

## **Agama dan Kepribadian Manusia: Kajian Psikologi Agama tentang Religiusitas dan Pembentukan Diri**

**Nurul Izzah<sup>1</sup>, Miftahul Jannah<sup>2</sup>, Salami Mahmud<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, Aceh, Indonesia

E-mail: [241003028@student.ar-raniry.ac.id](mailto:241003028@student.ar-raniry.ac.id)<sup>1</sup>, [miftahuljannah@ar-raniry.ac.id](mailto:miftahuljannah@ar-raniry.ac.id)<sup>2</sup>,

[salami.mahmud@ar-raniry.ac.id](mailto:salami.mahmud@ar-raniry.ac.id)<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Tulisan ini membahas hubungan antara agama dan kepribadian manusia dalam perspektif psikologi agama melalui pendekatan kajian pustaka (library research). Fokus utama kajian ini adalah menelusuri bagaimana religiusitas memengaruhi pembentukan diri manusia — baik dari sisi moral, emosional, maupun spiritual. Agama tidak hanya dipahami sebagai sistem kepercayaan, tetapi juga sebagai kekuatan psikologis yang menata arah hidup, mengendalikan perilaku, serta membentuk keseimbangan kepribadian. Melalui telaah atas pemikiran tokoh-tokoh seperti William James, Gordon Allport, Al-Ghazali, dan Ibnu Miskawaih, kajian ini menemukan bahwa pengalaman spiritual dan internalisasi nilai-nilai agama memiliki peran penting dalam membentuk keutuhan diri, kedewasaan moral, dan kesejahteraan psikologis individu. Di tengah tantangan modernisasi dan krisis identitas yang dihadapi manusia masa kini, religiusitas berfungsi sebagai sumber makna dan mekanisme koping yang membantu individu menghadapi tekanan hidup dengan tenang dan berorientasi nilai. Dengan demikian, psikologi agama menawarkan kerangka konseptual yang kaya untuk memahami bagaimana agama berkontribusi terhadap pembentukan kepribadian yang utuh — sehat secara mental, matang secara moral, dan tenang secara spiritual.

**Kata kunci : Kepribadian, Religiusitas, Psikologi agama, Pembentukan Diri**

### **Pendahuluan**

Agama merupakan salah satu kekuatan paling mendasar yang membentuk kehidupan manusia. Sejak awal peradaban, agama hadir sebagai sistem kepercayaan, sekaligus sebagai sumber nilai dan pedoman hidup yang memberi arah bagi perilaku individu maupun kolektif (Arbi et al., 2023; Hasan, 2025). Dalam konteks psikologi agama, hubungan antara agama dan kepribadian menjadi bidang kajian yang penting karena keduanya berperan saling membentuk. Agama memberi landasan moral dan makna hidup, sementara kepribadian menentukan bagaimana seseorang memahami, menghayati, dan mengekspresikan keberagamaannya (Masduki & Warsah, 2020). Dengan kata lain, agama dan kepribadian membentuk



suatu hubungan timbal balik yang kompleks, di mana keimanan menjadi bagian integral dari struktur diri manusia.

Kepribadian dalam perspektif psikologi dapat dipahami sebagai keseluruhan pola berpikir, merasa, dan berperilaku yang relatif menetap dalam diri seseorang (Nur Fatwikiningsih, 2020). Kepribadian mencerminkan cara individu menyesuaikan diri dengan lingkungannya, memahami dirinya sendiri, dan menanggapi realitas kehidupan. Sementara itu, agama memberikan dimensi spiritual dan moral yang menuntun proses penyesuaian tersebut. Melalui internalisasi nilai-nilai religius, individu membentuk orientasi moral, kontrol diri, dan kesadaran makna hidup yang lebih dalam. Dalam banyak penelitian psikologi agama, religiusitas sering diasosiasikan dengan aspek-aspek positif kepribadian, seperti empati, kejujuran, ketenangan batin, serta daya tahan terhadap tekanan psikologis.

