

Kematangan Dan Kesadaran Beragama Usia Dewasa Awal

Syarifah Asma Shafira¹, Miftahul Jannah², Salami Mahmud³

^{1,2,3}Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh

E-mail: syarifahasmashafira@gmail.com¹, miftahuljannah@ar-raniry.ac.id², Salami.mahmud@ar-raniry.ac.id³

Article History:

Received: 28 Februari 2026

Revised: 10 Maret 2026

Accepted: 23 Maret 2026

Keywords: *Kematangan beragama, Kesadaran beragama, Dewasa awal, Psikologi agama.*

Abstract: *Masa dewasa awal merupakan fase penting dalam perkembangan kehidupan manusia yang ditandai dengan pencarian jati diri, kestabilan emosional, serta pembentukan pandangan hidup yang lebih matang, termasuk dalam aspek keberagamaan. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana proses pembentukan kematangan dan kesadaran beragama terjadi pada individu usia dewasa awal, serta faktor-faktor yang memengaruhi perkembangannya. Penelitian ini menggunakan metode library research atau kajian kepustakaan dengan menelaah berbagai sumber literatur seperti buku, jurnal ilmiah, dan artikel yang relevan dalam bidang psikologi agama. Hasil kajian menunjukkan bahwa kematangan beragama merupakan kemampuan individu untuk mengintegrasikan nilai-nilai keagamaan dalam setiap aspek kehidupannya, tidak hanya pada tataran pengetahuan, tetapi juga pada penghayatan dan perilaku. Sementara itu, kesadaran beragama berkaitan dengan refleksi diri yang mendalam terhadap makna ajaran agama serta penerapannya dalam kehidupan sosial dan moral. Proses pembentukan kematangan dan kesadaran beragama berlangsung melalui beberapa tahapan, yaitu pengenalan kognitif terhadap ajaran agama, internalisasi nilai, pengalaman spiritual, dan integrasi transendensi. Faktor-faktor seperti pengalaman hidup, lingkungan sosial-budaya, serta pendidikan agama turut berperan besar dalam memperkuat atau melemahkan perkembangan religius individu. Namun demikian, individu dewasa awal juga menghadapi tantangan yang kompleks seperti krisis identitas, pengaruh sekularisasi, relativisme moral, serta minimnya pendampingan spiritual. Oleh karena itu, dibutuhkan bimbingan dan pembinaan spiritual yang berkelanjutan dari keluarga, lembaga pendidikan, dan komunitas keagamaan agar dewasa awal mampu mencapai kematangan spiritual yang seimbang antara aspek intelektual, emosional, dan moral.*

PENDAHULUAN

Masa dewasa awal merupakan salah satu fase penting dalam perkembangan manusia yang ditandai dengan berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, sosial, maupun spiritual (Ulya & Cahyandari, 2023). Pada tahap ini, individu mulai membentuk identitas diri yang

lebih stabil, termasuk dalam hal keyakinan dan pandangan hidup beragama. Namun, tidak semua individu dewasa awal memiliki tingkat kematangan dan kesadaran beragama yang sama. Sebagian masih berada pada tahap pencarian makna, sedangkan sebagian lainnya telah mencapai pemahaman religius yang mendalam dan terinternalisasi dalam perilaku sehari-hari (Jalaluddin, 2016).

Kematangan beragama tidak hanya diukur dari seberapa sering seseorang menjalankan ibadah, tetapi juga dari sejauh mana nilai-nilai agama menjadi dasar dalam pengambilan keputusan, pengendalian diri, serta dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Sementara itu, kesadaran beragama berkaitan dengan pemahaman terhadap ajaran agama dan kemampuan untuk merefleksikan maknanya dalam kehidupan nyata (Arifin, 2018). Keduanya menjadi indikator penting bagi kestabilan moral dan spiritual seseorang di usia dewasa awal, terutama di tengah derasnya arus modernisasi dan individualisme yang kerap menjauhkan manusia dari nilai-nilai religius (Ariani, 2025).

Perkembangan jiwa beragama pada orang dewasa ditandai oleh cara berfikir yang kritis, positif, terbuka, matang dan toleran. Meski demikian, dalam realitasnya, usia dewasa tidak menjadi ukuran dan jaminan seseorang memiliki kesadaran beragama yang mantap (matang) bahkan kepribadiannya masih belum dewasa atau masih immature. Umur Kalender atau umur seseorang (dewasa) belum tentu sejalan dengan kedewasaan kepribadiannya, kematangan mental atau kemantapan kesadaran beragama. Banyak orang yang telah melewati umur 25 tahun, yang berarti telah dewasa menurut umur kalender, namun kehidupan agamanya masih belum matang. Ada pula remaja yang berumur dibawah 23 tahun telah memiliki kesadaran beragama yang cukup dewasa. Tercapainya kematangan kesadaran beragama seseorang tergantung pada kecerdasan, kematangan alam perasaan, kehidupan motivasi, pengalaman hidup, dan keadaan lingkungan sosial budaya (Hully et al., 2021).

