



Perkembangan Psikologi Agama pada Individu Lajang dan Menikah

Mochammad Yazid Niamullah^{1*}, Muhammad Zulfika², Sururin³, Yokna Latif Ramadhan⁴

¹⁻⁴Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Indonesia

Email: mochammad.yazid24@mhs.uinjkt.ac.id¹, mohammad.zulfikar24@mhs.uinjkt.ac.id², sururin@uinjkt.ac.id³, ramadhan.yoknalatief@mhs.uinjkt.ac.id⁴

*Penulis Korespondensi: mochammad.yazid24@mhs.uinjkt.ac.id

Abstract. Religious psychology is an important aspect in understanding human behavior, emotional stability, and spiritual development in everyday life. Differences in social roles and responsibilities between unmarried and married individuals can influence the way individuals understand and practice religious values. This study aims to determine the differences in the development of religious psychology between unmarried and married individuals, particularly in terms of religious consistency, spiritual motivation, and emotional maturity. This research used a qualitative approach with a descriptive-comparative design. The subjects consisted of eight respondents, including four unmarried individuals and four married individuals. Data were collected through semi-structured questionnaires distributed using Google Forms in May 2026. The data analysis technique employed the Miles and Huberman model, including data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results showed that married individuals tend to have more stable religiosity and emotional maturity due to family responsibilities and support from spouses in carrying out religious practices. Married respondents also demonstrated better emotional control and viewed religion as a guide in maintaining family harmony. Meanwhile, unmarried individuals tend to experience fluctuations in worship consistency caused by environmental influences, social media, lifestyle, and personal motivation. However, several unmarried respondents still demonstrated strong intrinsic religious awareness. This study concludes that marital status influences the development of religious psychology, especially in emotional maturity, spiritual responsibility, and consistency in religious practices. This research is expected to contribute to the development of religious psychology studies related to religiosity and social life.

Keywords: Emotional Maturity; Marriage; Religiosity; Religious Psychology; Worship Consistency.

Abstrak. Psikologi agama merupakan aspek penting dalam memahami perilaku manusia, kestabilan emosi, serta perkembangan spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Perbedaan peran sosial dan tanggung jawab antara individu lajang dan individu menikah dapat memengaruhi cara individu memahami serta menjalankan nilai-nilai agama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan perkembangan psikologi agama pada individu lajang dan menikah, khususnya dalam aspek konsistensi ibadah, motivasi spiritual, dan kematangan emosi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif komparatif. Subjek penelitian terdiri dari delapan responden, yaitu empat individu lajang dan empat individu menikah. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner semi-terstruktur berbasis Google Form pada bulan Mei 2026. Teknik analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu menikah cenderung memiliki religiusitas dan kestabilan emosi yang lebih baik karena adanya tanggung jawab keluarga serta dukungan pasangan dalam menjalankan ibadah. Responden menikah juga menunjukkan kemampuan pengendalian emosi yang lebih stabil dan menjadikan agama sebagai pedoman dalam menjaga keharmonisan keluarga. Sementara itu, individu lajang cenderung mengalami perubahan konsistensi ibadah akibat pengaruh lingkungan sosial, media sosial, gaya hidup, dan motivasi pribadi. Namun demikian, beberapa responden lajang tetap menunjukkan kesadaran religius intrinsik yang kuat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa status pernikahan memiliki pengaruh terhadap perkembangan psikologi agama, terutama dalam aspek kematangan emosi, tanggung jawab spiritual, dan konsistensi praktik keagamaan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian psikologi agama dalam kehidupan sosial masyarakat.

Kata Kunci: Kematangan Emosi; Konsistensi Ibadah; Pernikahan; Psikologi Agama; Religiusitas.

1. LATAR BELAKANG

Agama merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia yang berfungsi sebagai pedoman dalam berfikir, bersikap, dan berperilaku. Dalam kajian psikologi agama, religiusitas tidak hanya dipahami sebagai aktivitas ibadah semata, tetapi juga mencakup pengalaman spiritual, keyakinan, penghayatan nilai-nilai agama, serta pengaruh terhadap kondisi psikologis individu (Ancok & suroso, 2011). Keberagamaan seseorang berkembang seiring dengan bertambahnya usia, pengalaman hidup, lingkungan sosial, serta kondisi emosional yang dialami individu.

