Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) eISSN: 3024-8140
Volume 4, Issue November, 2026 pp. 555-559 http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/index

Teori Charlotte Buhler (1893-1974) tiga perkembangan agama

Muhamad Ardhi Alim
Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: ardhialim08@gmail.com

Kata Kunci:
Agama, spiritualitas, perkembangan orang dewasa, Charlotte buhler, eksistensial humanistik.

Keywords:
Religion, spirituality, adult development, Charlotte buhler, humanistic existentialism.

A B S T R A K

Perkembangan agama dan spiritualitas pada masa dewasa dan lanjut usia merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang mempengaruhi pola pikir, pengambilan keputusan, dan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana agama dan spiritualitas berkembang sejak masa dewasa awal hingga usia lanjut, serta bagaimana faktor eksternal seperti lingkungan sosial dan pengalaman hidup mempengaruhi perkembangan tersebut. Berdasarkan kajian teori Charlotte Bühler dan pendekatan eksistensial-humanistik, ditemukan bahwa individu mengalami tiga tahap utama dalam perkembangan spiritualnya: pencarian makna dan integrasi nilai-nilai spiritual pada masa dewasa awal, refleksi dan pendalaman spiritual pada masa dewasa pertengahan, serta transendensi dan persiapan akhir hidup di masa tua. Temuan tersebut menunjukkan bahwa agama tidak hanya berperan dalam kehidupan pribadi individu tetapi juga dalam membentuk identitas sosial, menciptakan keseimbangan emosional, dan memberikan ketenangan dalam menghadapi perubahan hidup.

A B S T R A C T

The development of religion and spirituality in adulthood and old age is an important aspect of human life that influences thought patterns, decision-making, and psychological well-being. This study aims to analyze how religion and spirituality develop from early adulthood to old age, as well as how external factors such as the social environment and life experiences influence this development. Based on the study of Charlotte Bühler's theory and the existential-humanistic approach, it was found that individuals experience three main stages in their spiritual development: the search for meaning and integration of spiritual values in early adulthood, reflection and spiritual deepening in middle adulthood, and transcendence and end-of-life preparation in old age. These findings indicate that religion plays a role not only in an individual's personal life but also in shaping social identity, creating emotional balance, and providing peace in facing life's changes.

Pendahuluan

Perkembangan agama dan spiritualitas merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang dapat mempengaruhi cara berpikir, pengambilan keputusan, dan kesejahteraan psikologis seseorang. Seiring bertambahnya usia individu, mereka mengalami berbagai perubahan dalam cara mereka memahami dan menghayati nilai-nilai agama dan konsep spiritualitas. Pada tahap ini , individu mulai mencari makna hidup dengan menggali nilai-nilai agama yang diyakininya (Aziz, 2007). Pencarian ini seringkali

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license.
Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

dikaitkan dengan proses pembentukan identitas diri, dimana seseorang mulai memahami peran agama dalam hidupnya secara lebih mendalam. Seiring bertambahnya usia, individu cenderung mengalami refleksi spiritual yang lebih dalam, terutama di masa dewasa pertengahan.

Pada tahap ini, mereka tidak hanya memahami ajaran agama secara kognitif, tetapi juga mulai menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai keseimbangan emosional dan sosial. Sementara itu, seiring memasuki usia lanjut, spiritualitas seringkali menjadi sumber ketenangan dan harapan dalam menghadapi akhir hidup. Bagi banyak orang, agama dan spiritualitas memberikan dukungan dalam menghadapi berbagai tantangan fisik, psikologis dan sosial yang muncul pada tahap kehidupan ini (Derobertis, 2006).

Berbagai penelitian terdahulu telah membahas tentang perkembangan makna hidup pada rentang usia tertentu serta aspek psikologis terkait identitas dan tujuan hidup. Salah satu penelitian klasik yang relevan adalah penelitian (Buhler, 1964) yang menekankan bahwa individu mengalami perubahan motivasi seiring bertambahnya usia. Pada masa dewasa awal, individu mulai mencari identitas dan makna hidup, sedangkan pada usia lebih tua, mereka lebih banyak melakukan refleksi dan mencari kedamaian batin.

Selain itu, kajian (Derobertis, 2006) yang mengusung pendekatan eksistensial-humanistik terhadap pembangunan manusia juga relevan dengan pembahasan ini. Dalam tulisannya, (Derobertis, 2006) menjelaskan bahwa (Buhler, 1964) mengidentifikasi empat kecenderungan dasar dalam kehidupan manusia, yaitu memenuhi kebutuhan, beradaptasi dengan lingkungan sosial (self-limiting adaptation), ekspansi kreatif, dan menjaga ketertiban internal (upholding internal order). Konsep ini sejalan dengan pemikiran dalam penelitian ini yang menyatakan bahwa individu pada tahap tertentu mulai mengembangkan pemahaman spiritual sebagai bagian dari identitas pribadinya. Namun penelitian ini mempunyai fokus berbeda yaitu lebih menekankan pada peran agama dan spiritualitas dalam perkembangan individu serta tiga dimensi perkembangan keagamaan yang dikemukakan oleh Charlotte Bühler, sedangkan penelitian sebelumnya lebih fokus pada psikologi perkembangan dari perspektif humanistik-eksistensial (Berlin, 1963).