Namun, perkembangan zaman yang ditandai oleh modernisasi dan globalisasi membawa tantangan baru terhadap peran agama dalam pembentukan kepribadian manusia. Di satu sisi, kemajuan teknologi dan arus informasi membuka ruang bagi kebebasan berpikir dan ekspresi diri. Tetapi di sisi lain, kebebasan tersebut seringkali melahirkan krisis nilai dan disorientasi moral (Mulyani et al., 2024). Nilai-nilai agama yang dulu menjadi pedoman hidup kini kerap dipertanyakan, digantikan oleh relativisme moral dan individualisme ekstrem.

Kegelisahan inilah yang melatarbelakangi perlunya kajian mendalam tentang hubungan antara agama dan kepribadian. Di tengah krisis moral dan identitas yang melanda masyarakat kontemporer, pemahaman tentang bagaimana agama bekerja secara psikologis dalam diri individu menjadi semakin relevan. Psikologi agama hadir sebagai disiplin yang menjembatani dimensi spiritual dan psikologis manusia, berusaha memahami bagaimana pengalaman religius membentuk struktur kepribadian serta memengaruhi perilaku dan kesejahteraan mental seseorang.

Tujuan kajian ini adalah untuk menjelaskan hubungan antara religiusitas dan pembentukan kepribadian berdasarkan teori-teori dalam psikologi agama. Melalui pendekatan konseptual, tulisan ini berusaha menelusuri pandangan para tokoh yang berpengaruh dalam bidang

tersebut, seperti William James, Gordon Allport, dan Carl Gustav Jung. Ketiga tokoh ini memberikan fondasi awal bagi pemahaman tentang bagaimana pengalaman keagamaan berperan dalam pembentukan kepribadian manusia. Selain tokoh-tokoh klasik Barat tersebut, psikologi agama dalam perspektif Islam juga menawarkan landasan konseptual yang kaya dan relevan. Para pemikir Muslim seperti Al-Ghazali dan Ibn Miskawaih telah lama menegaskan bahwa pembentukan kepribadian (akhlak atau *khuluq*) tidak dapat dipisahkan dari dimensi spiritual dan hubungan manusia dengan Tuhan.

Dalam konteks psikologi Islam modern, (Saifuddin, 2019) mengembangkan pendekatan psikologi Islami yang memandang agama sebagai sumber motivasi dan pengendali perilaku. Dia menegaskan bahwa nilai-nilai Islam memiliki potensi besar dalam menumbuhkan keseimbangan antara aspek spiritual, rasional, dan emosional dalam diri manusia. Konsep religiusitas dalam Islam, menurut mereka mencakup dimensi iman, ibadah, dan ihsan yang membentuk keutuhan kepribadian seorang Muslim.

Secara teoretis, agama berperan dalam pembentukan kepribadian melalui tiga mekanisme utama (Rohendi, 2009; Wahana et al., 2025). Pertama, melalui internalisasi nilai-nilai religius yang menjadi dasar moralitas individu. Kedua, melalui pengalaman spiritual yang memberikan makna dan arah hidup, sehingga seseorang mampu mengintegrasikan berbagai aspek dirinya secara harmonis. Ketiga, melalui komunitas keagamaan yang menyediakan dukungan sosial dan identitas kolektif. Ketiga aspek ini memperlihatkan bahwa religiusitas merupakan proses psikologis yang berpengaruh langsung terhadap pembentukan diri manusia.

Secara akademik, tulisan ini diharapkan dapat memperkaya wacana psikologi agama dengan menegaskan kembali posisi agama sebagai faktor penting dalam dinamika kepribadian. Secara praktis, pemahaman ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan pendidikan karakter dan terapi psikologis berbasis nilai-nilai spiritual. Tulisan ini berupaya memperlihatkan bahwa dalam ruang psikologi agama, religiusitas dapat menjadi sumber daya batin yang memungkinkan manusia bertumbuh

menjadi pribadi yang berintegritas, berkesadaran moral, dan memiliki makna hidup yang mendalam.

