

HUTAN BUKAN SEKADAR KUMPULAN POHON

BASIS

menembus fakta

HENRY MANAMPIRING

"Agama Kejawan"

HENDRO SUDARSONO

Interpretasi Agama
pada Era Posmodern
Menurut Gianni Vattimo

KWAN MEN YON

Pengalaman Religius
sebagai Landasan Agama:
Pemikiran William James
dan Kritik Rorty

AYU UTAMI

Partikularitas Geertz dan
Dialog Agama-Kepercayaan

JOVITA A. SAPUTRA

Benarkan Sains
Mendiskreditkan Agama?
Kritik terhadap Asumsi
Epistemologi Michael Ruse

THIEA ARANTXA

Dari Zaman Freud
hingga Psikologi Modern:
Kebutuhan Psikologi
Manusia untuk
Beragama

SINDHUNATA

Nietzsche dan Warta Zarathustra:
Sungguhkah Dia Sudah Mati?

NIETZSCHE, 2026
karya BUDI UBIRUX

JURNALISME SERIBU MATA

BASIS

menomimus fakta

SIUPP No. 213/SK/MENPEN/SIUPP/D.1/1086.
Jo Ditjen PPG
Nomor 32/Ditjen/PPG/K/1996, 27 Maret 1996
Penerbit

Yayasan BP Basis
Anggota SPS ISSN: 0005-6138
Penasihat

Franz Magnis-Suseno

Pemimpin Umum
Sindhunata

Pemimpin Redaksi

A. Setyo Wibowo

Wakil Pemimpin Redaksi

A. Sudiarja

Devan Redaksi

B. Hari Juliawan

Heru Prakosa

A. Bagus Laksana

Klaus Heinrich Raditio

Redaktur Pelaksana

C. Bayu Risanto

Redaktur

Setyaningsih

Dian Vita Ellyati

Francisca Purnawijayanti

Redaktur Artistik

Hari Budiono

Sekretaris Redaksi

Anang Pramuriyanto

Promosi/ Iklan

Slamet Riyadi, A. Yulianto

Willy Putranta

Administrasi/ Distribusi

Francisca Triharyani

Keuangan

Widarti

Alamat

Jl Pringkokusuman No. 35, Yogyakarta
Telepon: 08122525423, Faks: (0274) 546811

Surel administrasi/distribusi:

basis.adisi@gmail.com

Surel redaksi: majalahbasis@gmail.com

Rekening:

BCA No. 1263333300 a.n. Yay Basis,

BRI No. 0029-01-000113-56-8 a.n. Sindhunata

BNI No. 1952000512 a.n. Bpk Sindhunata

KACABENGALA / **C. Bayu Risanto**

Hutan ekadar Kumpulan Pohon ...2

AGAMA-AGAMA / **A. Sudiarja**

Masihkah Agama

Bertahan Mengarungi Zaman? ... 10

AGAMA-AGAMA / **Ayu Utami**

Partikularitas Geertz &

Dialog Agama-Kepercayaan ... 17

AGAMA-AGAMA / **Henry Manampiring**

"Agama Kejawaèn" ... 24

AGAMA-AGAMA / **Jovita A. Saputra**

Benarkah Sains Mendiskreditkan Agama:

Kritik terhadap Asumsi

Epistemologi Michael Ruse ... 31

AGAMA-AGAMA / **Hendro Sudarsono**

Gianni Vattimo: Interpretasi Agama

pada Era Posmodern ... 36

AGAMA-AGAMA / **Thicia Arantxa**

Dari Zaman Freud hingga Psikologis Modern:

Kebutuhan Psikologis Manusia untuk Beragama ... 43

AGAMA-AGAMA / **Kwan Men Yon**

Pengalaman Religius sebagai Landasan Agama:

Pemikiran William James dan Kritik Rorty ... 48

FILSAFAT / **Sindhunata**

Nietzsche dan Zarathustra:

Sungguhkah Dia sudah Mati? ... 54

SOSIAL / **Adinda Natassa Valentine Hutabarat**

"Peaceful Exchanges" (*heping jiaoliu*):

Cerminan Sejarah Penjelajahan & Puisi China ... 78

Dari Zaman Freud hingga Psikologi Modern: Kebutuhan Psikologis Manusia untuk Beragama

THIEA ARANTXA

Manusia merupakan satu-satunya spesies yang diketahui bisa merasakan pengalaman religius. Dewasa ini, telah banyak penelitian yang mengungkap pentingnya agama dan spiritualitas untuk menjaga kesehatan mental. Akan tetapi, pandangan seperti ini memang relatif baru. Pada awal perkembangan ilmu psikologi, agama dilihat sebagai suatu bentuk "ilusi" yang tidak bermanfaat bagi manusia. Baru setelah melewati pertengahan abad kedua puluh, agama dan spiritualitas dilihat dari perspektif baru yang lebih humanis.