Psikologi agama mempelajari hubungan antara kondisi kejiwaan manusia dengan pengalaman keagamaan yang dimiliki individu. Zakiah Daradjat (1993) menjelaskan bahwa agama memiliki peran penting dalam membentuk Kesehatan mental dan kestabilan emosi seseorang. Individu yang memiliki penghayatan agama yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan hidup, memiliki kontrol diri yang lebih baik, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Pendapat tersebut diperkuat oleh William James yang menyatakan bahwa pengalaman religious dapat memberikan ketenangan batin dan membentuk makna hidup seseorang (James, 1902).

Pengalaman religiusitas individu dapat dipengaruhi oleh berbagai macam faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kesadaran diri, motivasi beragama, pengalaman spiritual, dan kematangan emosi. Sementara itu, faktor eksternal meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sosial, budaya, Pendidikan, serta intraksi sosial dengan masyarakat (Jalaludin, 2020). Lingkungan sosial memiliki pengaruh besar dalam membentuk pola keberagamaan individu karena manusia merupakan makhluk sosial yang selalu berinteraksi dengan lingkungan disekitarnya. Salah satu fase perkembangan kehidupan manusia yang turut memengaruhi kondisi psikologis dan religiusitas adalah pernikahan. Pernikahan tidak hanya dipahami sebagai hubungan antara dua individu, tetapi juga sebagai proses pembentukan tanggung jawab sosial emosional, dan spiritual. Individu yang sudah menikah umumnya memiliki tanggung jawab yang lebih besar terhadap keluarga sehingga dapat memengaruhi pola ibadah dan kehidupan keberagamaannya (Kurniawan, 2019). Dalam kehidupan masyarakat Indonesia, status pernikahan sering kali dikaitkan dengan kematangan sosial dan psikologis seseorang. Individu yang telah menikah cenderung dianggap lebih dewasa dalam menghadapi kehidupan dibandingkan individu yang belum menikah. Selain itu, budaya masyarakat Indonesia juga memiliki pandangan bahwa pernikahan merupakan bagian penting dalam kehidupan sosial dan agama (Himawan, 2020). Kondisi tersebut menyebabkan adanya perbedaan pola religiusitas antara individu lajang dan menikah.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu yang sudah menikah memiliki tingkat stabilitas emosional dan religiusitas yang lebih baik dibandingkan individu lajang karena adanya dukungan pasangan dan tanggung jawab keluarga (Pargament, 1997). Namun demikian, individu lajang juga dapat memiliki tingkat religiusitas yang tinggi apabila memiliki motivasi intrinsik dan lingkungan yang mendukung praktik keagamaan. Penelitian terdahulu sebagian besar membahas religiusitas secara umum, hubungan agama dengan kesehatan mental, serta pengaruh spiritualitas terhadap kehidupan sosial. Akan tetapi, penelitian yang secara khusus membandingkan perkembangan psikologi agama pada individu lajang dan menikah masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena berfokus pada perbandingan perkembangan psikologi agama berdasarkan status pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan perkembangan psikologi agama pada individu lajang dan menikah, khususnya dalam aspek konsistensi ibadah, motivasi beragama, serta kestabilan emosional dalam menjalankan kehidupan sehari-hari.

2. KAJIAN TEORITIS

Psikologi Agama

Psikologi agama merupakan cabang ilmu psikologi yang mempelajari perilaku, pengalaman, serta perkembangan keagamaan individu dalam kehidupan sehari-hari. Kajian psikologi agama tidak hanya membahas aktivitas ibadah, tetapi juga menyangkut penghayatan spiritual, keyakinan, sikap religius, dan pengaruh agama terhadap kesehatan mental seseorang. Menurut Jalaluddin (2020), psikologi agama berusaha memahami bagaimana agama memengaruhi pola pikir, perilaku, serta kondisi emosional individu dalam menghadapi berbagai persoalan hidup.

