychological (EPP) analysis. The result shows that the emotions arising from the religion conversion was very typical, for examples are fractal emotion and emotion without thinking. Fractal emotion is the emotion while the subjects only feel the emptiness in his own feelings. Emotion without thinking is the emotion that can be felt, but the subjects don't understand what it is. Beside the emotions, the subject faith converting his belief was based on the truth of hybrid conscience. The hybrid truth is the truth by taking each good thing from every religion, especially their previous religion and current religion. The determinant factor determining the hybrid truth is the conscience.

Keywords: *emotional dynamics, spiritual experiences, beliefs, religion*

Abstrak.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dan mendeskripsikan pengalaman spiritual dan dinamika emosi pada orang yang mengalami perubahan dalam keyakinan agama. Penelitian ini menggunakan analisis empiris fenomenologis Psychological (EPP). Hasil penelitian menunjukkan bahwa emosi yang datang dari perubahan keyakinan agama sangat khas, misalnya adalah emosi fraktal dan emosi tanpa berpikir. Emosi fraktal adalah emosi ketika subjek hanya merasakan kehampaan atau kekosongan dalam perasaan. Emosi tanpa pikir adalah emosi yang bisa dirasakan, tetapi tidak dapat dimengerti oleh subjek. Selain emosi, keyakinan subjek pada saat perubahan keyakinan lebih didasarkan pada kebenaran nurani hibrida. Kebenaran hybrid adalah kebenaran dengan mengambil setiap hal yang terasa benar dari setiap agama, terutama agama yang dianut sebelumnya dan saat ini. Faktor penentu yang memutuskan kebenaran hibrida adalah hati nurani.

Kata kunci: *dinamika emosional, pengalaman spiritual, keyakinan, agama*

Agama adalah sebuah fenomena dalam kehidupan manusia, bahkan merupakan keniscayaan yang selalu dibutuhkan. Malinowski menyatakan bahwa tidak ada bangsa, bagaimanapun primitifnya, yang tidak memiliki

agama dan *magi* (Muhyidin, 2005:31).

Fenomena yang terjadi berikutnya adalah pencarian sebagai pemenuhan kebutuhan spiritual. Pencarian sarana aktualisasi diri ini tidak hanya berkenaan dengan pemilihan terhadap satu

Korespondensi: Rudi Cahyono, Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Jalan Dharmawangsa Dalam Selatan 4-6 Surabaya, 60286, Telp. (031) 5032770, 5014460, Faks (031) 5025910. Email: rudi.idcerita@gmail.com

agama tertentu, tetapi juga bagaimana menjalani agama pilihan tersebut, termasuk proses yang memberikan peluang bagi perpindahan agama. Hal terakhir ini merupakan usaha pencapaian kualitas individual. Selain itu, semua hal tersebut juga memungkinkan adanya perubahan dalam meyakini suatu agama. Islam, Kristen dan Yahudi (menurut Islamologi) adalah agama langit. Jumlah penganut terbesar di Indonesia adalah agama Kristen dan Islam, karena itulah mobilisasi antara keduanya lebih banyak terjadi daripada agama lainnya. Perpindahan agama, pada kenyataannya didahului dengan perubahan keyakinan terhadap suatu agama.

Setiap orang pasti mengalami dinamika tertentu jika berada di masa-masa transisi ini. Orang-orang yang mengalami perubahan keyakinan dalam beragama tentunya merasakan pengalaman-pengalaman spiritual yang melibatkan emosi-emosi, baik sebagai pemicu beralihnya keyakinan atau dampak yang dialami sebagai “pendatang baru”. Pengalaman-pengalaman spiritual dan perasaan-perasaan yang mengikuti proses peralihan keyakinan ini bukan sesuatu yang biasa dan tentu punya makna tersendiri bagi individu yang bersangkutan.