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menganalisis bagaimana agama dan spiritualitas berkembang sejak masa dewasa awal hingga usia lanjut dan bagaimana faktor eksternal seperti lingkungan sosial, kondisi fisik, dan pengalaman hidup mempengaruhi perkembangan tersebut (Afwadzi et al., 2024). Dengan memahami dinamika tersebut, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih luas tentang bagaimana seseorang membentuk hubungan dengan agama dan spiritualitas sepanjang hidupnya. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mendeskripsikan peran agama dalam membantu individu mencapai kedamaian batin, memberikan makna dalam hidup, dan menghadapi tantangan yang muncul di setiap tahapan kehidupan. Dengan memahami aspek ini, kita dapat mengembangkan pendekatan yang lebih baik dalam mendukung perkembangan spiritual seseorang sesuai dengan tahapan kehidupan yang dijalaninya. Penelitian ini diharapkan dapat

memberikan manfaat bagi berbagai kalangan, mulai dari akademisi, praktisi pendidikan, hingga masyarakat luas.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memiliki relevansi akademis namun juga memberikan kontribusi nyata dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini berupaya menjawab bagaimana individu mengalami perubahan pemahaman dan penghayatan terhadap agama dan spiritualitas seiring bertambahnya usia. Melalui analisa mendalam, penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru dalam memahami pentingnya agama dan spiritualitas sebagai bagian integral dari pembangunan manusia. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi individu yang ingin menjadikan agama sebagai sumber ketenangan dan kekuatan dalam menghadapi berbagai perubahan kehidupan, khususnya pada tahap dewasa hingga usia lanjut.

Pembahasan

Masa Dewasa Awal (25-45/50 tahun): Pencarian Makna dan Integrasi Nilai-Nilai Spiritual

Pada tahap dewasa awal, individu mulai mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam tentang nilai-nilai agama dan spiritualitas sebagai bagian dari identitas pribadinya. Proses ini sering terjadi ketika kehidupan menjadi lebih kompleks, seperti membangun karier, menjalin hubungan, dan membentuk keluarga. Pada fase ini, seseorang mulai mempertanyakan makna hidup dan mencari prinsip moral yang dapat membimbingnya dalam menghadapi berbagai tantangan. Agama atau spiritualitas dapat menjadi landasan dalam mengambil keputusan, baik dalam aspek profesional maupun kehidupan pribadi (Buhler, 1964).

Selain itu, peran agama dalam kehidupan sehari-hari mulai semakin terasa, terutama dalam membentuk kebiasaan dan gaya hidup. Banyak individu pada tahap ini mulai aktif dalam kegiatan keagamaan, seperti menghadiri ibadah rutin, berdoa, atau bergabung dengan komunitas spiritual. Amalan ini tidak hanya sekedar untuk 7menunaikan kewajiban agama saja, namun juga sebagai salah satu cara untuk mencari ketenangan batin dan keseimbangan dalam menjalani hidup. Nilai-nilai spiritual juga kerap menjadi pedoman dalam membina hubungan dengan pasangan, membesarkan anak, dan berinteraksi dengan lingkungan sosial yang lebih luas (Amin & Nisa Rachmah, 2017).

Bagi yang memiliki keluarga, agama dan spiritualitas berperan dalam mendidik anak dan menanamkan nilai-nilai moral yang dianggap penting. Seringkali orang tua ingin anaknya tumbuh dengan prinsip etika dan ajaran agama yang kuat, sehingga mereka mulai mengenalkan nilai-nilai tersebut sejak dini (Mustofa et al., 2025). Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan keagamaan keluarga, seperti salat berjamaah atau menghadiri acara keagamaan, menjadi sarana mempererat hubungan keluarga. Dengan demikian, pada tahap awal masa dewasa, agama dan spiritualitas tidak hanya menjadi keyakinan pribadi, tetapi juga bagian dari pembentukan karakter dan identitas sosial individu (Fuady, 2022).

Masa Dewasa Madya (45/50-65/70 Tahun): Refleksi dan Pendalaman Rohani

Pada tahap dewasa pertengahan, individu mulai mengalami berbagai perubahan dalam kehidupannya, baik secara fisik, sosial, dan emosional. Secara biologis, tubuh sudah tidak sekuat saat masih muda, dan tanda-tanda penuaan mulai terlihat, seperti menurunnya stamina dan munculnya berbagai gangguan kesehatan. Di sisi lain, peran sosial juga mengalami perubahan, misalnya anak mulai mandiri atau bahkan keluar rumah, serta peralihan menuju masa pensiun dari pekerjaan. Semua perubahan tersebut mendorong individu untuk mulai merenungkan tujuan hidupnya, mempertanyakan apa yang telah dicapainya, dan mencari makna yang lebih dalam dalam hidupnya (Derobertis, 2006).