Psikologi termasuk cabang sains yang paling muda, karena baru lahir dalam bentuk primordialnya pada abad ke-19 dan mulai disempurnakan pada pertengahan abad ke-20. Bahkan, pengembangan bidang psikologi masih terus berlangsung hingga hari ini.

Sebelum kita mengenal ilmu psikologi modern, agama sering dipertentangkan dengan "sains fisik" atau "ilmu alam". Agama dianggap sesuatu yang tidak memiliki bukti ilmiah dan empiris, sehingga tidak memiliki tempat di ranah sains.

Pada tahun 1905, F.C. French menyatakan "*Psychology is now a science*" (French, 1905: 701). Dengan diakuinya psikologi sebagai cabang ilmu, ada perubahan cara pandang kelompok ilmuwan terhadap agama (atau pengalaman beragama). Pengalaman batin yang sifatnya keagamaan atau spiritual juga dipahami sebagai suatu fenomena alamiah yang riil dan bisa diukur dengan metode psikologi. Ia menulis, "*In showing that the abnormal can be explained in terms of the normal, psychology does now for the phenomena of mind what the physical sciences have long done for the phenomena of nature*" (Ibid.: 702).

Namun demikian, French menyatakan bahwa pengalaman spiritual adalah sesuatu yang bersifat *fenomenal*, atau hanya berupa gejala yang dialami secara personal tetapi tidak bisa dilihat orang lain (Ibid.: 705). Jadi, sains mengharuskan kita untuk melepaskan pengetahuan perseptual kita tentang hal-hal yang tak bisa teramati langsung seperti makhluk supranatural atau keberadaan Tuhan. Akan tetapi, menurut French, ini bukan berarti kita harus menolak Tuhan hanya karena secara fisik tak bisa dialami; justru kita bisa tetap mengakui adanya pengalaman mental tanpa menolak pengetahuan rasional tentang Yang Transenden.

Pandangan French yang cukup positif tentang agama ini tentunya sangat berbeda dengan pemikiran Sigmund Freud, yang pada tahun 1907 menerbitkan tulisannya

yang bertajuk *Obsessive Actions and Religious Practices* dan menyatakan, "Religion and neurosis are similar products of the human mind: neurosis, with its compulsive behavior, is 'an individual religiosity', and religion, with its repetitive rituals, is a 'universal obsessional neurosis.'" (Pals, 2018: 116). Freud melihat agama dari sudut pandang neurologis dan melihat begitu banyak kesamaan antara perilaku orang beragama dengan pasien-pasien neurotik. Jadi, ia sering menganggap bahwa orang beragama tak ada bedanya dengan orang yang mengalami gangguan jiwa.

Pandangan Freud tentang agama tidak hanya berhenti di situ. Freud juga melihat agama dari sudut pandang "fungsional", sampai-sampai ia dijuluki beraliran *psikoanalisis reduksionisme*. Dalam bukunya *The Future of an Illusion*, Freud menjabarkan kompleksitas kehidupan manusia di muka Bumi ini yang mengharuskan kita membentuk klan atau kelompok masyarakat (hal ini juga diulas mendalam dalam *Totem and Taboo*); di mana kita akan menghadapi berbagai cobaan hidup seperti kematian, peperangan, dan penderitaan. Di sinilah agama memiliki peran sebagai "suara yang memberikan ketenangan" ketika menghadapi peristiwa-peristiwa pahit (Ibid.: 125). Kita memproyeksikan adanya Tuhan yang dapat melindungi kita dari ancaman-ancaman alam.