## **Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian pustaka dengan sifat deskriptif-analitis. Pendekatan ini dipilih karena fokus kajian terletak pada telaah konseptual mengenai hubungan antara agama dan kepribadian manusia dalam perspektif psikologi agama (Wijaya et al., 2025). Kajian pustaka ini berupaya menafsirkan kembali gagasan-gagasan utama dalam psikologi agama dan psikologi Islam yang menjelaskan bagaimana religiusitas berperan dalam proses pembentukan diri dan kepribadian manusia.

Sumber data dalam penelitian ini sepenuhnya bersifat data sekunder, yakni diperoleh dari hasil kajian dan tulisan para peneliti sebelumnya yang membahas pemikiran tokoh-tokoh psikologi agama dan psikologi Islam. Data tersebut mencakup artikel jurnal ilmiah, buku referensi akademik, dan laporan penelitian yang secara khusus menelaah teori-teori religiusitas serta pembentukan kepribadian. Pemilihan literatur dilakukan secara selektif dengan mempertimbangkan relevansi tema, validitas sumber, serta kontribusinya terhadap pengembangan kajian psikologi agama dalam konteks pembentukan kepribadian manusia.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dan telaah literatur akademik dengan memanfaatkan berbagai sumber digital maupun cetak. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan metode analisis isi, yaitu dengan menafsirkan isi teks, mengelompokkan gagasan-gagasan utama, serta mengaitkannya dalam kerangka teoritis yang utuh. Melalui pendekatan ini, penulis berupaya menyingkap pola hubungan antara konsep religiusitas dan pembentukan kepribadian sebagaimana dipahami dalam psikologi agama dan psikologi Islam.

## **Pembahasan/hasil**

### **A. Hakikat Kepribadian dalam Perspektif Psikologi Agama**

Kepribadian merupakan salah satu konsep sentral dalam psikologi yang berfungsi untuk memahami struktur dan dinamika perilaku manusia.

Secara umum, kepribadian dipahami sebagai pola karakteristik yang relatif menetap dalam cara seseorang berpikir, merasa, dan bertindak terhadap lingkungannya. Gordon Allport dalam (Nur Fatwakiningsih, 2020) mendefinisikan kepribadian sebagai organisasi dinamis dalam sistem psikofisis individu yang menentukan cara khas seseorang menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Definisi ini menekankan bahwa kepribadian merupakan sistem yang terus berkembang dan terintegrasi antara aspek biologis dan psikologis. Sementara Sigmund Freud melihat kepribadian sebagai hasil interaksi dinamis antara tiga struktur utama dalam diri manusia: *id*, *ego*, dan *superego* (Rakhmawati, 2022). Bagi Freud, kepribadian merupakan hasil kompromi antara dorongan naluriah, tuntutan realitas, dan norma moral.

Berbeda dari Freud yang menitikberatkan pada aspek ketidaksadaran, Carl Gustav Jung memandang kepribadian sebagai keseluruhan sistem psikis yang meliputi kesadaran, ketidaksadaran pribadi, dan ketidaksadaran kolektif (Suryosumunar, 2019). Dalam pandangan Jung, perkembangan kepribadian atau proses *individuasi* merupakan perjalanan spiritual menuju keutuhan diri, di mana seseorang berusaha menyatukan berbagai aspek dalam dirinya—baik sadar maupun tak sadar—untuk mencapai keseimbangan batin. Proses ini sangat dekat dengan dimensi religius, sebab pencarian makna dan kesatuan diri sering kali berakar pada pengalaman spiritual manusia. Dengan demikian, bagi Jung, agama bukan hanya sistem kepercayaan eksternal, melainkan bagian penting dari struktur kepribadian yang menolong manusia memahami dirinya dan dunia sekitarnya.

Dalam konteks psikologi agama, kepribadian selain dilihat sebagai konstruksi psikologis yang terbentuk oleh pengalaman empiris, juga dianggap sebagai entitas yang memiliki dimensi spiritual, moral, dan sosial. Agama memberikan kerangka nilai yang menuntun individu dalam mengelola dorongan, emosi, dan perilakunya. Melalui ajaran moral dan keyakinan religius, individu William James (1902) dalam (Suhantoro et al., 2025) menegaskan bahwa pengalaman keagamaan memiliki kekuatan transformasional yang mampu mengubah struktur batin manusia — dari

kegelisahan menuju kedamaian, dari rasa hampa menuju makna hidup. Artinya, kepribadian yang religius bukan hanya hasil dari proses sosial, melainkan juga buah dari pengalaman spiritual yang mendalam.