Dalam proses refleksi ini, agama atau spiritualitas seringkali menjadi jangkar bagi banyak individu. Pada tahap ini, seseorang mungkin mulai menghadapi krisis paruh baya, yaitu perasaan kehilangan arah atau kecemasan akibat perubahan kehidupan pribadi atau karier. Jika sebelumnya kesibukan bekerja dan mengurus keluarga menjadi prioritas utama, kini individu mempunyai waktu lebih banyak untuk memikirkan lebih dalam aspek kehidupan. Dalam situasi seperti ini, ajaran agama dan nilai-nilai spiritual dapat memberikan ketenangan dan membantu individu memahami perubahan hidup yang dialaminya. Banyak orang pada tahap ini mulai lebih rutin beribadah, membaca kitab suci, atau mengikuti ceramah agama sebagai bentuk pencarian makna dan kedamaian batin.

Selain itu, keterlibatan dalam komunitas keagamaan atau kegiatan sosial berbasis spiritual juga semakin intens. Beberapa individu mungkin mulai aktif dalam kegiatan amal, kelompok doa, atau organisasi keagamaan sebagai cara untuk berkontribusi kepada masyarakat. Mereka merasa bahwa berbagi dengan orang lain, baik melalui waktu, energi, atau materi, adalah bagian dari pencapaian spiritual yang lebih tinggi. Pada tahap ini, agama tidak hanya menjadi bagian dari keyakinan pribadi, tetapi juga sarana untuk menciptakan hubungan yang lebih bermakna dengan orang lain dan mempertebal rasa damai dalam menjalani sisa hidup (Pujianti, 2024).

Kesimpulan dan Saran

Perkembangan agama dan spiritualitas mempunyai peranan penting dalam kehidupan individu pada berbagai tahapan usia. Berdasarkan kajian teori Charlotte Bühler dan pendekatan eksistensial-humanistik, ditemukan bahwa perkembangan spiritualitas terjadi secara bertahap, mulai dari pencarian makna dan integrasi nilai-nilai spiritual pada masa dewasa awal, refleksi dan pendalaman spiritual pada masa dewasa madya, hingga transendensi dan persiapan akhir hidup di masa tua. Temuan ini menunjukkan bahwa agama tidak hanya berfungsi sebagai keyakinan pribadi, namun juga sebagai sumber keseimbangan emosional, pedoman dalam pengambilan keputusan, dan alat untuk membangun hubungan sosial yang lebih bermakna. Selain itu, faktor eksternal seperti lingkungan sosial, pengalaman hidup, dan kondisi fisik juga turut mempengaruhi perkembangan spiritual seseorang, sehingga menunjukkan bahwa agama mempunyai dimensi yang dinamis dalam kehidupan manusia.

Meskipun artikel ini memberikan wawasan mengenai perkembangan agama dan spiritualitas pada rentang usia dewasa hingga lanjut usia, namun keterbatasannya terletak pada kurangnya analisis empiris yang mendukung temuan tersebut secara kuantitatif. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengkaji bagaimana faktor budaya, perbedaan gender, dan latar belakang sosial mempengaruhi perkembangan spiritual individu secara lebih mendalam. Penelitian di masa depan juga dapat mengeksplorasi bagaimana agama dan spiritualitas berperan dalam menghadapi tantangan psikologis tertentu, seperti kecemasan eksistensial dan ketakutan akan kematian, untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang peran agama dalam kehidupan masyarakat.

Daftar Pustaka

Afwadzi, B., Sumbulah, U., Ali, N., & Qudsy, S. Z. (2024). Religious moderation of Islamic university students in Indonesia: Reception of religious texts. HTS Teologiese Studies/Theological Studies, 80(1), 9369. https://repository.uin-malang.ac.id/18547/

Amin, N. S., & Nisa Rachmah, N. A. (2017). Peran ayah dalam penanaman nilai-nilai spiritual pada anak. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Aziz, R. (2007). Pendidikan Ulul Albab Pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. Progresiva: Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam, 2(1), 307–320. https://repository.uin-malang.ac.id/397/

Berlin, I. N. (1963). Values in Psychotherapy by Charlotte Buhler. Taylor & Francis.

Buhler, C. (1964). The human course of life in its goal aspects. Journal of Humanistic Psychology, 4(1), 1–18.

Derobertis, E. M. (2006). Charlotte Bühler's existential-humanistic contributions to child and adolescent psychology. Journal of Humanistic Psychology, 46(1), 48–76.

Fuady, M. N. (2022). Hadits Dan Aktifitas Imaniyah Pada Tahapan Perkembangan Individu. Nizham Journal of Islamic Studies, 10(02), 99–113.

Mustofa, M. L., Zenrif, M. F., & Barizi, A. (2025). Towards an Islamic ecotheology: Indonesian Muslim organizations in climate mitigation and adaptation efforts. Problemy Ekorozwoju/Problems of Sustainable Development, 20(2), 21–31. https://repository.uin-malang.ac.id/24918/

Pujianti, E. (2024). Kontribusi pendidikan agama Islam terhadap pengembangan spiritualitas dan mentalitas peserta didik. EDUKASIA Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran, 5(1), 2551–2562.