Menurut Freud, kepercayaan manusia yang demikian itu disebut ilusi. Ilusi artinya suatu keyakinan yang dipegang teguh dan dianggap selalu benar. Di sini, menurut Freud, ilusi berbeda dengan delusi. Seseorang yang delusional menghasrati sesuatu yang diinginkan untuk menjadi nyata, padahal semua orang tahu bahwa hal tersebut tidak akan pernah terwujud. Freud juga menyatakan bahwa perbedaan antara ilusi dan delusi sebetulnya sangat tipis, sebab ajaran-ajaran agama ujung-ujungnya akan bermuara kepada delusi juga (Ibid.: 127).

Menelaah ulang agama dari perspektif psikologi

Era pergantian abad ke-19 menuju abad ke-20 memang dipenuhi berbagai opini yang saling berseberangan tentang agama. Pada tahun 1909, tak lama setelah terbitnya *The Future of an Illusion*, James H. Leuba menulis dalam jurnal *The Psychological Nature of Religion* bahwa definisi kita tentang agama mungkin masih agak terlalu sempit. Ketika itu, dunia seolah terbagi menjadi dua kubu, kaum intelektualis dan kaum afektif. Kaum intelektualis melihat agama sebagai misteri alam yang harus dipecahkan, sementara kaum

afektif melihat agama sebagai ekspresi perasaan murni atau kesalehan (Leuba, 1909: 77).

Menurut Leuba, kita tidak seharusnya mengikuti kedua cara pandang sempit ini. Agama merupakan suatu aktivitas hidup manusia yang memiliki *intention* atau arah yang jelas. Ia merujukkan pemikiran ini kepada Aristoteles, yang menyatakan bahwa manusia adalah makhluk yang berpikir dan menginginkan (*thinking desire*) (Ibid.: 79). Fungsi-fungsi psikis seperti pikiran (*thought*), perasaan (*feeling*), dan kehendak (*will*) tidak bisa dipisah-pisahkan, tetapi harus dilihat sebagai satu kesatuan. Agama pun demikian, harus dipahami sebagai aktivitas (*mode of behavior*), bukan sekadar perasaan atau keyakinan (Ibid.: 80).

Agama pun dapat kita lihat dari berbagai tipe aktivitas manusia. Leuba membagi religiositas menjadi dua, antara lain *organized religion* dan *unorganized religiosity*. Keduanya sama-sama dianggap pengalaman religius, akan tetapi yang *unorganized* mungkin sifatnya lebih batiniah (tidak bergantung pada ritus-ritus) (Ibid.: 81). Ia juga menyebut bahwa agama tidak selalu memiliki Tuhan, karena agama-agama seperti Buddhisme atau Religion of Humanity buatan Comte tidak memiliki Tuhan (dikelompokkan Leuba ke dalam *godless religions*) (Ibid.: 83). Yang jelas, semua bentuk-bentuk ini sah disebut agama, karena memiliki hubungan dinamis antara manusia dengan suatu kekuatan psikis yang melampaui individu, dengan tujuan menyempurnakan kehidupannya (Ibid.: 85).

Sampai di sini, kita dapat melihat berbagai perspektif awal psikologi yang bermacam-macam terkait agama. Agama dapat dilihat sebagai gangguan jiwa dan sarana untuk berilusi saja, seperti kata Freud; agama dapat dianggap fenomena yang tidak ada hubungannya dengan keberadaan Tuhan, seperti kata French; atau kita bisa melihat agama sebagai sesuatu yang lebih kompleks dan memperkaya hidup manusia, seperti kata Leuba. Pandangan psikologi terkait agama akan jadi lebih positif sesudahnya.

Memandang agama dan spiritualitas dengan perspektif kesehatan mental

Pada era 1970-an dan 1980-an, pandangan psikologi tentang agama berangsur-angsur positif, meski tak bisa dilepaskan dari aspek "fungsional"-nya. Mulai banyak riset ilmiah dilakukan untuk menilai "manfaat" agama secara psikologis dan sosial, sehingga agama tak lagi dilihat sebagai gangguan jiwa semata, tetapi sesuatu

yang bisa memiliki dampak “membangun” secara batin (Lucchetti, 2021: 7621).

