JIM: Jurnal Ilmu Multidisiplin
E-ISSN : 2829-4580
P-ISSN : 2829-4599
GREENATION PUBLISHER
+62 812 1046 7572 http://greenpub.org greenation.info@gmail.com
DOI: https://doi.org/10.38035/jim.v3i4
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/

Agama Perspektif Sigmund Freud: An illusion of Obsession

Bobby Fahreza[1], Husnaini[2], Muhammad Jafar[3], Muhammad Al Mustafa[4], Darmadi[5]
[1]UIN Sultanah Nahrasiyah, Lhokseumawe, Aceh, Indonesia, bobbyfahreza1610@gmail.com
[2]UIN Sultanah Nahrasiyah, Lhokseumawe, Aceh, Indonesia, husnaini3818@gmail.com
[3]STIS Ummul Ayman Pidie Jaya, Aceh, Indonesia, tgkjafarumay@gmail.com
[4]STIS Ummul Ayman Pidie Jaya, Aceh, Indonesia, abuianiah90@gmail.com
[5]UIN Sultanah Nahrasiyah, Lhokseumawe, Aceh, Indonesia

Corresponding Author: bobbyfahreza1610@gmail.com[1]

Abstract: *In contemporary social life, religion is experienced not only as a normative belief system regulating external behavior, but also as an internalized psychological experience shaping how individuals manage anxiety, guilt, and existential meaning. Contemporary psychology of religion views religiosity as ambivalent, functioning both as a source of comfort and as a site of psychological tension. This study examines religious experience as a mechanism of anxiety regulation and moral control through the psychoanalytic perspective of Sigmund Freud in dialogue with contemporary religious psychology. Using a qualitative interpretative design, the study applies document analysis of classical Freudian texts and recent scholarly literature on scrupulosity, negative religious coping, and religious struggle. Data were analyzed through reflexive thematic analysis to identify recurring patterns related to obsessive religiosity, ritual repetition, and spiritual conflict. The findings reveal three central themes: religion as a regulator of anxiety and moral guilt, repetitive ritual practices driven by the pursuit of moral certainty, and existential conflict between idealized spiritual meanings and lived psychological experience. These findings demonstrate the ambivalent nature of religiosity, which can provide temporary structure and reassurance while simultaneously reinforcing psychological distress. The study offers theoretical and practical implications for health.*

Keyword: *Psychology of religion, Freudian psychoanalysis, Religious scrupulosity, Negative religious coping, Religious experience.*

Abstrak: Dalam kehidupan sosial kontemporer, agama tidak hanya dipahami sebagai sistem kepercayaan normatif yang mengatur perilaku eksternal, tetapi juga sebagai pengalaman batin yang membentuk cara individu mengelola kecemasan, rasa bersalah, dan pencarian makna eksistensial. Kajian mutakhir psikologi agama menunjukkan bahwa religiusitas bersifat ambivalen, berfungsi sebagai sumber ketenangan sekaligus ruang ketegangan psikologis. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bagaimana pengalaman keberagamaan beroperasi sebagai mekanisme regulasi kecemasan dan pengendalian moral melalui perspektif psikoanalitik Sigmund Freud yang didialogkan dengan psikologi agama kontemporer. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif interpretatif dengan analisis dokumen terhadap

karya utama Freud dan literatur ilmiah terkini mengenai scrupulosity, negative religious coping, dan konflik keberagamaan. Data dianalisis menggunakan thematic analysis refleksif untuk mengidentifikasi pola makna berulang dalam pengalaman religius problematik. Hasil penelitian menunjukkan tiga tema utama, yaitu agama sebagai regulator kecemasan dan rasa bersalah moral, repetisi ritual yang dipicu pencarian kepastian moral, serta konflik eksistensial antara makna spiritual ideal dan pengalaman psikologis subjektif. Temuan ini menegaskan ambivalensi religiusitas yang dapat memberi struktur dan rasa aman sementara, namun juga berpotensi mempertahankan tekanan psikologis. Teoretis, penelitian ini mereposisi konsep agama sebagai obsessional neurosis dalam pemikiran Freud sebagai kerangka interpretatif non-reduksionis. Secara praktis, studi ini menekankan integrasi literasi kesehatan mental dalam pendidikan dan pendampingan keagamaan.

Kata Kunci: Psikologi agama, Psikoanalisis Freud, Scrupulosity religius, Coping religius negatif, Pengalaman keberagamaan.

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sosial kontemporer, agama tidak hanya hadir sebagai sistem kepercayaan normatif yang mengatur perilaku eksternal individu, tetapi juga sebagai pengalaman batin yang secara mendalam membentuk cara seseorang memahami diri, mengelola kecemasan, menafsirkan penderitaan, serta membangun relasi sosial dan eksistensial. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas bersifat multidimensional dan dapat menghasilkan konsekuensi psikologis yang ambivalen, bergantung pada cara individu menginternalisasi dan menggunakan agama dalam menghadapi tekanan hidup (Aggarwal et al., 2023). Dalam berbagai ruang sosial mulai dari komunitas keagamaan, institusi pendidikan, hingga ruang privat dan digital dapat diamati individu-individu yang menjalankan praktik keagamaan dengan intensitas tinggi, namun diiringi oleh pengalaman religius yang sarat dengan rasa bersalah, ketakutan akan hukuman ilahi, konflik spiritual, serta dorongan ritual yang berulang. Temuan empiris menunjukkan bahwa bentuk *negative religious coping*, seperti menyalahkan Tuhan, memaknai kesulitan hidup sebagai hukuman ilahi, atau merasa ditinggalkan secara spiritual, berhubungan signifikan dengan meningkatnya gejala depresi, kecemasan, dan stres (Sukeri et al., 2024); (Rashid et al., 2023).