Masa perubahan keyakinan adalah masa-masa darurat spiritual sehubungan dengan permasalahan religi. Lukoff (dalam Rakhmat, 2004:6) menjelaskan darurat spiritual sebagai,

“Crises when the process of growth and change becomes chaotic and overwhelming. Individuals experiencing such episodes may feel that their sense of identity is breaking down, that their old values no longer hold true, and that the very ground beneath that personal realities is radically shifting. In many cases, new realms of mystical and spiritual experience enter their lives suddenly and dramatically, resulting in fear and confusion” (Rakhmat, 2004:6)

Pengalaman seperti ini bisa menjadi sumber kecemasan (*anxiety*). Tingkat yang lebih jauh bisa menjadi *traumatic event* yang sewaktu-waktu bisa memunculkan kecemasan-kecemasan baru karena kejadian-kejadian pemicu (*precipitating event*). Hal ini menunjukkan adanya problem emosional sebagai pengaruh dari problem spiritual dari individu yang mengalami perubahan keyakinan dalam beragama.

Pemaknaan perseptual masing-masing

individu terhadap pengalaman spritual dapat dilihat secara implikatif dari sikap dan perilakunya. Orang yang baru saja pindah agama biasanya mengalami berbagai kemungkinan bentuk spiritual. Beberapa orang mengalami kebingungan terhadap apa yang harus dilakukan; sebagian lagi merasa yakin dengan ajaran agamanya dan mengamalkannya dengan sepenuh hati; dan sebagian yang lain tanpa merasa punya tuntutan apapun, agama hanya sebagai kulit dan tidak lebih dari sekedar pergantian “mantel bulu”.

Studi tentang emosi menunjukkan adanya pengaruh timbal balik antara emosi, keyakinan (berhubungan dengan kerja rasional dan cara pandang) serta reaksi tubuh. Keyakinan seseorang terhadap sesuatu akan mempengaruhi reaksi emosionalnya terhadap stimulus. Demikian juga dengan keyakinan terhadap agama atau kepercayaan tertentu akan mempengaruhi reaksi emosional yang mengiringi sikap dan perilaku terhadap subjek, objek atau terhadap suatu aksi. Beberapa fakta ini memunculkan pertanyaan, bagaimana pengaruh atau hubungan timbal balik antara agama dengan spiritualitas dan emosi yang dicerminkan dari perkataan, sikap dan perilaku dalam kehidupan sehari-hari.

Pengalaman spiritual dan emosi membawa kepada pengetahuan akan proses bekerjanya potensi spiritual dan emosi dalam masa transisi. Demikian juga dengan kerja fungsional yang kolaboratif antara keduanya beserta wilayah beroperasinya akan diketahui dengan melacak bagaimana pengalaman spiritual dan dinamika emosi dari orang-orang yang pernah atau sedang mengalami masa perubahan keyakinan dalam beragama.

Kajian tentang dimensi dan dinamika psikis serta hubungannya dengan spiritualitas secara mendalam juga sangat jarang dilakukan. Seandainya ada, studi tersebut hanya terbatas sampai pada wilayah yang dangkal, hanya mengkaji masalah agama, sementara aspek-aspek kemanusiaan beserta implikasinya secara emosional dalam bentuk spiritualitas, kurang mendapatkan perhatian.

Penelitian yang sifatnya lebih mendalam tentang dinamika psikologis sangat diperlukan untuk memperkaya teori dan memberikan tambahan pengetahuan. Berkenaan dengan permasalahan ini, usaha yang dilakukan adalah

dengan melakukan penelitian tentang dinamika spiritual dan emosi dalam diri individu yang pernah mengalami masa perubahan keyakinan dalam beragama. Penelitian ini lebih berangkat dari fenomena yang unik antara perubahan keyakinan beragama, pengalaman spiritual dan perasaan dalam sebuah dinamika.

Pengalaman Spiritual

Spiritualitas sendiri bukan sesuatu yang berdiri pada dirinya, tetapi merupakan hal yang dialami. Pengalaman inilah yang disebut sebagai pengalaman spiritual. Pengalaman spiritual banyak dihubungkan dengan hal-hal gaib. Sebenarnya pengalaman spiritual sendiri adalah pemaknaan dari sesuatu yang dialami. Orang bisa saja mengalami pengalaman yang biasa, misalnya dinasehati oleh seorang pengemis, tapi orang tersebut memaknai kejadian tersebut sebagai hal yang luar biasa dan mengilhami dia untuk berpikir, merasakan dan melakukan sesuatu. Ini juga disebut sebagai pengalaman spiritual.