Zakiah Daradjat (1993) menjelaskan bahwa agama memiliki hubungan yang erat dengan kesehatan mental manusia. Individu yang memiliki pemahaman dan penghayatan agama yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan emosi, memiliki ketenangan batin, serta mampu menghadapi tekanan hidup secara positif. Agama juga berfungsi sebagai pedoman moral yang membantu individu dalam menentukan sikap dan perilaku di lingkungan sosial. William James dalam teorinya mengenai pengalaman religius menyatakan bahwa pengalaman spiritual bersifat personal dan dapat memberikan perubahan psikologis yang mendalam terhadap individu (James, 1902). Pengalaman religius mampu membentuk rasa makna hidup, ketenangan, serta motivasi individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, religiusitas tidak hanya berkaitan dengan ritual ibadah, tetapi juga mencakup pengalaman emosional dan spiritual seseorang. Selain itu, Gordon Allport membagi orientasi religius

menjadi dua bentuk, yaitu orientasi intrinsik dan ekstrinsik. Orientasi intrinsik menunjukkan bahwa individu menjalankan agama sebagai kebutuhan batin dan pedoman hidup, sedangkan orientasi ekstrinsik menunjukkan bahwa agama dijadikan sarana untuk memperoleh kepentingan sosial atau pribadi (Allport, 1967). Perbedaan orientasi tersebut dapat memengaruhi perkembangan psikologi agama individu dalam kehidupan sosial.

Perkembangan Keberagamaan Individu

Perkembangan keberagamaan individu merupakan proses bertahap yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi pengalaman hidup, kesadaran diri, kondisi psikologi, serta motivasi individu dalam menjalankan ajaran agama. Sementara itu, faktor eksternal meliputi keluarga, pendidikan, budaya, lingkungan sosial, serta interaksi dengan masyarakat (Ancok & Suroso, 2011). Pada masa dewasa, perkembangan religiusitas cenderung mengalami perubahan seiring bertambahnya tanggung jawab dan pengalaman hidup seseorang. Individu dewasa umumnya mulai mencari makna hidup yang lebih mendalam dan menjadikan agama sebagai sumber ketenangan psikologis. Menurut Pargament (1997), agama dapat menjadi coping mechanism atau mekanisme coping dalam menghadapi tekanan hidup, konflik emosional, dan masalah sosial. Keluarga menjadi salah satu faktor utama yang memengaruhi perkembangan sikap dan nilai religius pada diri individu. Individu yang tumbuh dalam lingkungan keluarga religius cenderung memiliki konsistensi ibadah yang lebih baik dibandingkan individu yang kurang mendapatkan pendidikan agama sejak dini. Selain itu, lingkungan pertemanan dan perkembangan teknologi modern juga dapat memengaruhi stabilitas keberagamaan seseorang, khususnya pada individu usia dewasa muda.

Dalam konteks sosial masyarakat Indonesia, agama tidak hanya menjadi identitas pribadi, tetapi juga bagian dari kehidupan sosial dan budaya. Oleh sebab itu, perkembangan religiusitas seseorang sering kali dipengaruhi oleh norma sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat.

Status Pernikahan dan Psikologi

Status pernikahan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kondisi psikologis dan kehidupan religius individu. Individu lajang adalah individu yang belum menikah dan masih menjalani kehidupan secara mandiri tanpa tanggung jawab rumah tangga. Sementara itu, individu menikah adalah individu yang telah memiliki hubungan keluarga dan tanggung jawab terhadap pasangan maupun anggota keluarga lainnya. Dalam psikologi perkembangan, pernikahan dipandang sebagai fase kehidupan yang menuntut kematangan emosi, kemampuan komunikasi, serta tanggung jawab sosial yang lebih besar. Individu yang sudah menikah umumnya memiliki perubahan pola hidup, termasuk dalam aspek religiusitas

dan spiritualitas. Kehidupan rumah tangga mendorong individu untuk lebih bertanggung jawab dalam menjalankan nilai-nilai agama karena adanya kewajiban moral terhadap pasangan dan keluarga (Kurniawan, 2019).