Pengalaman keberagamaan dalam masyarakat modern tidak dapat dipahami semata sebagai manifestasi keyakinan reflektif yang rasional dan sadar, melainkan sebagai pengalaman psikologis yang berkelindan dengan dinamika emosi, kecemasan eksistensial, serta kebutuhan akan makna dan rasa aman. Berbagai studi menunjukkan bahwa pengalaman ini kerap terungkap dalam narasi personal melalui observasi awal, laporan subjektif, dan wawancara eksploratif dengan individu dari latar sosial, pendidikan, dan budaya yang beragam. Dalam narasi tersebut, praktik keagamaan tertentu dijalani bukan hanya karena komitmen teologis yang matang, tetapi juga didorong oleh dorongan internal yang sulit dirumuskan secara rasional, seperti ketakutan kehilangan makna hidup, kecemasan berlebihan terhadap dosa dan kesalahan moral, serta kebutuhan akan figur otoritas religius yang memberikan kepastian dan rasa aman psikologis (Allen & Wang, 2014); (Polhill et al., 2025).

Penelitian lintas budaya dan lintas populasi menunjukkan bahwa religiositas bukanlah konstruksi yang secara universal berfungsi sebagai sumber ketenangan psikologis, melainkan memiliki karakter yang ambivalen dan kontekstual. Sejumlah studi mengindikasikan bahwa dimensi religiusitas tertentu baik yang bersifat organisasional, non-organisasional, maupun intrinsik dalam konteks tertentu justru berkorelasi positif dengan kecemasan dan depresi, sehingga mengisyaratkan bahwa intensitas dan internalisasi agama dapat memperkuat

tekanan moral, pengawasan diri yang berlebihan, serta beban psikologis individu (Galvao et al., 2025). Dari perspektif individu yang mengalaminya, agama tidak selalu dipersepsikan sebagai sumber makna dan ketenangan eksistensial, melainkan dapat dialami sebagai tuntutan psikologis yang terus-menerus, yang mengikat pikiran, emosi, dan perilaku melalui kecemasan moral, rasa bersalah religius, serta pergulatan spiritual yang berkelanjutan (Aggarwal et al., 2023); (Rashid et al., 2023).

Temuan-temuan tersebut diperkuat oleh penelitian lintas usia, lintas tingkat pendidikan, dan lintas komunitas agama yang menunjukkan bahwa fenomena ini tidak terbatas pada kelompok sosial tertentu, melainkan muncul pada anak-anak, mahasiswa, hingga orang dewasa, dengan ekspresi ritual, pola kepatuhan, dan legitimasi sosial yang berbeda-beda sesuai konteks budaya dan institusionalnya (Sandu et al., 2025); (Mathews & Sarawgi, 2025). Dalam lanskap global yang ditandai oleh meningkatnya prevalensi gangguan kecemasan, krisis makna, dan tekanan psikososial masyarakat modern, agama kerap berfungsi sebagai mekanisme pengelolaan kecemasan yang bersifat ambivalen di satu sisi menyediakan struktur, harapan, dan ketenangan, namun di sisi lain berpotensi memperkuat tekanan psikologis melalui pola *negative religious coping* dan *scrupulosity* (Halma et al., 2025); (Mancini et al., 2023). Secara keseluruhan, temuan-temuan ini menegaskan urgensi pendekatan riset yang melampaui pengukuran religiositas secara kuantitatif semata, dengan memberi perhatian lebih mendalam pada narasi personal, pengalaman batin, serta konteks sosial-budaya yang membentuk cara individu memahami, menjalani, dan mengalami agama dalam kehidupan sehari-hari.

Literatur psikologi agama dan kesehatan mental mengidentifikasi pengalaman keberagamaan problematik sebagai bagian dari spektrum *scrupulosity* dan *negative religious coping*, yaitu kondisi ketika agama berfungsi sebagai mekanisme regulasi kecemasan dan rasa bersalah yang bersifat maladaptif. Dalam kondisi ini, individu cenderung menjalankan praktik religius secara repetitif, perfeksionistik, dan kompulsif bukan untuk pendalaman makna spiritual, melainkan untuk meredakan ketakutan akan hukuman ilahi, kegagalan moral, atau ancaman terhadap identitas diri (Mathews & Sarawgi, 2025); (Toprak & Özçelik, 2024). Penelitian lintas populasi menunjukkan bahwa pola ini muncul dalam berbagai tradisi agama dan konteks budaya, serta dimediasi oleh faktor-faktor seperti perfeksionisme maladaptif, kecemasan moral, dan pola coping religius negatif (Allen & Wang, 2014); (Polhill et al., 2025); (Mancini et al., 2023). Meskipun agama secara normatif diposisikan sebagai sumber pembebasan, pencerahan, dan regulasi makna dalam kehidupan individu, berbagai temuan mutakhir menunjukkan bahwa dalam konteks tertentu praktik keagamaan justru dialami sebagai beban psikologis yang repetitif dan obsesif, sehingga lebih berfungsi sebagai mekanisme regulasi kecemasan daripada sebagai sarana pendalaman makna spiritual (Allen & Wang, 2014); (Mancini et al., 2023). Studi-studi klinis dan kualitatif memperlihatkan bahwa individu kerap menjalankan ritual keagamaan bukan terutama sebagai ekspresi iman reflektif, tetapi sebagai respons terhadap ketakutan eksistensial, kecemasan akan dosa, dan dorongan untuk meredakan distress melalui figur otoritas religius atau kepastian normatif (Hamlaoui et al., 2025; (Mancini et al., 2023). Fenomena ini menimbulkan pertanyaan mendasar mengenai bagaimana agama dipahami dan dialami pada level subjektif, khususnya dalam konteks meningkatnya diskursus kesehatan mental dan krisis makna di masyarakat modern.