Menurut Maslow, pengalaman spiritual adalah *peak experience, plateau – the farthest reaches of human nature*. Pengalaman spiritual adalah puncak tertinggi yang dapat dicapai oleh manusia serta merupakan peneguhan dari keberadaannya sebagai makhluk spiritual. Pengalaman spiritual merupakan kebutuhan tertinggi manusia. Bahkan Maslow menyatakan bahwa pengalaman spiritual telah melewati hierarki kebutuhan manusia, *going beyond humanness, identity, self-actualization, and the like*.² Berdasarkan definisi-definisi yang sudah dijelaskan di depan, pengalaman spiritual adalah pengalaman akan kejadian yang berhubungan dengan spiritualitas, yaitu kejadian yang mengembalikan seseorang kepada diri yang sebenarnya, seperti definisi spiritual yang sudah dijelaskan sebelumnya (Prijosaksono, dkk. dalam sinarharapan-online, Mei 2003).

Dinamika Emosi

Definisi emosi bermacam-macam, seperti keadaan bergejolak, gangguan keseimbangan, respon kuat dan tidak beraturan terhadap stimulus (Mahmud, 1990:163). Akar kata emosi adalah *movere*, kata kerja Bahasa Latin yang berarti “menggerakkan, bergerak”, ditambah awalan “e-” untuk memberi arti “bergerak menjauh”,

menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal yang mutlak dalam emosi. Pada dasarnya, semua emosi adalah dorongan untuk bertindak, rencana seketika untuk mengatasi masalah yang telah ditanamkan secara berangsur-angsur oleh evolusi (Goleman, 2003:41).

Berdasarkan pengertian yang diberikan oleh Goleman (2003) dan definisi dari Mahmud (1990), pengertian dari emosi secara tidak langsung juga menggambarkan pengertian dari dinamika emosi, yaitu perluasan atau gerak dari afeksi terhadap stimulus luar.

Perubahan keyakinan agama

Perubahan keyakinan dalam beragama bukan berarti perpindahan agama. Perubahan keyakinan lebih kepada goncangnya keyakinan seseorang terhadap suatu agama, baik itu kemudian diikuti dengan keyakinan terhadap agama baru atau tidak. Perubahan keyakinan tidak selalu diikuti perpindahan agama, meskipun tidak jarang orang yang keyakinannya goyah lebih memilih agama baru yang diyakininya.

Perubahan keyakinan dapat terjadi dua bentuk, perubahan keyakinan parsial dan perubahan keyakinan total. Perubahan keyakinan sebagian atau parsial adalah perubahan keyakinan pada satu atau lebih ajaran agama. Biasanya keyakinan parsial ini menggabungkan (kalau tidak dikatakan mencampuradukkan) antara agama sebelumnya dengan agama yang menarik perhatiannya sekarang. Sedangkan perubahan keyakinan total adalah perubahan keyakinan secara keseluruhan dari agama yang dianut sebelumnya menuju kepada agama baru. Perubahan yang terakhir ini lebih potensial mengakibatkan beralihnya seseorang kepada agama lain.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan paradigma pospositivisme fenomenologi-interpretif. Desain penelitian yang digunakan untuk mendekati permasalahan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Kasus pada penelitian ini adalah individu yang pernah mengalami perubahan keyakinan dalam memeluk agama. Tipe dari studi kasus yang dipilih dalam penelitian ini adalah studi kasus instrumental.

Tipe ini digunakan karena penelitian ini merujuk pada kondisi tertentu dalam konteks ruang dan waktu. Selanjutnya mengeksplorasi tema yang dianggap penting dalam penelitian ini, yaitu pengalaman spiritual dan dinamika emosi dari orang yang pernah mengalami perubahan keyakinan dalam beragama.

Subjek penelitian ini ditentukan secara purposif. Kriteria subyek pada penelitian ini ditentukan berdasarkan teori atau konstruk operasional sesuai dengan studi-studi sebelumnya atau sesuai tujuan penelitian (Poerwandari, 1998:60). Kriteria utama dari subjek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Usia perkembangan
 - a. Berdasarkan Teori Perkembangan Moral dari Kohlberg, subjek berada pada tahap penalaran moral yang *post-konvensional*.
 - b. Berdasarkan perkembangan kognitif Piaget, subjek berada pada tahap berpikir operasional formal (mulai 11 tahun).
2. Pernah mengalami perubahan keyakinan dalam beragama atau pernah mengalami perpindahan agama, yaitu dari Islam ke Kristen atau dari Kristen ke Islam
3. Perubahan keyakinan atau perpindahan agama atas kemauan dan kesadaran sendiri, bukan karena ajakan, paksaan atau ikut-ikutan.