Dalam perspektif Islam, hakikat kepribadian tidak dapat dilepaskan dari konsep fitrah, yaitu potensi dasar manusia yang suci dan cenderung kepada kebaikan. Menurut Al-Ghazali, kepribadian manusia terdiri dari unsur jasmani dan ruhani yang saling memengaruhi internalisasi nilai-nilai kebaikan, kejujuran, kesabaran, dan kasih sayang yang menjadi fondasi moral dalam pembentukan kepribadian (Nasution, 2023).

. Jiwa yang bersih akan melahirkan perilaku yang baik, sedangkan jiwa yang kotor akan menjerumuskan manusia ke dalam penyimpangan moral. Karena itu, pembentukan kepribadian dalam Islam menekankan proses *tazkiyah al-nafs* (penyucian jiwa), yakni usaha sadar untuk menundukkan hawa nafsu dan mendekatkan diri kepada Allah (Suwar & Endayani, 2021). Konsep ini sejalan dengan pandangan psikologi agama modern yang memandang religiusitas sebagai kekuatan pengendali diri dan sumber makna hidup.

## **B. Konsep Religiusitas sebagai Aspek Pembentuk Kepribadian**

Religiusitas merupakan aspek batiniah dari pengalaman beragama yang tercermin dalam keyakinan, perasaan, dan perilaku seseorang terhadap nilai-nilai ilahi. Dalam psikologi agama, religiusitas dapat dimaknai sebagai orientasi hidup yang menyeluruh, yang memengaruhi cara seseorang berpikir, menilai, dan bertindak dalam kesehariannya. Glock dan Stark dalam (Nuryanti & Akhrani, 2021) mengemukakan lima dimensi religiusitas, yaitu ideologis (keyakinan), ritualistik (praktik ibadah), pengalaman (emosi keagamaan), intelektual (pengetahuan keagamaan), dan konsekuensial (pengaruh agama terhadap perilaku). Melalui lima dimensi ini, agama tidak hanya hadir dalam bentuk simbol dan dogma, tetapi menjadi sumber nilai yang menuntun arah perkembangan kepribadian.

Menurut Gordon Allport dalam (Mustofa, 2025), menjelaskan bahwa orientasi religius seseorang dapat dibedakan menjadi dua bentuk: *intrinsic* dan *extrinsic*. Orientasi *intrinsic* menunjukkan religiusitas yang benar-benar

dihayati, di mana agama menjadi pedoman hidup yang menyatu dalam struktur kepribadian individu. Sebaliknya, orientasi *extrinsic* menempatkan agama sebagai sarana sosial atau psikologis untuk memperoleh keuntungan tertentu, seperti rasa aman atau penerimaan sosial. Dalam konteks pembentukan kepribadian, orientasi *intrinsic* dianggap lebih berpengaruh terhadap kematangan moral dan kestabilan emosi, karena nilai-nilai keagamaan telah diinternalisasi secara mendalam. Dengan demikian, religiusitas berfungsi sebagai mekanisme integratif yang menyeimbangkan aspek kognitif, afektif, dan konatif dalam diri individu.

Dari sudut pandang psikologi Islam, religiusitas tidak hanya berakar pada keyakinan rasional, tetapi juga pada kesadaran spiritual yang menuntun manusia untuk mengenal diri dan Tuhannya. Al-Ghazali menjelaskan bahwa keimanan sejati lahir dari pengetahuan dan pengalaman batin yang mendalam terhadap kehadiran Ilahi (Ali et al., 2025). Keimanan yang demikian akan memunculkan *akhlaq karimah* (kepribadian luhur) sebagai manifestasi dari jiwa yang telah disucikan. Religiusitas menjadi pemandu dalam mengelola dorongan nafsu dan ego, sehingga individu mampu mencapai keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan spiritual. Dalam hal ini, religiusitas tidak hanya membentuk kepribadian yang taat secara ritual, tetapi juga yang berorientasi pada nilai moral universal seperti kejujuran, empati, dan tanggung jawab sosial.