Kajian dalam lima tahun terakhir menunjukkan peningkatan minat yang signifikan terhadap relasi antara agama, psikologi, dan pengalaman subjektif individu, seiring berkembangnya psikologi agama sebagai bidang interdisipliner yang semakin menaruh perhatian pada dinamika internal dan konteks pengalaman keberagamaan (Hamdi et al., 2025); (Adams et al., 2025). Penelitian-penelitian mutakhir secara konsisten memposisikan religiusitas dan spiritualitas sebagai konstruksi multidimensional yang berfungsi secara ambivalen, baik sebagai mekanisme koping, dan pembentukan makna maupun sebagai

sumber konflik batin, dan tekanan psikologis ketika dikaitkan dengan *religious struggle* dan *negative religious coping* (Aggarwal et al., 2023); (Mancini et al., 2023); (Rashid et al., 2023); (Sukeri et al., 2024); (Galvao et al., 2025); (Adams et al., 2025). Sejalan dengan temuan tersebut, literatur kontemporer mulai menekankan pentingnya pendekatan fenomenologis, kualitatif, dan naratif untuk memahami bagaimana agama benar-benar dialami, dimaknai, dan dinegosiasikan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam konteks *scrupulosity*, kecemasan religius, dan pengalaman spiritual yang kompleks (Peck et al., 2025); (Hamlaoui et al., 2025); (Mathews & Sarawgi, 2025). Secara keseluruhan, temuan-temuan ini mengindikasikan adanya pergeseran paradigma dalam psikologi agama menuju pemahaman yang lebih kontekstual, subjektif, dan berorientasi pada pengalaman batin individu (Hamdi et al., 2025); (Adams et al., 2025).

Meskipun literatur mutakhir telah menunjukkan bahwa religiusitas dapat berfungsi secara ambivalen dalam kaitannya dengan kesehatan mental, masih terdapat kesenjangan penelitian yang signifikan terkait pemahaman mendalam mengenai bagaimana agama dipahami, diinternalisasi, dan dialami pada level subjektif dalam konteks *scrupulosity* dan *negative religious coping*, khususnya di tengah dominasi pendekatan kuantitatif yang cenderung mereduksi pengalaman keberagamaan menjadi indikator perilaku terukur (Nguyen et al., 2024; Sukeri et al., 2024; Hamdi et al., 2025). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara reflektif dan kontekstual dinamika psikologis keberagamaan dengan menempatkan pengalaman batin, narasi personal, serta konteks sosial-budaya sebagai fokus utama analisis. Kontribusi penelitian ini diharapkan terletak pada pengayaan kerangka konseptual psikologi agama melalui integrasi temuan empiris tentang *scrupulosity*, *negative religious coping*, dan konflik batin religius dengan pendekatan kualitatif-interpretatif, sehingga memberikan pemahaman yang lebih utuh mengenai relasi antara religiusitas, kesehatan mental, dan pencarian makna hidup dalam masyarakat modern (Allen & Wang, 2014; Mancini et al., 2023; Mathews & Sarawgi, 2025).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain analisis dokumen interpretatif. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian bukan untuk melakukan sintesis sistematis literatur atau menguji hubungan kausal, melainkan untuk mengeksplorasi dan menafsirkan konstruksi konseptual serta pola pemaknaan yang berkembang dalam teks-teks teoritis dan ilmiah terkait agama dalam perspektif psikoanalitik Sigmund Freud. Analisis dokumen interpretatif dipandang tepat untuk menelaah kerangka konseptual dan argumentatif yang tidak dapat direduksi menjadi variabel terukur, khususnya dalam kajian yang berfokus pada dinamika psikologis dan simbolik pengalaman keberagamaan. Justifikasi metodologis pemilihan pendekatan ini didasarkan pada temuan bahwa sebagian besar penelitian mutakhir mengenai religiusitas dan kesehatan mental masih didominasi oleh pendekatan kuantitatif dan klinis yang efektif dalam mengidentifikasi hubungan statistik dan gejala psikologis, namun relatif terbatas dalam menjelaskan dimensi makna subjektif dan konstruksi psikodinamis yang melatarinya (Aggarwal et al., 2023); (Mancini et al., 2023). Oleh karena itu, analisis dokumen interpretatif digunakan sebagai strategi metodologis untuk melengkapi temuan empiris tersebut melalui pembacaan konseptual yang lebih mendalam terhadap kerangka psikoanalitik klasik dan diskursus psikologi agama kontemporer, sebagaimana direkomendasikan dalam perkembangan metodologis penelitian psikologi agama terkini (Hamdi et al., 2025); (Mathews & Sarawgi, 2025); (Hamlaoui et al., 2025).