Penelitian ini menggunakan alat pengumpul data berupa wawancara mendalam (*depth interview*) dan observasi dengan atau terhadap subjek penelitian yang terpilih. Keduanya dapat dirinci sebagai berikut

Penelitian ini menggunakan jenis wawancara dengan pedoman umum. Isu-isu yang bersifat umum ditetapkan untuk menjaga perkembangan pembicaraan dalam wawancara tetap dalam fokus penelitian. Selain itu, tema pertanyaan yang akan dijawab subjek adalah tema yang masih bisa berkembang dalam pelaksanaan wawancara nantinya. Setiap subjek bisa memiliki pengalaman spiritual dan pola dinamika emosi yang berbeda, sehingga pengembangan pertanyaan wawancara yang menyesuaikan dengan kehidupan subjek sangat diperlukan. Pedoman umum untuk pertanyaan awal wawancara akan dibuat sama, sedangkan perkembangan berikutnya akan menyesuaikan dengan kekhasan di lapangan pada

masing-masing subjek.

Observasi yang dilakukan dalam penelitian ini adalah jenis observasi yang terbuka, dimana diperlukan komunikasi yang baik dengan lingkungan sosial yang diteliti, sehingga mereka dengan sukarela dapat menerima kehadiran peneliti atau pengamat. Selain itu, observasi yang dilakukan juga merupakan observasi yang tidak berstruktur, dimana peneliti tidak mengetahui dengan pasti aspek-aspek apa yang ingin diamati dari subjek penelitian. Konsekuensinya, peneliti harus mengamati seluruh hal yang terkait dengan permasalahan penelitian dan hal tersebut dianggap penting.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis tematik dengan melakukan koding terhadap hasil transkrip wawancara yang telah diverbatim dan deskripsi observasi.

Koding adalah dua aktivitas yang dilakukan secara simultan: reduksi data secara mekanis dan kategorisasi data secara analitis ke dalam tema-tema.

Prosedur Analisis

Analisis data dari studi yang disajikan ini berdasarkan pada metode *Empirical Phenomenological Psychological* (EPP) yang dikembangkan oleh Karlsson (1993), berdasarkan hasil kerja dari Georgi. Prosedur ini terdiri dari lima langkah sebagai berikut:

Langkah 1

Peneliti membaca beberapa kali (minimal dua kali) transkrip dari masing-masing subjek hingga mengetahui secara baik, mengerti dan merasakan materi yang telah dicapai.

Langkah 2

Peneliti membedakan unit kecil yang disebut *meaning units* (MU).

Langkah 3

Peneliti mentransformasikan masing-masing MU dari bahasa subjek ke dalam bahasa peneliti.

Langkah 4

Peneliti menyintesis transformasi MU kedalam struktur yang tersituasikan (format rangkuman).

Langkah 5

Peneliti bergerak dari struktur yang tersituasikan kepada sebuah tema atau struktur

yang lebih umum.

Selain EPP, teknik analisis yang digunakan juga menggunakan hermeneutik (*hermeneutic analysis*). Hermeneutik adalah “cara membaca” dalam strukturalisme semiotik (Muhadjir, 2002:314). Hermeneutik merupakan ilmu penafsiran yang menggunakan logika linguistik dalam melihat data yang berupa teks. Hermeneutik ini tidak hanya ada pada salah satu langkah seperti yang disebutkan di atas (langkah 4), tapi juga digunakan dalam penentuan makna (meaning) dari teks, sehingga bagian kalimat benar-benar merupakan *meaning unit*.

Uji Keabsahan Data

Uji keabsahan data dengan triangulasi menggunakan sumber (*triangulation by source or subject*) dan metode (*triangulation by method*). Sumber yang dimaksud adalah variasi subjek yang digunakan, yaitu perubahan keyakinan mulai dari yang belum berpindah agama, baru pindah agama, sampai yang sudah lama berpindah agama. Selain itu, data yang dikumpulkan berupa catatan lapangan (observasi) dan wawancara.

