

### The Religious Psychology of Children and Adolescents in Relation to Religious Counseling Programs and Strategies

### Psikologi Agama Anak-Anak Dan Remaja Dalam Kaitannya Dengan Program Dan Strategi Konseling Religius

**Reri Syafitri**

*UIN Mahmud Yunus Batusangkar*  
email: [rerysafitri@gmail.com](mailto:rerysafitri@gmail.com)

#### **Abstract**

The focus of this research is on the religious psychology of children and adolescents in relation to religious counseling programs and strategies. The research model employed is a literature review that examines the religious psychology of children and adolescents in connection with religious counseling programs and strategies.

#### **Abstrak**

Kajian dalam penelitian ini adalah tentang psikologi agama anak-anak dan remaja dalam kaitannya dengan program dan strategi konseling religius. Model penelitian yang digunakan adalah studi pustaka yang membahas tentang psikologi agama anak-anak dan remaja dalam kaitannya dengan program dan strategi konseling religius.

#### **Key Words**

Psiologi Agama, Anak-anak, Remaja, Konseling Religius

## PENDAHULUAN

Beberapa orang tua yang mengeluh, bahkan bersusah hati, karena anak-anaknya yang telah remaja tumbuh menjadi remaja keras kepala, susah di atur, mudah tersinggung, sering melawan dan sebagainya. Bahkan ada orang tua yang benar-benar panic memikirkan kelakuan anak-anaknya nya yang sudah tumbuh remaja Karena takut anak-anak mereka akan nakal, membuat pelanggaran-pelanggaran nilai-nilai moral dan agama. Di samping itu tidak sedikit pula jumlah remaja-remaja yang merasa tidak mendapat tempat dalam masyarakat dewasa karena merasa takut akan pandangan orang dewasa terhadap diri mereka.

Remaja adalah adalah seseorang yang berada dalam masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, kisaran usia 10-19 tahun. Masa remaja merupakan fase perkembangan seorang individu akan mengalami berbagai macam perubahan. Masa remaja ini merupakan masa krisis yang ditunjukkan dengan adanya kepekaan dan labilitas tinggi, penuh gejolak, dan ketidak seimbangan emosi, sehingga membuat remaja mudah terpengaruh oleh lingkungan Santrock.J.W (2012).

Remaja adalah seseorang individu yang baru beranjak selangkah dewasa dan baru mengenal yang benar dan mana yang salah, mengenal lawan jenis, memahami peran dalam dunia sosial, mengenal jati diri dan mampu mengembangkan potensi yang ada dalam diri individu Jannah (2017). Menurut Hurlock (dalam Jannah, 2017) remaja adalah suatu masa transisi atau sering disebut peralihan, yaitu periode dimana individu secara psikis dan fisik mengalami perubahan dari transisi anak-anak ke masa dewasa awal. Menurut Piaget

(dalam Ali dan Asrori, 2010) secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, usia dimana anak merasa tidak merasa bahwa dirinya berada dibawah tingkat orang yang lebih tua darinya melainkan merasa sama atau sejajar.

Masa remaja merupakan peralihan antara masa kanak-kanak menuju dewasa. Remaja dituntut untuk mempunyai pemikiran yang kreatif, mampu berinovatif, sikap professional, memiliki tanggung jawab, serta berani menanggung resiko dalam mengelola potensi diri yang dimiliki dalam lingkungan sebagai bekal untuk meningkatkan kualitas hidup Paramitasari, R, Alfian, I (2016). Menurut (Desmita, 2011) masa remaja dijelaskan dengan beberapa ciri-ciri yang terdiri di antaranya mencapai hubungan yang matang dengan teman seaya, dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria dan wanita, menerima keadaan fisik dan mampu menggunakankannya secara efektif.

Berdasarkan pendapat di atas remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa awal yang ditandai dengan banyak nya perubahan yang dialami seperti perubahan fisik, psikis dan sudah mulai mengetahui peran dalam masyarakat. Anak-anak dan remaja adalah fase yang berdekatan, maka perlu bimbingan untuk anak-anak dan remaja agar perkembangan yang mereka alami berkembang lebih baik dan sesuai dengan seharusnya. Salah satu hal yang bias diberikan kepada anak-anak dan remaja adalah psikologi agama.