Pernikahan juga dapat meningkatkan kestabilan emosi individu karena adanya dukungan sosial dari pasangan. Dukungan emosional tersebut dapat membantu individu menghadapi tekanan hidup dan meningkatkan kualitas kesehatan mental. Dalam konteks religiusitas, pasangan suami istri sering kali saling mengingatkan dalam menjalankan ibadah sehingga menciptakan lingkungan spiritual yang lebih stabil. Di sisi lain, individu lajang cenderung memiliki kebebasan yang lebih besar dalam mengatur aktivitas sehari-hari. Namun demikian, kondisi tersebut juga dapat menyebabkan kurangnya kontrol sosial terhadap konsistensi ibadah. Pengaruh lingkungan pertemanan, penggunaan media sosial, serta gaya hidup modern menjadi tantangan tersendiri dalam menjaga stabilitas religiusitas individu lajang.

Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai psikologi agama dan religiusitas telah banyak dilakukan oleh berbagai peneliti. Himawan (2020) menjelaskan bahwa status pernikahan dalam masyarakat Indonesia memiliki hubungan dengan identitas sosial dan tekanan budaya yang memengaruhi kondisi psikologis individu. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa individu yang belum menikah sering menghadapi tuntutan sosial terkait pernikahan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Pargament (1997) menunjukkan bahwa religiusitas memiliki hubungan positif dengan kesehatan mental dan kemampuan seseorang dalam menghadapi stres kehidupan. Seseorang dengan pemahaman dan penghayatan keagamaan yang kuat umumnya lebih mampu mengelola kecemasan serta memiliki strategi coping yang lebih efektif. Kurniawan (2019) dalam penelitiannya mengenai kehidupan pernikahan menjelaskan bahwa kepuasan pernikahan dapat memengaruhi kebahagiaan dan kestabilan emosional pasangan. Kehidupan keluarga yang harmonis juga mampu meningkatkan kualitas spiritual dan konsistensi ibadah individu. Selain itu, penelitian Ancok dan Suroso (2011) menunjukkan bahwa religiusitas dipengaruhi oleh lingkungan sosial, pendidikan agama, dan pengalaman spiritual individu. Penelitian tersebut menegaskan bahwa perkembangan keberagaman tidak bersifat tetap, tetapi berkembang sesuai pengalaman hidup seseorang. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu tersebut, dapat diketahui bahwa sebagian besar penelitian masih membahas religiusitas secara umum dan belum secara khusus membandingkan perkembangan psikologi agama antara individu lajang dan menikah. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki

fokus yang berbeda karena menekankan pada perbandingan perkembangan religiusitas berdasarkan status pernikahan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif komparatif. Pendekatan tersebut digunakan karena penelitian berfokus pada pemahaman yang mendalam terkait perkembangan psikologi agama pada individu lajang dan menikah melalui pengalaman, pandangan, serta perilaku keberagamaan para responden. Sementara itu, metode deskriptif komparatif digunakan untuk membandingkan kondisi religiusitas antara kedua kelompok tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel penelitian.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei 2026 secara daring dengan memanfaatkan media digital berupa Google Form. Pemilihan metode daring dilakukan untuk mempermudah proses pengumpulan data dan menjangkau responden secara lebih efisien. Lokasi penelitian dilakukan di lingkungan sekitar tempat tinggal peneliti dengan melibatkan responden yang bersedia memberikan informasi terkait kehidupan beragama mereka.

Subjek penelitian berjumlah delapan orang yang terdiri dari empat individu lajang dan empat individu menikah. Rentang usia responden berada pada usia dewasa awal hingga dewasa madya. Teknik penentuan subjek menggunakan purposive sampling, yaitu teknik pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu sesuai kebutuhan penelitian. Adapun kriteria responden meliputi individu dewasa yang aktif menjalankan kehidupan sehari-hari dan bersedia memberikan informasi mengenai pengalaman religiusitas mereka. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner semi-terstruktur berbasis Google Form. Kuesioner tersebut memuat pertanyaan tertutup dan terbuka mengenai aspek psikologi agama, seperti tingkat kepentingan agama dalam kehidupan, konsistensi ibadah, motivasi beragama, pengaruh lingkungan sosial, tantangan dalam menjalankan ibadah, serta perubahan religiusitas setelah menikah. Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung dalam proses penelitian. Analisis data pada penelitian ini dilakukan menggunakan model Miles dan Huberman yang mencakup tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan (Sugiyono, 2017). Pada tahap reduksi data, peneliti memilih dan mengelompokkan jawaban responden berdasarkan tema-tema tertentu. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian deskriptif agar lebih mudah dipahami dan dibandingkan antara kelompok individu lajang dan menikah. Tahap terakhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan pola dan temuan yang diperoleh selama penelitian berlangsung.