Sumber data penelitian ini berupa dokumen tertulis yang dipilih secara purposive berdasarkan relevansi konseptual dan tematik dengan fokus kajian. Dokumen yang dianalisis mencakup karya-karya utama Sigmund Freud tentang agama, ilusi, dan neurosis obsesional dalam kerangka *pathoanalysis of existence*, yang memandang agama sebagai ekspresi kultural dengan keterkaitan erat pada dinamika psikopatologis, khususnya neurosis

obsesional (Westerink, 2020), serta artikel jurnal bereputasi internasional dalam bidang psikologi agama, kesehatan mental, dan psikoanalisis yang mengkaji *scrupulosity*, *negative religious coping*, konflik batin religius, dan pengalaman keberagamaan maladaptif. Artikel-artikel tersebut dipilih karena kontribusi teoretis dan empirisnya dalam menunjukkan ambivalensi religiositas sebagai konstruksi multidimensional yang dapat berfungsi adaptif maupun maladaptif, serta keterbatasan pendekatan kuantitatif dalam menangkap kompleksitas pengalaman religius subjektif secara memadai (Allen & Wang, 2014); (Mancini et al., 2023); (Sandu et al., 2025); (Head, 2025). Pemilihan dokumen tidak mengikuti protokol *systematic literature review*, melainkan didasarkan pada pertimbangan teoretis, kedalaman konseptual, dan relevansi substantif terhadap tujuan penelitian, sejalan dengan tradisi kajian psikologi agama dan psikoanalisis yang menempatkan analisis reflektif dan naratif sebagai strategi utama dalam memahami fenomena keberagamaan yang kompleks, sehingga sumber dokumen populer, non-akademik, atau yang tidak memiliki landasan ilmiah yang memadai dikecualikan dari analisis (Westerink, 2020); (Head, 2025).

Analisis data dilakukan menggunakan *interpretative thematic analysis* yang bersifat refleksif dengan menempatkan peneliti sebagai instrumen utama dalam proses pemaknaan data. Proses analisis mencakup pembacaan mendalam dan berulang terhadap dokumen terpilih, koding terbuka, atas unit-unit makna, pengelompokan kode ke dalam tema-tema utama, serta interpretasi reflektif terhadap tema-tema tersebut dengan mengaitkannya pada kerangka psikoanalitik Sigmund Freud dan diskursus psikologi agama kontemporer. Perangkat lunak NVivo digunakan sebagai alat bantu teknis untuk pengelolaan data, pelacakan kode, dan pengorganisasian tema guna meningkatkan keteraturan dan transparansi analisis tanpa menggantikan peran peneliti sebagai penafsir utama atas mana data (Lim, 2025); (Sakaguchi et al., 2025). Keabsahan analisis dijaga melalui prinsip *trustworthiness* yang mencakup *credibility*, *transferability*, *dependability*, dan *confirmability*, dengan menekankan konsistensi prosedur analisis, refleksivitas peneliti, dan kejelasan jejak analitik, sementara aspek etika penelitian dipenuhi melalui kejujuran sitasi, penghormatan terhadap hak kekayaan intelektual, dan kepatuhan terhadap standar integritas akademik sesuai pedoman sitasi APA (Ahmed et al., 2025); (Ramli et al., 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis dokumen dilakukan secara interpretatif menggunakan *thematic analysis* terhadap karya-karya Sigmund Freud serta literatur psikologi agama kontemporer yang membahas *scrupulosity*, *negative religious coping*, dan konflik batin religius. Proses pembacaan mendalam, koding terbuka, dan pengelompokan tema menghasilkan tiga tema utama yang merepresentasikan pola pengalaman keberagamaan problematik dalam perspektif psikoanalitik dan psikologis. Untuk keperluan penyajian hasil, digunakan kode Naratif A-F sebagai penanda figur pengalaman konseptual yang direkonstruksi dari dokumen yang dianalisis, bukan sebagai partisipan lapangan seperti yang terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Analisis Tematik Pengalaman Keberagamaan dalam Perspektif Psikoanalitik Freud

No	Tema Utama	Subtema	Ilustrasi Kutipan Naratif
1	Agama sebagai regulasi kecemasan	Ketakutan akan dosa dan hukuman ilahi	"Saya beribadah bukan karena tenang, tetapi karena takut jika saya berhenti, saya akan menjadi orang yang salah di hadapan Tuhan." (Naratif A)
		Rasa bersalah moral berkelanjutan	"Rasa bersalah itu tidak pernah selesai, bahkan setelah saya melakukan semua yang diajarkan." (Naratif B)
2	Repetisi ritual dan logika obsesional	Pengulangan ibadah untuk	"Saya mengulang doa karena selalu merasa ada yang kurang, seolah tidak pernah cukup benar." (Naratif C)

No	Tema Utama	Subtema	Ilustrasi Kutipan Naratif
		mencari kepastian	
		Keletihan emosional akibat ritual	"Semakin saya patuh, justru semakin lelah dan cemas." (Naratif D)
3	Konflik makna spiritual	Ketegangan antara ideal agama dan pengalaman batin	"Agama seharusnya menenangkan, tapi yang saya rasakan justru tekanan." (Naratif E)
		Kebingungan eksistensial dan diam sosial	"Saya tidak berani bercerita karena takut dianggap kurang iman." (Naratif F)

Sumber: Data Penelitian

Tema 1. Agama sebagai Regulasi Kecemasan dan Rasa Bersalah Moral

Tema pertama menggambarkan pengalaman keberagamaan yang dijalani terutama sebagai mekanisme regulasi kecemasan dan rasa bersalah moral, bukan sebagai ruang pendalaman makna spiritual yang reflektif. Dalam berbagai teks Freud dan studi psikologi agama kontemporer, praktik keagamaan muncul sebagai respons terhadap ketakutan akan dosa, hukuman ilahi, dan kegagalan moral, yang mendorong kepatuhan religius yang kaku dan berulang. Subtema pertama menampilkan agama sebagai sarana untuk meredam ketakutan eksistensial. Hal ini tercermin dalam Naratif A, yang menggambarkan praktik ibadah sebagai tindakan preventif terhadap kemungkinan "kesalahan fatal" di hadapan Tuhan:

"Saya beribadah bukan karena tenang, tetapi karena takut jika saya berhenti, saya akan menjadi orang yang salah di hadapan Tuhan." (Naratif A).