Berdasarkan tulisan di *World Journal of Clinical Cases*, Lucchetti et al. menjabarkan bahwa kini agama telah dilihat sebagai bagian dalam kehidupan kita yang holistik, dan dengan demikian memiliki andil dalam membentuk kesehatan mental seseorang. Seabad setelah era Freud, psikologi dan psikiatri melihat agama sebagai sesuatu yang lebih positif. Bahkan, pada tahun 2016, World Psychiatry Association pun merilis pernyataan bahwa aspek agama dan spiritualitas haruslah diinklusiikan dalam pemeriksaan dan tata laksana klinis layanan kesehatan jiwa yang komprehensif (Ibid.).

Tulisan Lucchetti et al. juga merangkum berbagai riset yang mereka temukan terkait hubungan agama dengan gangguan jiwa, dan macam-macam manfaat positif yang didapatkan. Sebagai contoh, level religiositas yang tinggi sering berhubungan dengan gejala depresi yang lebih rendah dibandingkan individu lainnya. Individu yang religiositasnya lebih tinggi juga cenderung lebih jarang berpikir untuk bunuh diri dibandingkan individu lainnya (Ibid.: 7623). Akan tetapi, sebagaimana semua aspek lain dalam kehidupan sosial kita, agama tidak selalu memberikan pengaruh yang positif atas diri seseorang. Ada juga kasus-kasus di mana agama memberi pengaruh negatif, contohnya pada skenario ketika seseorang merasa “ditinggalkan atau dihukum” oleh Tuhan, atau dalam kondisi konflik moral (Ibid.: 7626). Keadaan-keadaan seperti ini berisiko meningkatkan angka kejadian depresi, kecemasan, gangguan stres pascatrauma, dan gangguan mental lainnya.

Belum ada penjelasan definitif tentang bagaimana spiritualitas mempengaruhi kondisi psikologis seseorang, akan tetapi ada beberapa mekanisme yang menjadi hipotesisnya. Salah satu kemungkinannya adalah peningkatan protein BDNF (*brain-derived neurotrophic factor*) yang memiliki fungsi melindungi neuroplastisitas sel-sel saraf sehingga dapat mempertahankan *mood* dengan lebih baik. Ada juga hipotesis variasi genetik yang mempengaruhi dopamin, serotonin, dan oksitosin. Akan tetapi, kedua hipotesis ini masih diteliti dalam tahap awal dan belum konklusif.

Hubungan antara agama dan kesehatan mental lebih mungkin memiliki dampak yang multifaktorial alih-alih hanya biologis; karena agama juga mempengaruhi cara pandang seseorang akan kehidupan, yang kemudian bisa mempengaruhi gaya hidup yang sehat, penurunan perilaku berisiko, peningkatan kepatuhan terapi, sampai

peningkatan unsur kebajikan dalam hidup (seperti altruisme, rasa syukur, penerimaan, dan lain-lain) (Ibid.: 7626). Selain berdampak langsung untuk kasus-kasus kejiwaan, agama dan spiritualitas juga memiliki dampak yang menenangkan bagi pasien-pasien penyakit berat seperti kanker yang berjuang menghadapi kecemasan dan keputusan.

Beberapa konsep kehidupan yang berakar dari agama juga memiliki andil. Sebagai contoh, berdasarkan teori pemberian makna, seseorang bisa menemukan arti dalam berbagai “cobaan” hidup yang dialami. Dalam jurnal *Inovasi Pendidikan Nusantara*, Asna et al. memberikan contoh konsep *sabr* (kesabaran) dan *tawakkal* (berserah diri kepada Tuhan) dalam agama Islam, yang dapat membantu individu menerima keadaan serta mengurangi beban emosional. Ada pula konsep pengampunan (yang bisa ditemukan dalam beberapa agama berbeda) yang dapat membantu kita melepaskan beban rasa bersalah atau penyesalan. Ajaran-ajaran tersebut dapat membantu seseorang untuk melihat penderitaan sebagai bagian dari hidup yang bermakna (Asna et al., 2025: 10).