Penelitian ini dilakukan dengan tetap memperhatikan etika penelitian, yaitu menjaga kerahasiaan identitas responden serta menggunakan data hanya untuk kepentingan akademik dan penelitian.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum Responden

Penelitian ini melibatkan delapan responden yang terdiri dari empat individu lajang dan empat individu menikah. Responden berada pada rentang usia dewasa hingga dewasa madya. Seluruh responden beragama islam dan aktif menjalankan aktivitas sosial dalam kehidupan sehari-hari. Data penelitian diperoleh melalui penyebaran kuesioner semi-terstruktur menggunakan Google Form pada bulan Mei 2026.

Tabel 1. Karakteristik Responden.

No	Status	Jumlah	Rentang Usia
1	Lajang	4 Orang	22–27 Tahun
2	Menikah	4 Orang	28–49 Tahun

Sumber: Data Penelitian, 2026

Berdasarkan data tersebut, penelitian membandingkan perkembangan psikologi agama pada dua kelompok responden berdasarkan status pernikahan. Analisis difokuskan pada aspek religiusitas, konsistensi ibadah, motivasi spiritual, serta pengaruh lingkungan sosial terhadap kehidupan beragama responden.

Psikologi Agama Pada Individu Lajang

Temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat religiusitas pada individu lajang cenderung bervariasi. Sebagian responden menganggap agama sebagai pedoman penting dalam kehidupan, sedangkan sebagian lainnya mengaku masih mengalami kesulitan dalam menjaga konsistensi ibadah sehari-hari. Faktor lingkungan sosial, penggunaan media sosial, aktivitas pekerjaan, serta rasa malas menjadi beberapa kendala yang memengaruhi kestabilan religiusitas individu lajang.

Sebagian besar responden lajang menyatakan bahwa motivasi beragama mereka berasal dari kesadaran pribadi dan pengalaman hidup. Mereka menjalankan ibadah karena merasa agama memberikan ketenangan batin dan membantu menghadapi tekanan hidup. Temuan ini menunjukkan adanya orientasi religius intrinsik, yaitu individu menjalankan agama sebagai kebutuhan spiritual dalam dirinya (Allport, 1967). Namun demikian, beberapa responden juga mengaku bahwa konsistensi ibadah mereka sering mengalami perubahan akibat pengaruh lingkungan pertemanan dan distraksi teknologi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa individu lajang cenderung lebih rentan terhadap perubahan pola religiusitas karena belum memiliki

kontrol sosial dan tanggung jawab keluarga yang kuat. Kondisi tersebut sejalan dengan penelitian Himawan, Bambling, dan Edirippulige (2018) yang menjelaskan bahwa individu lajang di Indonesia sering menghadapi tekanan sosial dan tuntutan budaya terkait pernikahan sehingga memengaruhi kondisi psikologis dan cara individu memaknai kehidupan sosialnya.

Dalam aspek psikologis, individu lajang menunjukkan bahwa agama berfungsi sebagai sumber ketenangan dan tempat mengadu ketika menghadapi masalah kehidupan. Hal ini sejalan dengan teori Pargament (1997) yang menyatakan bahwa agama dapat menjadi mekanisme coping dalam menghadapi tekanan emosional dan sosial.

Psikologi Agama Pada Individu Menikah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa individu yang sudah menikah cenderung memiliki pola religiusitas yang lebih stabil dibandingkan individu lajang. Sebagian besar responden menikah menyatakan bahwa setelah menikah mereka menjadi lebih bertanggung jawab dalam menjalankan ibadah dan lebih menjaga perilaku sesuai nilai agama.