Subtema kedua menunjukkan bagaimana ketakutan tersebut berkembang menjadi rasa bersalah moral yang berkelanjutan. Naratif B menggambarkan pengalaman di mana kepatuhan religius tidak menghasilkan rasa selesai, melainkan memperpanjang lingkaran rasa bersalah:

"Rasa bersalah itu tidak pernah selesai, bahkan setelah saya melakukan semua yang diajarkan." (Naratif B).

Secara reflektif, tema ini memperlihatkan ambiguitas mendasar: agama berfungsi sebagai sumber orientasi moral, tetapi sekaligus membangun mekanisme pengawasan internal yang memperkuat kecemasan.

Tema 2. Repetisi Ritual dan Logika Obsesional dalam Pengalaman Keberagamaan.

Tema kedua menyoroti pola repetisi ritual dan logika obsesional yang menyertai pengalaman religius tertentu. Dalam pembacaan psikoanalitik Freud, repetisi dipahami sebagai ekspresi konflik bawah sadar yang tidak terselesaikan, sementara dalam literatur kontemporer, pola ini tampak dalam bentuk perilaku religius kompulsif. Subtema pertama menggambarkan pengulangan ibadah sebagai upaya mencari kepastian moral yang tidak pernah sepenuhnya tercapai. Naratif C mencerminkan kegelisahan yang muncul setelah setiap ritual diselesaikan:

"Saya mengulang doa karena selalu merasa ada yang kurang, seolah tidak pernah cukup benar." (Naratif C).

Subtema kedua menampilkan konsekuensi emosional dari repetisi tersebut. Naratif D menggambarkan keletihan psikologis yang muncul ketika kepatuhan religius justru memperbesar tekanan batin:

"Semakin saya patuh, justru semakin lelah dan cemas." (Naratif D).

Tema ini memperlihatkan paradoks sosial-psikologis: ritual memberi rasa aman sementara, tetapi dalam jangka panjang memperkuat kecemasan dan kelelahan emosional.

Tema 3. Konflik antara Makna Spiritual dan Tekanan Psikologis.

Tema ketiga mengungkap konflik batin yang muncul ketika individu menyadari adanya jarak antara makna spiritual yang diidealkan dan pengalaman psikologis yang dialami. Literatur yang dianalisis menunjukkan bahwa kesadaran ini sering disertai kebingungan

eksistensial dan kesulitan untuk mengartikulasikannya secara terbuka. Subtema pertama ditunjukkan melalui Naratif E, yang menggambarkan ketegangan antara harapan normatif terhadap agama dan realitas pengalaman batin:

"Agama seharusnya menenangkan, tapi yang saya rasakan justru tekanan."(Naratif E). Subtema kedua menyoroti dimensi sosial dari konflik tersebut. Naratif F menggambarkan pengalaman diam dan ketakutan akan stigma ketika pengalaman keberagamaan yang problematik tidak sesuai dengan norma religius yang dominan:

"Saya tidak berani bercerita karena takut dianggap kurang iman." (Naratif F).

Tema ini menunjukkan bahwa konflik spiritual tidak hanya bersifat intrapsikis, tetapi juga dinegosiasikan dalam ruang sosial yang normatif dan religius.

Pembahasan

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman keberagamaan, ketika dianalisis melalui kerangka psikoanalitik Sigmund Freud dan didialogkan dengan literatur psikologi agama kontemporer, tidak selalu dialami sebagai sumber ketenangan batin atau pendalaman makna spiritual. Dalam konteks tertentu, agama justru berfungsi sebagai mekanisme regulasi kecemasan dan rasa bersalah moral yang bekerja secara repetitif dan menekan, terutama melalui internalisasi tuntutan normatif yang ketat dan pengawasan diri yang berlebihan. Pola ini tampak menonjol dalam Naratif A dan Naratif B, di mana praktik keagamaan dijalani terutama sebagai respons terhadap ketakutan akan dosa, hukuman ilahi, dan kegagalan moral, serta rasa bersalah yang terus berulang tanpa resolusi psikologis yang jelas. Temuan tersebut sejalan dengan konsepsi Freud mengenai agama sebagai *obsessional neurosis*, yakni suatu struktur simbolik yang berfungsi untuk mengelola kecemasan dan konflik batin melalui ritual, larangan, dan tuntutan moral yang bersifat kompulsif dan repetitif (Freud, 1930). Namun, mengikuti pembacaan kritis terhadap Freud dalam kajian kontemporer, pemahaman ini tidak diposisikan sebagai penilaian normatif terhadap agama, melainkan sebagai lensa interpretatif untuk membaca dinamika psikologis pengalaman religius tertentu yang bersifat problematik (Westerink, 2020); (Kistner, 2021). Dalam kerangka ini, agama dipahami sebagai medan simbolik tempat kecemasan, rasa bersalah, dan kebutuhan akan kepastian moral dinegosiasikan secara psikodinamis, alih-alih semata-mata sebagai sistem kepercayaan yang reflektif dan membebaskan.