Metode yang dimaksud menggunakan dua teknik analisis sekaligus. Kedua teknik analisis ini adalah prosedur *Empirical Phenomenological Psychological* (EPP) dan teknik analisis dengan menggunakan hermeneutik (*hermeneutic analysis*). Dua teknik ini merupakan bentuk pemikiran ketat (*rigorous thinking*) atau prosedur ketat (*rigorous procedure*). EPP dan hermeneutik merupakan dua teknik yang diberlakukan secara simultan dalam menganalisis teks secara keseluruhan.

HASIL DAN BAHASAN

Keyakinan Beragama

Proses perubahan keyakinan dalam beragama yang terjadi pada masing-masing subjek ternyata memunculkan pola umum. Pola umum ini berkaitan dengan keyakinan subjek akan kebenaran. Ada dua pola umum yang akan dijelaskan pada bagian ini, yaitu keyakinan subjek akan kekuatan hati nurani dalam menentukan kebenaran dan keyakinan akan kebenaran bagian-bagian tertentu dari masing-masing agama yang disebut dengan kebenaran *hybrid*.

a) Kekuatan hati nurani

Berbicara masalah hati nurani, maka perasaan yang memunculkan nilai bagi sesuatu memegang peranan. Pemegang peranan untuk urusan ini adalah hati. Sesuatu dikatakan benar jika mendatangkan kenyamanan, kedamaian dan ketentrangan, sebaliknya jika perbuatan buruk yang dilakukan, keresahan adalah sebuah konsekuensi.

b) Keyakinan kepada kebenaran *hybrid*

Sebenarnya, kebenaran *hybrid* bukan berarti membenaran atas ajaran setiap agama. Kebenaran *hybrid* juga mengakui adanya kelemahan dalam sebuah agama, disamping keunggulannya. Kebenaran *hybrid* muncul ketika setiap kebaikan yang diyakini benar dari setiap agama diambil dan dijadikan pedoman dalam bersikap dan berperilaku. Prinsip dari kebenaran ini adalah membuang yang buruk dan mengambil yang baik. Suatu agama mungkin mempunyai ajaran tentang kebaikan di satu hal dan tidak mempunyai di hal lain. Karena inilah maka kebenaran yang diyakini kemudian adalah kebenaran *hybrid*.

Pengabdian Beragama

Pengabdian beragama adalah perilaku individu dalam agama sehubungan dengan ajaran agama yang diyakininya. Berdasarkan dari pengalaman beberapa subjek dalam agamanya, pengabdian ini dibagi menjadi dua bentuk, yaitu:

a) Pengabdian sebagai aksi berdasarkan cinta

Pengabdian karena rasa cinta seorang pemeluk agama kepada Tuhan merupakan bentuk pengabdian karena inisiatif atau kehendak dari dalam diri. Pengabdian model ini adalah pengabdian tanpa harapan akan imbal balas dari apa yang dilakukan untuk Tuhan, sesama manusia, atau lingkungan alam.

b) Pengabdian sebagai reaksi penguat

Pengabdian dalam agama karena sebuah penguat (*reinforcement*) adalah bentuk kedua dari pengabdian. Penguat dalam agama tidak lain adalah pahala dan dosa. Jika direfleksikan pada harapan dan ketakutan, pahala adalah sebuah hadiah (*reward*), sedangkan dosa adalah hukuman (*punishment*).

Pengalaman Spiritual dalam Konteks Perubahan Keyakinan Beragama

Pengalaman dalam konteks agama dan berhubungan langsung dengan agama ini dinamakan pengalaman spiritual dalam konteks agama.

Pengalaman dalam hal agama, sesuai dengan apa yang dialami subjek dalam penelitian ini, dapat dibedakan berdasarkan waktu terjadinya. Satu sisi, orang bisa mengalami sesuatu yang spiritual dalam agamanya, di sisi lain seseorang bisa mengalaminya justru di “agama tetangga”. Kedua pengalaman spiritual tersebut akan dijabarkan sebagai berikut:

a) *Pengalaman spiritual dalam agama sendiri*

Pengalaman spiritual dalam konteks agama sendiri bisa dialami siapa saja yang merasa dirinya beragama. Pengalaman spiritual dalam agama adalah pengalaman orang Kristen atau orang Islam sehubungan dengan agamanya sendiri. Hal ini wajar. Akan menjadi luar biasa jika orang yang beragama Islam mendapatkan pengalaman spiritual yang spesial di agama Kristen atau sebaliknya.

b) *Pengalaman spiritual di agama lain*

Tidak semua orang mengalami spiritual yang seperti ini, tapi setiap orang punya kemungkinan untuk mengalaminya. Beberapa subjek dalam penelitian ini mengalami apa yang disebut sebagai spiritual lintas agama ini. Pengalaman spiritual ini secara khas akan dideskripsikan untuk masing-masing subjek.