Kehadiran pasangan dinilai memberikan pengaruh positif terhadap kehidupan religius responden. Pasangan sering menjadi pengingat dalam menjalankan ibadah, seperti salat tepat waktu, mengikuti kegiatan keagamaan, serta menjaga komunikasi yang baik dalam keluarga. Selain itu, tanggung jawab sebagai suami atau istri mendorong responden untuk menjadi pribadi yang lebih sabar, tenang, dan matang secara emosional. Beberapa responden juga menyatakan bahwa kehidupan rumah tangga membuat mereka lebih dekat kepada Tuhan karena meningkatnya tanggung jawab hidup dan kebutuhan akan ketenangan spiritual. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengalaman pernikahan dapat memengaruhi perkembangan psikologi agama seseorang.

Dalam aspek emosional, responden menikah cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengendalikan emosi dan menghadapi masalah kehidupan. Mereka menganggap agama sebagai pedoman utama dalam menjaga keharmonisan keluarga. Hal ini sesuai dengan pendapat Zakiah Daradjat (1993) yang menjelaskan bahwa agama memiliki peranan penting dalam membentuk kesehatan mental dan kestabilan emosi individu. Selain itu, komunikasi interpersonal dalam keluarga juga berperan dalam menciptakan kestabilan emosional dan religiusitas pasangan suami istri (Wardani, Suharsono, & Amalia, 2019).

Perbandingan Psikologi Agama Pada Individu Lajang dan Menikah

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa perbedaan dalam perkembangan psikologi agama antara individu lajang dan individu menikah. Perbedaan tersebut terlihat pada aspek konsistensi ibadah, kematangan emosi, motivasi beragama, serta pengaruh lingkungan sosial terhadap kehidupan religius responden.

Individu menikah cenderung menunjukkan konsistensi ibadah yang lebih stabil dibandingkan individu lajang. Hal ini dipengaruhi oleh adanya tanggung jawab keluarga, dukungan pasangan, serta tuntutan untuk menjadi teladan dalam rumah tangga. Kehidupan pernikahan membuat individu lebih berhati-hati dalam bersikap dan lebih berusaha menjaga hubungan spiritual dengan Tuhan. Temuan ini menunjukkan bahwa pernikahan dapat menjadi faktor yang memperkuat religiusitas seseorang. Sebaliknya, individu lajang cenderung lebih dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan motivasi pribadi. Beberapa responden lajang mengaku masih mengalami perubahan dalam pola ibadah akibat aktivitas sehari-hari, penggunaan media sosial, serta pengaruh lingkungan pertemanan. Meskipun demikian, individu lajang juga memiliki kesadaran religius yang cukup baik dan menjadikan agama sebagai sumber ketenangan hidup.

Dalam aspek kematangan emosi, individu menikah terlihat lebih stabil dalam menghadapi masalah kehidupan. Mereka cenderung menggunakan pendekatan spiritual ketika menghadapi konflik rumah tangga maupun tekanan sosial. Sementara itu, individu lajang masih mengalami perubahan emosi yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan pengalaman pribadi. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa status pernikahan dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan psikologi agama individu. Pernikahan menciptakan lingkungan sosial baru yang mendorong individu untuk lebih bertanggung jawab secara emosional dan spiritual. Namun demikian, religiusitas tetap dipengaruhi oleh kesadaran pribadi dan pengalaman hidup masing-masing individu.

Tabel 2. Perbandingan Psikologi Agama Individu Lajang dan Menikah.

Aspek	Individu Lajang	Individu Menikah
Konsistensi Ibadah	Cenderung berubah-ubah	Lebih stabil
Motivasi Beragama	Dipengaruhi kesadaran pribadi	Dipengaruhi tanggung jawab keluarga
Pengaruh Lingkungan	Sangat berpengaruh	Lebih terkendali
Kematangan Emosi	Relatif fluktuatif	Lebih stabil
Peran Agama	Sebagai ketenangan pribadi	Pedoman keluarga dan kehidupan