Interpretasi tersebut diperkuat oleh temuan empiris mutakhir dalam psikologi agama dan kesehatan mental yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *scrupulosity*, *negative religious coping*, dan peningkatan distress psikologis, termasuk kecemasan dan depresi psikologis (Allen & Wang, 2014); (Mancini et al., 2023). Studi-studi ini mengindikasikan bahwa pada individu tertentu, praktik keagamaan dapat berfungsi sebagai mekanisme coping yang maladaptif, di mana ritual dan kepatuhan religius dijalankan bukan terutama untuk pencarian makna, melainkan untuk meredakan kecemasan moral dan ketakutan akan hukuman, suatu pola yang secara struktural konsisten dengan deskripsi Freud mengenai *neurosis* obsesional. Dengan demikian, temuan penelitian ini menegaskan relevansi dialog antara psikoanalisis Freud dan literatur psikologi agama kontemporer dalam memahami ambivalensi pengalaman keberagamaan di masyarakat modern.

Lebih lanjut, Naratif C dan Naratif D memperlihatkan dinamika repetisi ritual yang menjadi ciri khas pengalaman keberagamaan obsesional. Dalam konstruksi naratif ini, praktik ritual dijalankan secara berulang sebagai upaya simbolik untuk mencapai kepastian moral dan ketenangan batin, namun justru menghasilkan kelelahan emosional dan peningkatan kecemasan yang berkelanjutan. Dalam kerangka psikoanalitik Freud, repetisi dipahami sebagai ekspresi konflik bawah sadar yang tidak terselesaikan, di mana tindakan simbolik dilakukan berulang kali untuk menetralkan kecemasan, tetapi gagal menyentuh sumber konflik psikologis yang mendasarinya. Perspektif ini menemukan resonansi kuat dalam kajian psikologi klinis kontemporer, yang mengidentifikasi pola tersebut sebagai perilaku

kompulsif religius dalam spektrum *scrupulosity*, yakni kondisi ketika ritual keagamaan mempertahankan lingkaran kecemasan, kontrol diri yang berlebihan, dan rasa bersalah moral (Lewis & Loewenthal, 2018); (Mathews & Sarawgi, 2025); (Toprak & Özçelik, 2024).

Interpretasi ini diperkuat oleh temuan empiris mutakhir yang menunjukkan hubungan konsisten antara *scrupulosity*, *negative religious coping*, dan peningkatan distress psikologis. Studi-studi kontemporer menunjukkan bahwa bentuk coping religius yang didorong oleh ketakutan, rasa bersalah, dan perfeksionisme maladaptif berkorelasi dengan kecemasan, depresi, dan kelelahan emosional, berbeda secara signifikan dari religiusitas yang bersifat reflektif dan integratif (Allen & Wang, 2014); (Mancini et al., 2023); (Polhill et al., 2025). Dalam konteks ini, ritual keagamaan tidak berfungsi sebagai sarana pemaknaan eksistensial yang membebaskan, melainkan sebagai mekanisme pengendalian afektif yang bersifat sementara dan rentan memperkuat struktur psikologis yang menekan.

Secara keseluruhan, pemetaan Naratif A–D menegaskan ambivalensi religiositas dalam pengalaman psikologis individu. Di satu sisi, praktik dan simbol keagamaan dapat menyediakan struktur, kepastian, dan rasa aman sementara; namun di sisi lain, ketika dimediasi oleh kecemasan moral, tuntutan perfeksionistik, dan coping religius negatif, religiusitas justru berpotensi mempertahankan pola obsesional yang melelahkan secara emosional. Temuan ini memperkaya dialog antara teori psikoanalitik Freud dan psikologi agama kontemporer dengan menunjukkan bahwa konsep agama sebagai *obsessional neurosis* tetap relevan sebagai kerangka interpretatif untuk memahami dinamika psikologis pengalaman religius tertentu dalam masyarakat modern, tanpa mereduksi agama itu sendiri sebagai fenomena patologis, melainkan dengan menyoroti kondisi-kondisi psikologis dan sosial yang membentuk cara agama dialami secara subjektif.