Selain pengaruhnya dari segi individual, agama juga memiliki pengaruh dari sisi kehidupan sosial. Asna et al. juga menjabarkan bahwa orang-orang yang tergabung dalam komunitas agama bisa mendapatkan dukungan sosial dari komunitasnya sehingga kesehatan mental dapat lebih terjaga. Dalam hal ini, penting untuk menjaga relasi dengan rekan-rekan dalam komunitas agama agar menimbulkan dukungan positif antaranggotanya. Komunitas berperan memberikan rasa *belonging* yang dapat mengurangi perasaan kesepian (Ibid.: 9). Meskipun begitu, komunitas agama tidak selamanya memberi dampak positif bagi individu, ada pula kasus-kasus seperti konflik di dalam kelompok atau tekanan sosial yang malah bisa menimbulkan trauma terhadap kelompok agama. Hal-hal seperti konflik agama, terutama di Indonesia, dapat pula menjadi pemicu masalah kesehatan mental.

Hal menarik lainnya yang dapat disorot adalah perbedaan antara religiositas dengan spiritualitas. Dalam *Journal of Religion and Health*, Ivztan et al. menemukan bahwa tingkatan spiritualitas berkorelasi positif dengan aktualisasi diri dan *personal growth*; akan tetapi, kelompok yang hanya religius dalam arti rajin menunaikan ritual tanpa memiliki tingkatan spiritualitas yang tinggi rupanya kurang mendapatkan dampak tersebut. Dari sana, kita dapat melihat bahwa religiositas sebetulnya merupakan suatu konstruksi

yang berbeda dari spiritualitas, meskipun kita sering mencampuradukkan keduanya (Ivtzan et al., 2013: 925).

Konteks lokal juga tak kalah penting untuk ditelaah. Sebuah tulisan dalam *Nusantara Hasana Journal* menyebutkan bahwa tradisi spiritual lokal oleh penganut Islam masyarakat Sasak di Lombok memiliki dampak kohesi yang baik antarwarga dan menjadi sumber identitas kelompok (Adiwibawa, 2024: 116). Agama dan tradisi tidak hanya menjadi simbol budaya, tetapi juga menjadi sumber dukungan emosional dan mekanisme *coping* individu yang tengah merasa berat dalam menjalani hidup. Menjalankan ibadah dinilai mengembalikan rasa kedamaian tatkala ada masalah berat dalam kehidupan.

Sebuah tulisan lain dalam jurnal *Islamica* menyoroti psikologi humanistik ala Carl Rogers untuk menganalisis ritual *nyadran* (bentuk akulturasi Islam dengan tradisi lokal di Jawa Tengah). Partisipasi kolektif dalam ritual ternyata menumbuhkan rasa *self-regard* dan *self-esteem* pada individu, meskipun praktiknya terkadang kontroversial karena melibatkan prosesi minum-minum hingga mabuk (Setiyani, 2017: 247). Dari berbagai pengamatan ini, saya berkesimpulan bahwa konteks agama lokal Indonesia pastilah bisa memberi kita banyak *insight* baru mengenai agama dari sudut pandang psikologis, meskipun sayangnya, agama lokal selama ini memang kurang banyak mendapat sorotan.

Apakah kita terus beragama di masa depan?:

Agama sering dikaitkan dengan reliik masa lalu yang tidak ilmiah. Apabila kita melihat perkembangan sains, mungkinkah agama semakin lama akan tergerus modernisasi? Kembali ke masa awal psikologi modern, pada tahun 1902, Steven S. Colvin sebenarnya telah menulis dalam makalah bertajuk *The Psychological Necessity of Religion* bahwa memang ada dua kelompok yang memiliki pendapat berlawanan. Kelompok pertama meyakini bahwa perkembangan ilmu pengetahuan modern akan menggantikan agama sebagai tonggak moralitas manusia modern; sementara kelompok kedua berpendapat bahwa bentuk-bentuk agama mungkin dapat berubah, tetapi inti kesadaran agama tidak akan pernah hilang. Menurut Colvin, definisi agama yang ia rasa tepat dalam menggambarkan ini adalah definisi Schleiermacher, yaitu bahwa agama ialah perasaan ketergantungan absolut pada suatu kekuatan yang lebih besar dari manusia. Perasaan ini tidak semata emosional, tetapi juga melibatkan pengetahuan (pemahaman rasional) dan kehendak (keinginan untuk

memiliki hubungan dengan kekuatan besar itu) (Colvin, 1902: 82).