Secara psikologis, religiusitas berperan sebagai sumber makna dan kekuatan batin yang membantu individu menghadapi konflik, stres, dan ketidakpastian hidup. Penelitian-penelitian kontemporer menunjukkan bahwa tingkat religiusitas yang tinggi berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis, kontrol diri, dan kepuasan hidup. Hal ini menunjukkan bahwa nilai-nilai religius yang terinternalisasi dapat memperkuat daya tahan emosional serta mendorong perkembangan kepribadian yang lebih matang dan adaptif. Dalam kerangka ini, agama bukan hanya sistem kepercayaan, melainkan juga energi psikis yang menumbuhkan integritas, makna, dan orientasi hidup.

### C. Pengaruh Agama terhadap Pembentukan Diri

Agama, dalam perspektif psikologi agama, berfungsi sebagai sumber orientasi moral dan pembentukan diri yang utuh. Melalui nilai-nilai dan ajaran yang dikandungnya, agama memberikan kerangka makna bagi manusia dalam memahami keberadaan dirinya dan dunia di sekitarnya. Nilai-nilai seperti pengendalian diri, empati, tanggung jawab, dan kesadaran moral tumbuh melalui proses internalisasi ajaran agama yang konsisten. Agama berperan menata dorongan instingtif manusia agar selaras dengan nilai-nilai spiritual dan etika sosial, sehingga membentuk pribadi yang seimbang antara aspek rasional, emosional, dan spiritual.

William James dalam (Suhantoro et al., 2025) memandang pengalaman keagamaan sebagai kekuatan psikologis yang membentuk makna eksistensial manusia. Bagi James, agama memberi individu rasa keterhubungan dengan sesuatu yang lebih besar dari dirinya, yang pada gilirannya menumbuhkan *sense of purpose* atau makna hidup. Agama juga membantu seseorang mengatasi krisis batin, kecemasan, dan penderitaan, karena menghadirkan dimensi transendensi yang menenangkan. Dalam kerangka James, keutuhan diri dicapai ketika individu mampu menemukan harmoni antara dunia batin dan dunia luar melalui keyakinan religius.

Sementara itu, Gordon Allport (1950) menegaskan bahwa agama berperan penting dalam membentuk moralitas dan karakter seseorang melalui motivasi intrinsik yang bersumber dari dalam diri. Orientasi religius yang *intrinsic* — di mana individu menghayati agama sebagai nilai hidup — mendorong lahirnya perilaku yang konsisten dengan prinsip moral universal seperti kasih, kejujuran, dan tanggung jawab. Sebaliknya, orientasi *extrinsic* — yang menempatkan agama sebagai sarana sosial atau perlindungan diri — cenderung melahirkan kepribadian yang dangkal dan reaktif terhadap tekanan sosial. Dengan kata lain, bagi Allport, agama yang dihayati secara mendalam menjadi kekuatan moral yang mengatur perilaku dari dalam, bukan karena paksaan eksternal, melainkan karena kesadaran nilai.

Dalam tradisi psikologi Islam, pandangan tentang pembentukan diri melalui agama telah lama dibahas oleh para pemikir seperti Al-Ghazali dan Ibnu Miskawaih. Al-Ghazali dalam (Aisyah et al., 2025) menekankan bahwa

kepribadian yang baik (*akhlaq karimah*) lahir dari proses *tazkiyatun nafs* (penyucian jiwa). Melalui ibadah, dzikir, dan pengendalian hawa nafsu, manusia belajar menata dirinya agar sejalan dengan kehendak Ilahi. Sementara itu, Ibnu Miskawaih menekankan dimensi rasional dari pembentukan moral. Ia berpendapat bahwa keutamaan moral (*fadlilah*) diperoleh melalui latihan jiwa dan kebiasaan baik yang berulang, sehingga akal dan nafsu dapat berada dalam keseimbangan (Munir, 2024). Dalam pandangan Miskawaih, agama berfungsi sebagai penuntun rasionalitas moral, yang memungkinkan manusia bertindak secara etis karena pemahaman, bukan sekadar kepatuhan.