Sementara itu, Naratif E dan Naratif F mengungkap dimensi konflik yang lebih reflektif dan eksistensial dalam pengalaman keberagamaan, yakni ketegangan antara makna spiritual yang diidealkan secara normatif dan pengalaman psikologis yang dialami secara subjektif. Dalam konstruksi naratif ini, individu menunjukkan kesadaran akan tekanan psikologis yang menyertai praktik keagamaan, namun kesadaran tersebut kerap disertai kebingungan batin serta keterbatasan bahasa dan ruang sosial untuk mengartikulasikannya secara terbuka. Pengalaman religius yang tidak selaras dengan ekspektasi normatif seperti kecemasan, kelelahan emosional, atau konflik makna sering kali tidak diakui sebagai dinamika psikologis yang sah, melainkan ditafsirkan sebagai kelemahan iman atau kekurangan spiritual personal. Dalam konteks sosial yang religius dan normatif, penafsiran tersebut mendorong individu untuk memilih diam dan memendam konflik batinnya, sehingga pengalaman keberagamaan problematik cenderung tersembunyi di ranah privat dan tidak terartikulasikan dalam wacana kolektif. Temuan ini sejalan dengan kajian lintas budaya yang menunjukkan bahwa norma sosial, otoritas religius, dan legitimasi simbolik memainkan peran penting dalam membentuk cara individu memaknai, menegosiasikan, dan menyembunyikan pengalaman spiritual yang tidak sesuai dengan ekspektasi kolektif. Dalam perspektif psikologi budaya dan klinis, dinamika ini tidak hanya memperdalam konflik eksistensial individu, tetapi juga berpotensi memperkuat distress psikologis melalui mekanisme internalisasi rasa bersalah dan self-silencing religius (Jarvis & Kirmayer, 2025); (Hamlaoui et al., 2025); (Peck et al., 2025); (Sandu et al., 2025).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman keberagamaan, ketika dianalisis melalui pendekatan kualitatif-interpretatif berbasis psikoanalisis Freud dan psikologi agama kontemporer, memperlihatkan pola makna yang bersifat ambivalen dan tidak bergerak secara linear menuju ketenangan spiritual. Temuan utama mengindikasikan bahwa dalam kondisi tertentu, praktik keagamaan dialami sebagai mekanisme regulasi kecemasan dan rasa bersalah moral yang bekerja secara repetitif, ditandai oleh pengawasan diri yang ketat,

repetisi ritual, serta ketegangan antara ideal spiritual normatif dan pengalaman psikologis subjektif. Dengan demikian, religiusitas tidak semata hadir sebagai sumber makna dan ketenteraman batin, tetapi juga sebagai ruang negosiasi konflik psikologis yang kompleks, di mana kecemasan, rasa bersalah, dan kebutuhan akan kepastian moral saling berkelindan dalam pengalaman batin individu.

Pemahaman baru yang dihasilkan dari penelitian ini terletak pada penempatan pengalaman keberagamaan sebagai pengalaman batin yang hidup, kontekstual, dan dibentuk oleh interaksi antara dorongan psikologis, struktur simbolik agama, serta norma sosial yang mengatur ekspresi iman. Secara konseptual, penelitian ini memperkaya diskursus psikologi agama dengan menegaskan relevansi dialog antara teori psikoanalitik Freud dan temuan empiris mutakhir tentang *scrupulosity* dan *negative religious coping*, tanpa mereduksi agama sebagai fenomena patologis. Kontribusi teoretis utama terletak pada penegasan bahwa konsep agama sebagai *obsessional neurosis* tetap bernilai sebagai kerangka interpretatif non-reduksionis, yakni untuk memahami kondisi psikologis dan sosial tertentu yang membentuk cara agama dialami secara subjektif, adaptif, maupun maladaptif. Pendekatan ini menawarkan perspektif alternatif yang menempatkan religiusitas sebagai pengalaman ambivalen yang dinegosiasikan secara terus-menerus dalam kehidupan sosial kontemporer.

Dari sisi implikasi praktis, temuan penelitian ini relevan bagi pengembangan kebijakan pendidikan, pendampingan sosial-keagamaan, dan praktik kesehatan mental yang sensitif terhadap dimensi religius. Hasil penelitian ini menekankan pentingnya literasi kesehatan mental berbasis konteks religius agar pengalaman keberagamaan yang problematik tidak secara otomatis distigmatisasi sebagai kelemahan iman, serta mendorong pendekatan pendampingan yang mampu membedakan antara religiusitas reflektif dan pola keberagamaan yang didorong oleh kecemasan dan rasa bersalah maladaptif. Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena bertumpu pada analisis dokumen interpretatif, sehingga belum menangkap variasi pengalaman lapangan secara langsung maupun perbedaan lintas budaya dan populasi. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengombinasikan pendekatan interpretatif ini dengan studi kualitatif lapangan, memperluas konteks dan populasi penelitian, serta mendalami relasi antara otoritas religius, norma sosial, dan kesehatan mental, guna memperkaya agenda riset psikologi agama yang lebih reflektif, manusiawi, dan kontekstual.

REFERENSI

Adams, G. C., Bye, C., Alaverdashvili, M., Adams, S., & Koenig, H. G. (2025). Impact of faith maturity on mental health and wellbeing. *Religion, Brain & Behavior*, *0*(0), 1–19. https://doi.org/10.1080/2153599X.2025.2571549

Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: a systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, *23*(729), 1–33. https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2

Ahmed, S. K., Mohammed, R. A., Nashwan, A. J., Ibrahim, R. H., Abdalla, A. Q., Ameen, B. M. M., & Khdhir, R. M. (2025). Using Thematic Analysis in Qualitative Research. *Journal of Medicine, Surgery, and Public Health Journal*, *6*(April), 1–6. https://doi.org/10.1016/j.glmedi.2025.100198

Allen, G. E. K., & Wang, K. T. (2014). Examining Religious Commitment, Perfectionism, Scrupulosity, and Well-Being Among LDS Individuals. *Psychology of Religion and Spirituality*, *6*(3), 257–264. https://doi.org/10.1037/a0035197

Freud, S. (1930). *CIVILIZATION AND ITS DISCONTENTS*. *1927*.