Sumber: Data Penelitian, 2026

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status pernikahan memiliki hubungan dengan perkembangan psikologi agama individu. Individu yang sudah menikah cenderung memiliki religiusitas yang lebih stabil dibandingkan individu lajang. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh adanya tanggung jawab keluarga, dukungan pasangan, serta kebutuhan untuk menjaga keharmonisan rumah tangga melalui pendekatan spiritual. Temuan penelitian ini sejalan dengan teori Zakiah Daradjat (1993) yang menjelaskan bahwa agama berfungsi sebagai pengontrol mental dan pembentuk kestabilan emosi individu. Kehidupan rumah tangga

membuat individu lebih banyak menghadapi tanggung jawab sosial dan emosional sehingga agama menjadi pedoman penting dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa individu lajang lebih dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial dan gaya hidup modern. Penggunaan teknologi dan media sosial menjadi salah satu tantangan dalam menjaga konsistensi ibadah. Temuan ini sesuai dengan pendapat Jalaluddin (2020) yang menyatakan bahwa perkembangan religiusitas seseorang dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan interaksi dengan masyarakat sekitar.

Studi di Indonesia menemukan bahwa hubungan sosial dan religius membantu orang dewasa lajang yang belum menikah mempertahankan kepuasan hidup dan mengurangi kesepian, dengan menekankan pentingnya relasi spiritual yang memupuk bagi mereka yang ingin menikah (Himawan : 2023). Dalam kehidupan rumah tangga, religiusitas berfungsi sebagai coping mechanism yang membantu pasangan menghadapi konflik dan tekanan kehidupan secara lebih stabil secara emosional (Aman et al., 2021).

Dalam perspektif teori orientasi religius Allport (1967), beberapa responden lajang menunjukkan orientasi religius intrinsik karena menjalankan agama berdasarkan kesadaran pribadi dan kebutuhan spiritual. Namun, sebagian responden lainnya masih menunjukkan ketidakstabilan religiusitas akibat pengaruh lingkungan eksternal. Keselarasan nilai religius dalam hubungan pernikahan dapat berkontribusi terhadap kesehatan mental serta kesejahteraan psikologis pasangan suami istri (Upenieks, Uecker, & Schafer, 2022).

Penelitian ini juga memperlihatkan bahwa pengalaman hidup dan tanggung jawab sosial berperan penting dalam membentuk kematangan religius seseorang. Individu menikah lebih sering menjadikan agama sebagai pedoman dalam menghadapi konflik, mengendalikan emosi, dan menjaga hubungan keluarga. Kondisi tersebut mendukung teori Pargament (1997) mengenai fungsi agama sebagai coping mechanism dalam menghadapi tekanan hidup.

Individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi umumnya memiliki kepuasan hidup serta kesejahteraan psikologis yang lebih baik dibandingkan mereka yang memiliki religiusitas rendah. (Szcześniak, Kroplewski, & Nelavska, 2019). Religiusitas juga berkontribusi terhadap kepuasan pernikahan dan pembentukan kepribadian individu dalam kehidupan rumah tangga (Bukhari et al., 2023). Hasil penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian Himawan (2020) yang menjelaskan bahwa status pernikahan dalam masyarakat Indonesia berkaitan dengan kematangan sosial dan psikologis individu. Selain itu, penelitian Kurniawan (2019) juga menunjukkan bahwa kehidupan pernikahan dapat meningkatkan kestabilan emosional dan kualitas spiritual pasangan. Komitmen pernikahan yang didasari nilai religius dapat meningkatkan stabilitas hubungan dan kualitas kehidupan keluarga (Latifa, 2021).

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah responden yang relatif sedikit sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, penelitian dilakukan secara daring sehingga peneliti tidak dapat melakukan observasi langsung terhadap kehidupan religius responden. Oleh karena itu, Penelitian berikutnya diharapkan mampu melibatkan responden dalam jumlah yang lebih besar serta menerapkan metode penelitian yang lebih mendalam, seperti wawancara secara langsung maupun pendekatan kuantitatif.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan perkembangan psikologi agama antara individu lajang dan individu menikah. Individu yang sudah menikah cenderung memiliki konsistensi ibadah, kestabilan emosi, dan tanggung jawab spiritual yang lebih baik dibandingkan individu lajang. Kehidupan pernikahan memberikan pengaruh positif terhadap religiusitas melalui dukungan pasangan, tanggung jawab keluarga, dan kebutuhan menjaga keharmonisan rumah tangga. Sementara itu, individu lajang cenderung lebih dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial, penggunaan teknologi, gaya hidup, dan motivasi pribadi dalam menjalankan kehidupan beragama. Meskipun demikian, beberapa individu lajang tetap menunjukkan kesadaran religius intrinsik yang kuat dan menjadikan agama sebagai sumber ketenangan hidup.