Kedua tokoh Islam ini menegaskan bahwa pembentukan kepribadian yang utuh harus menyentuh tiga aspek utama: akal, jiwa, dan spiritualitas. Agama tidak hanya membentuk perilaku eksternal, tetapi juga mengarahkan manusia untuk mengenali hakikat dirinya — *man ‘arafa nafsahu faqad ‘arafa rabbahu* (barang siapa mengenal dirinya, maka ia mengenal Tuhannya).

Dari perbandingan berbagai pandangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa agama berperan sebagai kekuatan pembentuk kepribadian yang integratif, memadukan aspek kognitif, afektif, dan spiritual dalam diri manusia. Baik James, Allport, Al-Ghazali, maupun Ibnu Miskawaih sepakat bahwa keberagamaan sejati menumbuhkan keutuhan diri: individu yang matang, berempati, mampu mengendalikan dorongan nafsu, serta hidup dengan rasa makna dan tanggung jawab.

#### **D. Dinamika Psikologis Keberagamaan dan Kepribadian**

Religiusitas, pada hakikatnya, bukan sekadar ekspresi kepercayaan formal terhadap ajaran agama, melainkan proses psikologis yang hidup di dalam diri manusia. Ia menempati ruang terdalam dalam struktur kepribadian dan berperan penting dalam membentuk keseimbangan emosional, integrasi diri, serta kedewasaan moral. Pengalaman spiritual baik dalam bentuk ibadah, doa, refleksi, maupun perenungan eksistensial, memberikan individu sarana untuk berdamai dengan diri sendiri, menghadapi ketidakpastian hidup, dan menemukan makna di balik

penderitaan. Dalam kerangka psikologi agama, dinamika keberagamaan yang matang mengantar individu pada kondisi inner peace, yaitu ketenangan batin yang bersumber dari kesadaran akan keterhubungan dengan Tuhan dan kehidupan yang bermakna.

Menurut William James, pengalaman keagamaan memiliki daya transformatif yang mampu mengubah orientasi hidup seseorang secara mendalam. Ia menyebut bahwa pengalaman spiritual sering kali menjadi “*rebirth of the soul*” — kelahiran kembali jiwa yang menandai penyatuan antara kehendak individu dan kehendak Ilahi. Dalam konteks psikologi modern, pengalaman ini dapat dilihat sebagai proses integrasi diri, di mana bagian-bagian kepribadian yang sebelumnya terpecah oleh konflik atau kecemasan mulai menemukan keselarasan. Hal ini sejalan dengan pandangan Carl Gustav Jung, yang menyebut bahwa dimensi spiritual adalah unsur penting dalam proses *individuation*, yakni perjalanan menuju keutuhan diri. Jung melihat agama sebagai simbolisasi dari upaya manusia untuk memahami dirinya secara utuh dan mengatasi fragmentasi batin yang sering muncul akibat tekanan dunia modern.

Dari perspektif psikologi Islam, dinamika keberagamaan berkaitan dengan penyucian dan pengendalian diri. Al-Ghazali menggambarkan perjalanan spiritual manusia sebagai proses *mujahadah an-nafs* — perjuangan melawan dorongan negatif yang mengaburkan hati. Melalui ibadah dan zikir, jiwa manusia mengalami *tazkiyah* (penyucian), yang pada akhirnya menumbuhkan kedewasaan moral. Keadaan ini menciptakan kestabilan emosional karena individu tidak lagi dikendalikan oleh dorongan nafsu, melainkan oleh kesadaran moral dan spiritual. Ibnu Miskawaih juga menekankan pentingnya latihan jiwa (*riyadhah an-nafs*) untuk mencapai keseimbangan antara akal, amarah, dan keinginan.