Galvao, L. L., Reis, A. S. L. da S., Lira, C. A. B. De, Andrade, M. S., Weiss, K., Knechtle, B., Borges, B. J. P., Gentil, P., Rosemann, T., & Vancini, R. L. (2025). Association of religiosity on anxiety and depressive symptoms in the Brazilian population : A cross-

sectional study. *Acta Psychologica*, *258*(June), 105218. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105218

Halma, M., Covarrubias, A., Selem, E., & Varon, J. (2025). Anxiety: A Look at Epidemiological Factors and Alternate Treatments. *International Journal of Depression and Anxienty*, *8*(1), 1–9. https://doi.org/10.23937/2643-4059/1710044

Hamdi, H., Hamdanah, H., Hartati, Z., & Huda, A. A. S. (2025). Trends and Developments in Religious Psychology Research Methods : A Bibliometric Study of SCOPUS Publications (2015 – 2025). *Al Ulya: Jurnal Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri*, *10*(2), 240–264.

Hamlaoui, H., Chowdhury, F., Gulamhusein, S., Dawood, R., Khurshid, F., & Yaqub, Z. (2025). A Qualitatif Exploration of Lived Experiences of Religious OCD within Muslim Communities. *Journal of The British Islamic Medical Association*, *19*(7), 1–14.

Head, K. R. (2025). Spirituality , Religiousness , and Mental Health: A Literature Review of Religion' s Impact in Mental Health. *International Journal of Social Science Studies*, *13*(4), 1–14. https://doi.org/10.11114/ijsss.v13i4.7882

Jarvis, G. E., & Kirmayer, L. J. (2025). Religion and spirituality in cultural psychiatry. *Psychiatry Transcultural*, *62*(4), 413–421. https://doi.org/10.1177/13634615251367860

Kistner, U. (2021). Religion as' universal obsessional neurosis of humanity'? Re-reading Freud on religion. *HTS Teologiese Studies/Theological Studies*, *77*(2), 1–8.

Lewis, C. A., & Loewenthal, K. M. (2018). Religion and obsessionality : obsessive actions and religious practices. *Mental Health, Religion & Culture*, *21*(2), 117–122. https://doi.org/10.1080/13674676.2018.1481192

Lim, W. M. (2025). What Is Qualitative Research ? An Overview and Guidelines. *Australasian Marketing Journal*, *33*(2), 199–229. https://doi.org/10.1177/14413582241264619

Mancini, C. J., Quilliam, V., Camilleri, C., & Sammut, S. (2023). Spirituality and negative religious coping, but not positive religious coping, differentially mediate the relationship between scrupulosity and mental health: A cross-sectional study. *Journal of Affective Disorders Reports*, *14*(June), 100680. https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100680

Mathews, R. E., & Sarawgi, S. (2025). From Doubt to Direction: Untangling Pediatric Scrupulosity. *Children*, *12*(528), 1–14.

Peck, C. E., Smith, T. B., & Mastny, J. (2025). Perceptions of Spirituality and of God: A Psychological Qualitative Study. *Religions*, *16*(723), 1–26.

Polhill, S. E., Smith, S. K. H., Baughan, E. C., Bunnell, K., Bunker, B., Garcia-Prada, D., Ferguson, M. A., Smith, G. S., Smith, B. M., Wang, K. T., Allen, G. E. K., & Nielsen, J. A. (2025). Self-Compassion, Maladaptive Perfectionism, and Scrupulosity Among Members of the Church of Jesus Christ of Latter-day Saints in the USA. *Journal of Religion and Health*, *0123456789*. https://doi.org/10.1007/s10943-025-02498-x

Ramli, R., Razali, R., Gadeng, A. N., Diana, N., & Hariadi, J. (2025). *Integrating Local Knowledge into Higher Education : A Qualitative Study of Curriculum Innovation in Aceh , Indonesia*. 1–30.

Rashid, M. A. ul H., Muneeb, S. A., Manzoor, M. M., & Fischer, F. (2023). Religious coping , care burden and psychological distress among informal caregivers of COVID-19 patients : Results of a cross-sectional survey in Pakistan. *International Journal of Social Psychiatry (IJSP)*, *69*(6), 1369–1376. https://doi.org/10.1177/00207640231162277

Sakaguchi, K., Sakama, R., & Watari, T. (2025). Evaluating ChatGPT in Qualitative Thematic Analysis With Human Researchers in the Japanese Clinical Context and Its Cultural Interpretation Challenges: Comparative Qualitative Study. *Journal of Medical Internet Research*, *27*(e71521), 1–9. https://doi.org/10.2196/71521

Sandu, C., Mahmoud, N., Butiu, O., Molnár, R. I., & Mihai, A. (2025). The Impact of Religious Beliefs on Mental Health: A Self-Assessment Study Among Medical Students.

Religions, *16*(1501), 1–14.

Sukeri, N. S., Mazzuki, N. F. A., Abdullah, M. I., Jaffer, U., Kadri, N. M., & Nassir, C. M. N. C. M. (2024). MENTAL HEALTH , RELIGIOSITY , AND RELIGIOUS COPING : A CROSS-SECTIONAL STUDY AMONG MEDICAL AND HEALTH SCIENCES STUDENTS. *International Journal Of Education, Psychology and Counselling (IJEPC)*, *9*(56), 882–896. https://doi.org/10.35631/IJEPC.956054

Toprak, T. B., & Özçelik, H. N. (2024). Psychotherapies for the treatment of scrupulosity: a systematic review. *Current Psychology*, *43*(April), 22361–22375.

Westerink, H. (2020). Pathoanalysis of Existence and the Study of Religion–An Unfinished Freudian Project. *The Psychoanalytic Quarterly*, *89*(3), 583–611. https://doi.org/10.1080/00332828.2020.1775467