Psikologi secara umum mempelajari gejala-gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan pikiran (cognisi), perasaan (emosi) dan kehendak (conasi). Psikologi agama adalah mempelajari kesadaran agama pada seseorang yang

pengaruhnya terlihat dalam kelakuan dan tindak agama seseorang dalam hidupnya. Persoalan pokok dalam psikologi agama, adalah kajian terhadap kesadaran agama dan tingkah laku agama. Penelitian yang meneliti tentang psikologi agama yang membentuk jiwa remaja yang diteliti oleh (Yuhani, 2022), penelitian yang dilakukan mereka memaparkan hasil bahwa psikologi agama mempunyai peran yang sangat besar dalam proses pembentukan jiwa agama remaja, agama mempunyai daya preventif dalam mengatasi problema-problema dan konflik yang terjadi pada remaja dengan psikoterapi keagamaan.

Dukungan, binaan dan bimbingan dari orang tua dan lingkungan baik lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat sangat berperan dalam pembentukan jiwa keberagamaan remaja, sehingga ia dapat melalui masa remajanya dengan wajar dan tidak sia-sia, untuk menuju kedewasaan yang mapan jiwa dan agamanya. Selanjutnya juga ada penelitian yang meneliti tentang agama adalah terapi bagi remaja yang diteliti oleh (Zubaidah Al-Bugis, 2009) memaparkan hasil penelitian bahwa agama bias menjadi terapi bagi remaja, karena di dalam agama terdapat pembinaan akhlak dalam segala arah sehingga mental menjadi lebih stabil. Namun belum penulis temukan penelitian yang membahas psikologi agama anak-anak dan remaja dalam kaitannya dengan program dan strategi konseling religious, sehingga perlu rasanya hal demikian di teliti sehingga bisa menjadi referensi bagi peneliti lainnya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah jenis penelitian kepustakaan. Mestika Zed menyebutkan bahwa penelitian kepustakaan adalah penelitian yang dilakukan dengan membaca karya-karya yang terkait dengan persoalan yang akan dikaji dan mencatat bagian penting yang ada hubungannya dengan topik bahasan. Moh. Nazir menjelaskan pula bahwa penelitian kepustakaan (library research) adalah suatu metode yang dipakai dengan penelaahan buku-buku yang berhubungan dengan tema yang dibahas. Ada beberapa definisi mengenai penelitian kepustakaan ini. (Sari, 2020) mengemukakan beberapa definisi penelitian kepustakaan dari beberapa ahli, yaitu :

1. Penelitian kepustakaan merupakan kajian teoritis, referensi serta literatur ilmiah lainnya yang berkaitan dengan budaya, nilai dan norma yang berkembang pada situasi sosial yang diteliti
2. Penelitian kepustakaan adalah penelitian yang menggunakan teknik pengambilan data dengan melakukan penelaah, buku, literature, catatan, serta berbagai laporan yang terkait dengan hal yang ingin dipecahkan.

Jadi penelitian kepustakaan adalah kegiatan penelitian dilakukan dengan cara mengumpulkan informasi dan data dengan bantuan berbagai macam material yang ada di perpustakaan seperti buku referensi, hasil penelitian sebelumnya yang sejenis, artikel, catatan, serta berbagai jurnal yang berkaitan dengan masalah yang ingin dipecahkan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Psikologi Agama

Psikologi agama terdiri dari kata psikologi dan agama. Psikologi berarti studi ilmiah atas gejala kejiwaan manusia. Sebagai kajian ilmiah, psikologi jelas mempunyai sifat teoritik-empirik, dan sistematik. Menurut Zakiah Darajat (dalam Ramayulis, 2002) bahwa psikologi agama meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkah laku orang atau mekanisme yang bekerja dalam diri seseorang, karena cara seseorang berpikir, bersikap, bereaksi dan bertingkah laku tidak dapat dipisahkan dari keyakinannya, karena keyakinan itu masuk dalam konstruksi pribadi.