Penelitian ini menunjukkan bahwa status pernikahan dapat memengaruhi perkembangan psikologi agama individu, terutama dalam aspek kematangan emosi dan konsistensi praktik keagamaan. Namun, religiusitas pada dasarnya tetap dipengaruhi oleh pengalaman hidup, lingkungan sosial, dan kesadaran pribadi masing-masing individu. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah responden yang masih terbatas sehingga hasil penelitian belum dapat mewakili seluruh masyarakat secara umum. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak dan metode penelitian yang lebih mendalam agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif mengenai perkembangan psikologi agama berdasarkan status pernikahan.

DAFTAR REFERENSI

- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). Personal religious orientation and prejudice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(4), 432–443. <https://doi.org/10.1037/h0021212>
- Aman, J., Abbas, J., Lela, U., & Shi, G. (2021). Religious affiliation, daily spirituals, and private religious factors promote marital commitment among married couples: Does religiosity help people amid the COVID-19 crisis? *Frontiers in Psychology*.

- Ancok, D., & Suroso, F. N. (2011). *Psikologi Islami: Solusi Islam atas problem-problem psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bukhari, B., Lintina, S., Sabiruddin, S., Mistarija, M., Ismail, A., & Maisharah, K. S. (2023). The mediating role of religiosity on the big five personalities and marital satisfaction in Indonesia: A perspective of da'wah psychology. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 6(2), 1–17. <https://doi.org/10.25217/0020236369600>
- Daradjat, Z. (1993). *Ilmu jiwa agama*. Bulan Bintang.
- Himawan, K. K. (2020). The single's struggle: Discovering the experience of involuntary singleness through gender and religious perspectives in Indonesia. *The Family Journal*, 28(4), 379–389. <https://doi.org/10.1177/1066480720950419>
- Himawan, K. K., Bambling, M., & Edirippulige, S. (2018). What does it mean to be single in Indonesia? Religiosity, social stigma, and marital status among never-married Indonesian adults. *SAGE Open*, 8(3), 1–9. <https://doi.org/10.1177/2158244018803132>
- Himawan, K., Bambling, M., Underwood, M., & Edirippulige, S. (2023). In the absence of marriage: Social and religious-based relationships as alternatives to marriage for never-married adults in Indonesia. *Journal of Spirituality in Mental Health*.
- Jalaluddin. (2020). *Psikologi agama*. Rajawali Pers.
- James, W. (1902). *The varieties of religious experience*. Longmans, Green & Co.
- Kurniawan, A. (2019). Kepuasan pernikahan ditinjau dari religiusitas dan komunikasi interpersonal pasangan suami istri. *Jurnal Psikologi Islam*, 6(1), 45–56.
- Latifa, R. (2021). Religiosity and marital commitment toward marital stability in Indonesian families. *Religions*, 12(4), 242–255. <https://doi.org/10.3390/rel12040242>
- Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. Guilford Press.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kualitatif, kuantitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Szczęśniak, M., Kroplewski, Z., & Nelavska, M. (2019). Religiosity and life satisfaction: The mediating role of stress, self-efficacy, and self-esteem. *Journal of Religion and Health*, 58(1), 1–14. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0592-x>
- Upenieks, L., Uecker, J. E., & Schafer, M. H. (2022). Couple religiosity and well-being among older adults in the United States. *Journal of Aging and Health*.
- Wardani, R. N., Suharsono, Y., & Amalia, S. (2019). Hubungan komunikasi interpersonal dengan kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri. *Cognicia*, 7(2), 241–257.