Pengalaman spiritual KI

KI mengalami spiritual dalam hal pemimpin agama. KI merasa lebih damai ketika berhubungan dengan Romo daripada dengan pendeta. Perlu diketahui bahwa Romo adalah pemimpin umat Katolik sedangkan KI beragama Kristen Protestan yang seharusnya lebih dekat dengan Pendeta sebagai pemimpinnya. KI juga mendapatkan dorongan dari Islam untuk pindah ke Kristen. KI merasa dikejar-kejar dengan konsep pahala dan dosa dalam Islam.

Pengalaman spiritual AN

AN yang pada waktu itu beragama Kristen, bermimpi rumahnya menjadi masjid, penuh dengan cahaya dan mendatangkan rasa damai.

Pengalaman ini punya peranan dalam perpindahan agama AN dari Kristen ke Islam.

Pengalaman spiritual DE

DE punya pengalaman spiritual ketika bernyanyi dalam gereja. DE yang beragama Islam dapat merasakan kedamaian dan merasakan ada visualisasi cahaya yang terang pada waktu menyanyi dalam gereja.

Pengalaman spiritual GU

GU sering pergi dan tiduran di masjid, meskipun ia orang Katolik. GU merasakan kedamaian dan kesejukan ketika berada dalam masjid. Pengalaman yang lain adalah perasaan GU ketika dekat dengan kiyai. GU merasakan segala beban hidup dan persoalan dapat diatasi ketika datang kepada kiyai.

Dinamika Emosi Perubahan Keyakinan Beragama

Dinamika emosi dalam konteks perubahan keyakinan beragama ini menggambarkan dua hal, yaitu pola umum emosi yang dialami individu ketika mengalami perubahan keyakinan dan dinamika emosi khas setiap subjek dalam perjalanan perubahan keyakinan beragama.

a) *Pola umum emosi pada perubahan keyakinan beragama*

Ketika orang mengalami perubahan dalam keyakinan beragama, setidaknya ada dua konteks yang menimbulkan ritme emosi yang berbeda. Kedua konteks itu adalah keyakinan secara langsung terhadap ajaran agama yang mempengaruhi emosi dan hubungan sosial yang punya pengaruh terhadap emosi. Dua konteks tersebut akan dibingkai dalam beberapa tema berikut.

Emosi tak sadar keseharian berdasarkan keyakinan

Emosi tak sadar berdasarkan keyakinan ini merupakan bentuk pilihan sikap atau perilaku yang disadari, tetapi peranan emosi di sini sangat implisit, misalnya pilihan pakaian, warna kesukaan, jenis pekerjaan dan lain-lain. Sikap dan perilaku ini secara tidak sadar dipengaruhi oleh keyakinan, termasuk keyakinan dalam agama.

Emosi tanpa pikir

Emosi tanpa melibatkan pemikiran ini merupakan perasaan yang dialami tanpa mengetahui kenapa perasaan itu dapat dialami. Perasaan yang hadir pada diri subjek dalam penelitian ini adalah perasaan dalam konteks agama lain.

Emosi di titik nol (emosi fraktal) keyakinan beragama

Emosi di titik nol atau emosi fraktal adalah perasaan tepat di titik ketika orang mengalami perubahan keyakinan dalam beragama. Emosi fraktal yang dimaksud di sini berkenaan dengan perubahan keyakinan dalam beragama. Keunikan emosi fraktal ini karena perasaan berada tepat di titik ketika keyakinan agama mulai berubah. Kebimbangan, kebingungan dan kekosongan adalah yang dirasakan pada saat ini.

b) Dinamika emosi khas perubahan keyakinan beragama

Dinamika emosi khas adalah pergerakan emosi yang khas dialami oleh masing-masing individu dalam penelitian ini. Dinamika emosi ini dihubungkan dengan perubahan keyakinan dalam beragama dari masing-masing subjek.