Psikologi agama meneliti dan menelaah kehidupan beragama pada seseorang dan mempelajari berapa besar pengaruh keyakinan agama itu dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya. Selain itu juga mempelajari pertumbuhan dan perkembangan jiwa agama pada seseorang, serta faktor-faktor yang mempengaruhi keyakinan tersebut. Psikologi agama merupakan cabang psikologi yang meneliti dan mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungan dengan pengaruh keyakinan terhadap agama yang dianutnya serta dalam kaitannya dengan perkembangan usia masing-masing.

Menurut Zakiyah Daradjat, ruang lingkup yang menjadi lapangan kajian psikologi agama mengenai:

1. Bermacam-macam emosi yang menjalar di luar kesadaran yang ikut serta dalam kehidupan beragama orang biasa ( umum ). Contoh : perasaan tenang, pasrah dan menyerah.

2. Bagaimana perasaan dan pengalaman seseorang secara individual terhadap Tuhan. Contohnya: kelegaan batin.
3. Mempelajari, meneliti dan menganalisis pengaruh kepercayaan akan adanya hidup sesudah mati/ akhirat pada tiap-tiap orang.
4. Meneliti dan mempelajari kesadaran dan perasaan orang terhadap kepercayaan yang berhubungan dengan surga dan neraka serta dosa dan pahala yang turut memberi pengaruh terhadap sikap dan tingkah lakunya dalam kehidupan.
5. Meneliti dan mempelajari bagaimana pengaruh penghayatan seseorang terhadap ayat-ayat suci kelegaan batinnya. Semua itu tercangkup dalam kesadaran beragama (religious consciousness) dan pengalaman agama ( religious experience ).

Maka dengan psikologi agama yang mengamati tingkah laku manusia yang disebabkan karena agama, ini perlu digunakan untuk memahami dan memaknai karakter atau tingkah laku anak-anak dan remaja dalam beragama.

### B. Anak-anak

Anak-anak menurut (Lesmana, 2012) anak adalah seorang yang dilahirkan dari perkawinan antara seorang perempuan dengan seorang laki-laki meskipun tidak melakukan pernikahan tetap dikatakan anak. Menurut Kosnan (2005), anak yaitu manusia muda dalam umur, muda dalam jiwa dan perjalanan hidupnya karena mudah terpengaruh dengan keadaan sekitarnya.

Berdasarkan pendapat di atas anak-anak adalah manusia muda entah itu laki-laki atau perempuan yang jiwa dan perjalanan hidupnya masih akan cenderung berkembang dan berubah sesuai dengan keadaan lingkungan sekitar yang mereka hadapi.

### C. Remaja

Sedangkan remaja adalah Menurut Santrock (dalam Agustriyana, 2017) remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia dengan ciri manusia tersebut sering mengalami masa krisis identitas dan ambigu. Remaja adalah masa rentang usia dari anak-anak menuju dewasa dengan perubahan fisik, kognitif dan sosial Gunawan (2020). Berdasarkan pendapat di atas remaja adalah satu masa transisi yang dialami oleh seseorang yang berpindah dari fase kanak-kanak menuju dewasa yang mengalami perubahan dari segi fisik, kognitif, psikologis dengan rentang usia 13-18 tahun.

Menurut Hurlock (dalam Jannah, 2017) remaja adalah suatu masa transisi atau sering disebut peralihan, yaitu periode dimana individu secara psikis dan fisik mengalami perubahan dari transisi anak-anak ke masa dewasa awal. Menurut Piaget (dalam Ali dan Asrori, 2010) secara psikologis, remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, usia dimana anak merasa tidak merasa bahwa dirinya berada dibawah tingkat orang yang lebih tua darinya melainkan merasa sama atau sejajar.

Berdasarkan pendapat di atas Remaja adalah suatu fase perpindahan dari masa anak-anak menuju dewasa awa yang ditandai oleh beberapa ciri-ciri diantaranya perubahan fisik, perubahan psikologis, sudah memiliki peran di tengah-tengah masyarakat , remaja juga

merupakan fase labilnya emosional karena masih dalam proses pencarian jati diri. Pentingnya psikologi agama bagi anak-anak dan remaja untuk membantu perkembangan kedua fase tersebut agar lebih terarah dan lebih baik sehingga tercapai tujuan perkembangan dengan baik dan sesuai dengan semestinya. Psikologi agama dibutuhkan untuk anak-anak dan remaja sehingga bisa menjadi suatu acuan dalam bersikap dan berprilaku sesuai dengan ajaran agama. Hal ini dapat diamati melalui konseling religius untuk menganalisis psikologi agama anak-anak dan remaja.