Menurut Colvin, lahirnya agama berakar dari pengalaman dasar manusia dalam menghadapi ketidakpastian dalam kehidupan yang dipenuhi rasa takut dan misteri, sehingga timbul ketergantungan akan kekuatan kosmis tadi. Ketergantungan ini menguat seiring berjalannya zaman, karena manusia semakin menyadari bahwa kekuatan ilahi jauh lebih dapat dipercaya daripada sesama manusia yang sama-sama lemah. Inilah asal-usul pandangan berbagai agama yang menempatkan manusia sebagai pihak yang tidak berdaya dan Tuhan atau semesta sebagai pihak yang lebih absolut, menawarkan keselamatan, atau menentukan nasib manusia. Selama kehidupan manusia terus berlangsung, maka rasa kebutuhan itu akan terus ada sampai kapan pun (Ibid.: 86).

Sebagai refleksi, saya sendiri setuju dengan pemikiran Colvin bahwa agama merupakan kebutuhan psikologis yang akan terus ada bagi manusia. Saya berpendapat bahwa pertengkaran kubu agamis dan ateis yang ramai dewasa ini sebenarnya tidak mengancam keberadaan agama secara keseluruhan, sebab, terlepas dari apakah berbagai klaim ketuhanan dapat dibuktikan secara ilmiah atau tidak, toh kebutuhan psikologis untuk beragama tetap ada dalam diri manusia. Ketika agama "dibongkar" secara ilmiah dari sudut pandang psikologis, mungkin akan ada pihak yang beranggapan bahwa agama tak lebih dari sekadar fenomena mental saja, tetapi itu tidak berarti yang kita rasakan dan pikirkan tentang agama menjadi bukan sesuatu yang riil.

Saya berharap diskursus tentang agama pada masa depan akan berlanjut secara inklusif, seperti misalnya mengikutsertakan spiritualitas non-Abrahamik dan agama-agama lokal yang tentunya menyimpan jawaban-jawaban baru untuk memperkaya pandangan kita. Fenomena beragama tetap bagian dari realitas kehidupan kita; dan mengingat kita semua akan terus menghadapi "cobaan hidup" yang tak habis-habisnya di masa modern ini, saya pikir kita masih akan terus membutuhkan Tuhan dan agama, setidaknya dalam ranah personal kita. ●

Thica Arantxa,

dokter umum, penulis buku dengan nama pena
Miranda Malonka, mahasiswa pascasarjana
STF Driyarkara, Jakarta.

Rujukan

- Adiwibawa, Danang Nur. "Pengaruh Penting Agama dan Tradisi Spiritual dalam Membentuk Identitas Psikologis Masyarakat Sasak di Lombok." *Nusantara Hasana Journal* 3, no. 12 (Mei 2024): 111–119.
- Asna, Atika, dan Dila Fitria. "Psikologi Agama dan Kesehatan Mental." *Inovasi Pendidikan Nusantara* 6, no. 1 (Januari 2025): 1–12.
- Colvin, Stephen S. "The Psychological Necessity of Religion." *The American Journal of Psychology* 13, no. 1 (January 1902): 80–87.
- French, F. C. "The Relation of Psychology to the Philosophy of Religion." *The Journal of Philosophy, Psychology and Scientific Methods* 2, no. 26 (December 21, 1905): 701–707.
- Itai Ivtzan et al., "Linking Religion and Spirituality with Psychological Well-being: Examining Self-actualisation, Meaning in Life, and Personal Growth Initiative," *Journal of Religion and Health* 52 (2013): 925.
- Leuba, James H. "The Psychological Nature of Religion." *The American Journal of Theology* 13, no. 1 (January 1909): 77–85.
- Lucchetti, Giancarlo, Harold G. Koenig, and Alessandra Lamas Granero Lucchetti. "Spirituality, Religiousness, and Mental Health: A Review of the Current Scientific Evidence." *World Journal of Clinical Cases* 9, no. 26 (2021): 7620–7631.
- Pals, Daniel L. *Seven Theories of Religion: Tujuh Teori Agama Paling Berpengaruh*. Diterjemahkan oleh Inyaki Ridwan Muzir dan M. Syukri. Yogyakarta: IRCiSoD, 2018. Diterjemahkan dari *Seven Theories of Religion* (New York: Oxford University Press, 1996).
- Setiyani, Wiwik. "Implementasi Psikologi Humanistik pada Ritual Nyadran di Jembe Gemarang." *Islamica: Jurnal Studi Keislaman* 12, no. 1 (2017): 230–257.