Dinamika emosi perubahan keyakinan beragama yang dialami KI

Perasaan menonjol yang dialami KI pada waktu keyakinannya berubah dari Islam ke Kristen adalah adanya rasa bersalah kepada orang tua dan sahabat yang dulu dibimbingnya untuk masuk Islam. Rasa tidak enak dengan orang tua sampai pada dihentikannya biaya hidup buat KI, sehingga ia terpaksa menanggung sendiri. Perasaan dengan teman berupa kecemasan, terutama ketika temannya dari Jogjakarta tersebut pindah ke Surabaya. Kedatangan teman pertama kali ke tempat kosnya memunculkan perilaku kompulsif buat KI. Hampir setiap mendengar langkah kaki dekat kamar kosnya, ia selalu menyibakkan gordena untuk melihat keluar.

Dinamika emosi perubahan keyakinan beragama yang dialami AN

Emosi pada saat mengalami perubahan

keyakinan beragama pada diri AN adalah perasaan renggang dan kaku ketika berhubungan dengan anggota keluarga yang masih memeluk agama Kristen.

Dinamika emosi perubahan keyakinan beragama yang dialami DE

DE mengalami tekanan dalam keluarga yang punya tradisi Islam yang kuat. Keluarga DE juga menjadi panutan dalam beragama. Hal ini mendatangkan perasaan tidak nyaman dalam diri DE, bahkan pada tingkat yang lebih parah, DE merasa takut dengan bapaknya. DE khawatir diadukan oleh ibunya karena ketahuan membaca Alkitab.

Dinamika emosi perubahan keyakinan beragama yang dialami GU

Ketegangan dengan teman Kristen adalah yang dirasakan oleh GU. Olok-an dari teman memang membuat GU merasa tidak nyaman, tetapi GU berusaha mempertahankan keyakinannya. Ketidaksukaan GU kepada agama sebelumnya juga dikarenakan pencampuran agama dengan materi.

Bahasan

1. Pengalaman spiritual sebagai pengalaman total

Pengalaman spiritual adalah pengalaman total yang melibatkan segala aspek dalam diri individu. Kita dapat menarik dari makna pengalaman sendiri yang berarti sesuatu yang pernah dialami, dijalani, dirasakan, ditanggung dan sebagainya (Depdikbud, 1991:22). Jadi, apapun yang dialami adalah pengalaman tiap bagian dari diri. Setiap individu bisa mengalami hal ini selama segala aspek dari dirinya bisa bekerja dengan baik. Aspek yang dimaksud adalah kognisi, emosi, konasi dan psikomotor.

2. Perubahan keyakinan beragama: perbedaan dan pergeseran

Dua hal yang terjadi pada perubahan keyakinan dalam beragama adalah pergeseran atau perubahan. Perbedaan adalah keadaan yang tidak sama atau berbeda. Perbedaan antara keadaan sebelumnya dan keadaan sesudahnya merupakan perubahan. Pergeseran merupakan perubahan, tapi perubahan secara menggeser adalah perubahan yang sifatnya gradatif.

Perubahan sendiri adalah hal atau keadaan berubah, peralihan atau, pertukaran. Perbedaan lebih mengarah kepada hasil dan pergeseran mengarah kepada proses. Pada perubahan keyakinan beragama, hal-hal yang berada di dalamnya dapat mengalami kedua hal ini sekaligus.

3. *Emosi di titik nol (emosi fraktal) dalam perubahan keyakinan*

Emosi di titik nol dalam perubahan keyakinan beragama adalah titik pada saat emosi tidak diidentifikasi dengan jelas, yaitu ketika keyakinan tepat sedang mengalami perubahan. Akhirnya emosi antara ini melahirkan sebutan untuk emosi baru yang berupa kebingungan, kehampaan, atau kekosongan.

4. *Emosi nonkognisi*

Emosi tanpa kognisi atau emosi nonkognisi ini merupakan emosi yang dirasakan oleh individu, tetapi ia tidak mengerti kenapa emosi itu terjadi. Jika pada bagian pengalaman spiritual sebagai pengalaman total dijelaskan tentang keterlibatan kognisi dalam terjadinya emosi, pada bagian ini emosi terjadi tanpa campur tangan kognisi.