### D. Konseling religius

Konseling religius adalah suatu usaha pemberian bantuan kepada seseorang (individu) yang mengalami kesulitan rohaniah baik mental dan spiritual agar yang bersangkutan mampu mengatasinya dengan kemampuan yang ada pada dirinya sendiri melalui dorongan dari kekuatan iman dan ketakwaan kepada Allah SWT. Konseling religius yaitu konseling dengan nuansa religi yang bertujuan membantu klien/konseli memahami diri sendiri, yakni mengenal pribadi, menetapkan tujuan dan makna hidup, membentuk nilai yang menjadi pegangan hidup serta mengembangkan potensi seoptimal mungkin (Tamama, 2016).

Dari pengertian tersebut dapat dipahami bahwa intinya konseling religius yaitu proses

bantuan yang dilakukan secara profesional oleh konselor yang terlatih dan berpengalaman dengan mengintegrasikan nilai-nilai agama dalam proses konseling yang bertujuan untuk membantu klien memahami diri dan lingkungannya, menyadari tujuan hidupnya, dan berupaya mengembangkan potensinya secara

optimal untuk mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Adanya konseling religius diharapkan bisa mengamati psikologi agama anak-anak dan remaja sehingga bisa diarahkan ke perkembangan yang seharusnya dan terhindar perilaku-perilaku yang dilarang dalam ajaran agama.

## KESIMPULAN

Maka psikologi agama anak-anak dan remaja akan sangat berguna jika dilakukan dalam konseling religius untuk dapat menganalisis tingkah laku mereka dalam beragama sehingga bisa diarahkan menuju perkembangan yang lebih baik yang sesuai dengan ajaran agama. Peneliti memberi harapan pada pembaca dan peneliti selanjutnya untuk meneliti dan mengembangkan penelitian ini selanjutnya, dan semoga penelitian ini juga bisa menjadi bahan referensi pembaca lainnya.

## Referensi

- Agustriyana, N. A. (2017). Fully Human Being Pada Remaja Sebagai Pencapaian Perkembangan Identitas. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 2(1), 9.  
<https://doi.org/10.26737/jbki.v2i1.244>
- Ali dan Asrori. (2010). *Perkembangan Peserta Didik*. PT. Bumi Aksara.
- Desmita. (2011). *Perkembangan Peserta Didik; Panduan Bagi Orang Tua dan Guru dalam Memahami Psikologi Anak Usia Dini, SMP, dan SMA*. Rosda Karya.
- Gunawan, C. A. I. (2020). Kebahagiaan Remaja Panti Asuhan (Happiness of The Teenagers Who Live in Orphanage). *Mind Set*, 11(2), 68–85.

- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 1(1), 243–256.  
<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Lesmana. (2012). *Defenisi Anak*.  
[http://www.kompasiana.com/alesmana/definisi-%0Aanak\\_55107a56813311573bbc6520paramitasari](http://www.kompasiana.com/alesmana/definisi-%0Aanak_55107a56813311573bbc6520paramitasari)
- Ralfian, I. N. (2016). Hubungan antara kemampuan emosi dengan kecendrungan memafikan pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 10, 134–165.
- Ramayulis. (2002). *Psikologi Agama*. Kalam Mulia.
- Santricomb, J. W. (2012). *Life Span Development* (Texas (ed.)). Me Draw Hill.
- Sari, M. (2020). Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA. *NATURAL SCIENCE: Jurnal Penelitian Bidang IPA Dan Pendidikan IPA*, 6(1), 41–53.
- Tamama. (2016). Konseling Religius: Mengatasi Rasa Kecemasan dengan Mengadopsi Terapi Zikir Berbasis Religiopsineuroimunologi. *Jurnal Kopasta*, 2.
- Yuhani, R. (2022). *Psikologi Agama Dalam Pembentukan Jiwa Agama Remaja*. 1.
- Zubaidah Al-Bugis. (2009). AGAMA SEBAGAI SUATU TERAPI BAGI REMAJA (Suatu Pendekatan Psikologi Pendidikan). *Psikologi Pendidikan*.