Dalam konteks kehidupan modern, dinamika psikologis keberagamaan semakin menemukan relevansinya. Arus modernisasi, teknologi, dan media sosial telah menciptakan tekanan psikologis baru yang berujung pada krisis identitas dan stres eksistensial. Banyak individu merasa kehilangan arah dan makna di tengah kebisingan informasi dan

kompetisi sosial yang tidak berujung. Di sinilah religiusitas berperan sebagai jangkar batin yang memberi rasa stabilitas dan makna.

Lebih jauh lagi, keberagaman yang matang juga berkontribusi pada kedewasaan moral. Nilai-nilai spiritual yang diinternalisasi melalui refleksi dan pengalaman iman menuntun seseorang untuk bertindak bukan karena tekanan eksternal, melainkan karena kesadaran internal akan kebaikan. Kedewasaan moral yang demikian mencerminkan kepribadian yang otonom dan bertanggung jawab — pribadi yang tidak hanya taat secara ritual, tetapi juga memiliki kompas moral yang stabil di tengah perubahan sosial yang cepat.

Pada gilirannya, pengalaman spiritual yang otentik menjadi sumber kekuatan psikologis yang memungkinkan individu hidup secara utuh, dengan emosi yang seimbang, pikiran yang jernih, dan moralitas yang mapan. Religiusitas yang dihayati menjadi proses pembentukan diri yang berkelanjutan, tempat manusia belajar menjadi lebih sabar, penuh kasih, dan bermakna.

### **Kesimpulan**

Agama memiliki peran yang sangat signifikan dalam membentuk kepribadian manusia, tidak hanya sebagai sistem kepercayaan, tetapi juga sebagai kekuatan psikologis dan spiritual yang menata arah hidup, moralitas, serta keseimbangan batin individu. Melalui proses internalisasi nilai-nilai agama, seseorang belajar mengendalikan dorongan diri, menumbuhkan empati, dan menemukan makna eksistensial dalam kehidupannya. Pandangan para tokoh psikologi agama seperti William James dan Gordon Allport menunjukkan bahwa religiusitas yang dihayati secara mendalam menjadi sumber motivasi intrinsik yang menumbuhkan kedewasaan moral dan integritas diri. Di sisi lain, pemikiran tokoh-tokoh Islam seperti Al-Ghazali dan Ibnu Miskawaih menegaskan bahwa agama berperan dalam penyucian jiwa dan pengendalian nafsu, sehingga manusia dapat mencapai kepribadian yang seimbang antara akal, emosi, dan spiritualitas.

Dari perspektif psikologi agama, religiuitas berfungsi sebagai mekanisme integratif yang menghubungkan dimensi kognitif, afektif, dan moral dalam diri manusia. Pengalaman spiritual yang otentik membantu individu menghadapi stres, krisis identitas, serta tekanan hidup dengan lebih tenang dan bijaksana. Dalam kehidupan yang semakin kompleks saat ini, agama menjadi jangkar batin yang memberikan arah dan makna. Akhirnya, agama dan kepribadian memiliki hubungan yang saling melengkapi, yaitu kepribadian yang matang tumbuh dari religiusitas yang dihayati secara mendalam, sedangkan pengalaman beragama yang sejati memperkaya keutuhan diri manusia.