5. *Hati nurani yang tak berubah dan lahirnya kebenaran hybrid*

Keyakinan, emosi, keinginan dan perilaku dapat mengalami perubahan, tetapi karunia yang tak berubah adalah hati nurani. Hati nurani adalah hati kecil, suara hati, atau bisikan batin yang tidak banyak dimengerti oleh orang. Hati nurani ini hanya dirasakan, oleh karena itu hati nurani lebih dekat kepada perasaan.

Penggunaan hukum dari agama-agama secara sadar dengan mengambil kebaikan dari berbagai agama untuk mendapatkan kebenaran akan menghasilkan kebenaran *hybrid*. Kebenaran *hybrid* adalah kebenaran yang diambil dari berbagai sumber hukum untuk menghasilkan sesuatu yang menurut akal dianggap baik. Kebenaran ini dirasakan oleh hati nurani sebagai legitimator.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pemaknaan pengalaman dalam konteks agama dilakukan sesuai dengan pengetahuan dan keyakinan akan ajaran agama yang bersangkutan.
2. Mengkaji masalah spiritual dan emosi tidak bisa dilepaskan dengan aspek psikis yang lain, keyakinan (kognisi), keinginan atau kehendak (konasi), serta perilaku (psikomotor). Semua aspek bekerja secara simultan dalam permasalahan spiritual, meskipun pembahasan bisa ditekankan pada salah satu (atau lebih) aspek.
3. Hubungan beroperasinya kognisi yang direpresentasikan dalam bentuk keyakinan akan suatu ajaran agama, perasaan atau emosi dalam konteks pengalaman spiritual yang berupa perilaku digambarkan dengan sistem yang membentuk interaksi medan intrapsikis.
4. Hal yang terjadi pada pengalaman emosional bukan hanya emosi prekognisi atau emosi pascakognisi saja, tetapi ada satu jenis emosi lain, yaitu emosi nonkognisi.
5. Emosi fraktal adalah emosi tanpa emosi, yaitu keadaan hampa atau kosong pada diri seseorang. Perasaan inipun pada akhirnya secara konstruktif akan mendapatkan namanya sendiri, yaitu kosong atau hampa.
6. Bekerjanya kognisi atau emosi tidak selalu punya porsi yang sama. Ada kalanya kognisi atau emosi memegang peran dominan dalam hal tertentu dan tidak dalam hal lain.

Beberapa hal yang bisa dijadikan saran dari penelitian ini antara lain:

1. Penelitian yang bisa menggambarkan (deskriptif) atau menjelaskan (eksplanatif) permasalahan spiritual dan emosi dalam fenomena perubahan keyakinan secara lebih mendalam sangat diharapkan sebagai tindak lanjut dari penelitian ini.
2. Penelitian mengenai masalah emosi secara umum hendaknya diperluas dan diperdalam, baik sebagai upaya tindak lanjut dari penelitian ini, maupun penelitian baru.
3. Penelitian selanjutnya diharapkan sudah lebih memperhatikan perbedaan antara Kristen Katolik dan Kristen Protestan, karena bisa terbuka kemungkinan terjadinya pengalaman spiritual dan dinamika emosi yang lebih

- spesifik.
4. Penelitian lebih mendalam, terutama dalam bidang Psikologi Klinis, diharapkan dapat menjangkau sampai wilayah terdalam dari spiritual dan emosi manusia, bahkan bisa sampai pada aspek-aspek patologis dari pengalaman spiritual dan emosi keagamaan.
 5. Hendaknya setiap orang bisa melihat permasalahan spiritual dan emosi lebih fenomenologis, terutama permasalahan perubahan keyakinan dalam beragama.

PUSTAKA ACUAN

- Depdikbud, (1991). *Kamus besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Goleman, D., (2003). *Emotional intelligence* (13th ed.). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Mahmud, M. D., (1990). *Psikologi: Suatu pengantar* (1st ed.). Yogyakarta: BPFE.
- Muhadjir, N., (2002). *Metodologi penelitian kualitatif* (4th ed.). Yogyakarta: Rake Sarasin.
- Muhyidin, M., (2005). *Manajemen jiwa: Memahami jiwa dan mengobati penyakit yang membunuh karakter*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Poerwandari, K., (2001). *Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Rakhmad, J., (2004). *Psikologi agama: Suatu pengantar*. Bandung: Mizan