### **Daftar Pustaka**

- Aisyah, D., Naufal, M., & Syibromilisi, S. (2025). Metode Tazkiyat An-Nafs Al-Ghazali Dalam Pendidikan Islam Untuk Generasi Milenial. *Khulasah: Islamic Studies Journal*, 7(2), 1–15. <https://doi.org/10.55656/kisj.v7i2.330>
- Ali, M., Masbuang, Sa'ad, S., & Anwar, E. S. (2025). Tasawuf sebagai Jembatan Rasionalitas dan Spiritualitas: Kajian Pemikiran Al-Ghazali dalam Konteks Islam Klasik. *AL-MUTSLA*, 7(1), 164–194.
- Arbi, A. F., Rahman, A. N., Hikmah, N., Hafizoh, M., & Murjani. (2023). Peran Agama Dalam Membentuk Perubahan Struktur Sosial: Tinjauan Sosiologis. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 2(4), 1153–1170. <https://doi.org/10.55606/religion.v1i4.544>
- Hasan, R. (2025). Agama Dalam Pandangan Antropolog: Perspektif Sosial-Budaya. *Tajdid*, 9(1), 185–199. <https://doi.org/10.52266/tadjid.v9i1.4315>
- Masduki, Y., & Warsah, I. (2020). *Psikologi Agama*. Tunas Gemilang Press.
- Mulyani, M., Suwar, A., & Athal, T. (2024). Challenges and Strategies for Maintaining Self-Authenticity in the Digital Age: A Philosophical and Social Analysis. *Jurnal Ilmiah Teunuleh*, 5(3), 111–126. <https://doi.org/10.51612/teunuleh.v5i3.161>
- Munir, B. (2024). Konsepsi Moralitas dan Pendidikan Nilai dalam Pendidikan Islam. *IQRO: Journal of Islamic Education*, 7(2), 321–335. <https://doi.org/10.24256/iqro.v7i2.6231>

- Mustofa, D. (2025). Nilai-Nilai Psikologi Religius dalam al-Qur'an dan Relevansinya terhadap Pembentukan Karakter Santri. *Journal of Islamic Scriptures in Non-Arabic Societies*, 2(2), 94–109. <https://doi.org/10.51214/jisnas.v2i2.1437>
- Nasution, R. A. (2023). *Konsep Pendidikan Karakter Dan Urgensinya Dalam Pembentukan Pribadi Muslim Menurut Imam Al-Ghazali* [Fakultas Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Sumatera Utara]. <http://repository.uisu.ac.id/handle/123456789/2202>
- Nur Fatwikiningsih. (2020). *Teori Psikologi Kepribadian Manusia*. Penerbit Andi.
- Nuryanti, S., & Akhrani, L. A. (2021). Religiusitas dan kebahagiaan relawan bencana. *Jurnal talenta psikologi*, 10(1), 47–59.
- Rakhmawati, E. (2022). Dinamika Kepribadian dalam Perspektif Sigmund Freud dan Psikologi Islami. *La-Tahzan: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(1), 60–77. <https://doi.org/10.62490/latahzan.v14i1.322>
- Rohendi, E. (2009). Ajaran Agama dan Pembentukan Kepribadian. *EduHumaniora | Jurnal Pendidikan Dasar Kampus Cibiru*, 1(1). <https://doi.org/10.17509/eh.v1i1.2713>
- Saifuddin, A. (2019). *Psikologi Agama: Implementasi Psikologi untuk Memahami Perilaku Agama*. Kencana.
- Suhantoro, Zazkia, Sofia, R., Darussalam, M., Ayuningtias, S., Wilujeng, N. L., & Susilawati, S. (2025). *Analisis Problem Keagamaan Berdasarkan Perspektif Psikologi Agama*. Penerbit: Kramantara JS.
- Suryosumunar, J. A. Z. (2019). Konsep Kepribadian dalam Pemikiran Carl Gustav Jung dan Evaluasinya dengan Filsafat Organisme Whitehead. *Sophia Dharma: Jurnal Filsafat, Agama Hindu, Dan Masyarakat*, 2(1), 18–34.
- Suwar, A., & Endayani, T. (2021). The Relevance Of Jalaluddin Rumi's Sufism Education Concept To Character Education In The Digital Era. *Jurnal Sosial Humaniora Sigli*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.47647/jsh.v4i1.447>
- Wahana, D., Hilmi, A. I., & Fuadah, N. N. (2025). Peranan Agama dalam Pembentukan Kepribadian, Sikap Keagamaan, dan Penghormatan Hak Asasi Manusia dalam Perspektif Psikologi Agama. *Indonesian Journal of Contemporary Islamic Studies*, 1(1), 1–11.

Wijaya, M., Pratomo, B., Citta, A. B., & Efendi, S. (2025). *Buku Referensi Metodologi Penelitian Kombinasi Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan Mixed Methods*. PT. Media Penerbit Indonesia.