Selain itu, Rasulullah SAW pada masa dewasa awal juga memberikan teladan agung mengenai kematangan spiritual dan kesadaran beragama. Pada usia sekitar 25 tahun, beliau telah dikenal sebagai pribadi yang jujur, amanah, berintegritas tinggi, hingga mendapatkan gelar Al-Amîn dari masyarakat Mekkah. Pada fase ini, Rasulullah mulai menunjukkan kedewasaan emosional, tanggung jawab sosial, serta kemampuan dalam menjaga moralitas. Beliau juga melalui proses kontemplasi spiritual melalui aktivitas menyendiri (tahannuts) di Gua Hira, yang menunjukkan pencarian makna hidup secara mendalam sebelum turunnya wahyu. Teladan ini menggambarkan bahwa kematangan dan kesadaran beragama di usia dewasa awal dapat diraih melalui pengalaman hidup, refleksi diri, dan keteladanan moral (Y. Putri & Nurhuda, 2023).

Fenomena yang terjadi di masyarakat menunjukkan bahwa banyak individu dewasa awal mengalami kebingungan nilai (value confusion) dalam hal keagamaan. Ada yang menjadikan agama hanya sebagai simbol identitas, tanpa kesadaran mendalam tentang makna spiritualnya (Reinandini et al., 2024). Kondisi ini menimbulkan pertanyaan penting tentang sejauh mana tingkat kematangan dan kesadaran beragama terbentuk pada masa dewasa awal, serta faktor-faktor apa saja yang memengaruhinya. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi relevan untuk memahami dinamika perkembangan religius individu, khususnya dalam konteks psikologi agama, agar dapat memberikan kontribusi terhadap penguatan karakter spiritual di kalangan dewasa muda.

METODE PENELITIAN

Bagian Penelitian ini menggunakan pendekatan library research atau kajian pustaka sebagai dasar analisis. Pendekatan ini dipilih karena penelitian tidak melibatkan pengumpulan data lapangan, tetapi berfokus pada telaah kritis terhadap berbagai teori, konsep, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan kematangan dan kesadaran beragama usia dewasa awal. Penelitian kepustakaan merupakan kegiatan ilmiah yang dilakukan dengan mengumpulkan, membaca,

.....

mencatat, dan mengolah bahan pustaka untuk memperoleh data konseptual yang dapat menjelaskan suatu fenomena ilmiah.

Sumber data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari literatur sekunder berupa jurnal ilmiah yang diterbitkan dalam kurun waktu sepuluh tahun terakhir (2015-2025). Pemilihan literatur dilakukan secara purposive dengan kriteria: (1) relevan dengan topik, (2) dapat diakses secara terbuka (open access), (3) memiliki kredibilitas akademik yang diakui, seperti terbit di jurnal terindeks SINTA, DOAJ, atau Google Scholar.

Proses pengumpulan data yang dilakukan melalui teknik dokumentasi dan studi literatur. Peneliti menelusuri berbagai sumber digital seperti Google Scholar, Publish or Perish, ResearchGate dan Sinta dengan kata kunci: kematangan beragama, kesadaran beragama, dewasa awal dan psikologi agama. Setiap literatur yang ditemukan kemudian diseleksi berdasarkan kesesuaian tema dan tingkat keilmiahannya.

Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan metode analisis isi (content analysis) sebagaimana dijelaskan oleh Krippendorff. Analisis ini dilakukan melalui empat tahap: (1) reduksi data, yaitu memilih literatur yang relevan; (2) klasifikasi, mengelompokkan hasil bacaan berdasarkan tema; (3) interpretasi, menafsirkan gagasan utama dari tiap sumber; dan (4) sintesis, menggabungkan temuan menjadi kerangka konseptual yang utuh.

Untuk menjaga keabsahan hasil kajian, dilakukan triangulasi sumber, yaitu membandingkan temuan dari berbagai referensi dengan sudut pandang teori yang berbeda. Hanya literatur yang bersifat ilmiah dan terbit di jurnal bereputasi yang digunakan, sehingga hasil penelitian ini memiliki validitas konseptual yang kuat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kematangan Beragama

Hasil Konsep tentang kematangan beragama dicetuskan pertama kali oleh Gordon W. Allport (1897-1967) yang menggunakan istilah sentiment keagamaan yang matang. Menurutnya, kematangan beragama merupakan suatu watak keberagaman yang ditampilkan seseorang melalui sikap dan perilakunya. Individu yang matang secara keagamaan tidak terkendali oleh pemikiran magis atau mencari kenyamanan semata, melainkan memiliki makna terpadu bagi kehidupan, memiliki perasaan memiliki, menciptakan hubungan yang penuh kasih, membantu membentuk hati nurani, dan mendukung aspek integrasi seperti humor dan tujuan jangka panjang. Kematangan beragama, menurut Allport, berhubungan erat dengan kesehatan mental dan mempromosikan integrasi positif dalam kehidupan individu (Rihab, 2023).

Kematangan beragama dapat diartikan sebagai tingkat kedewasaan seseorang dalam beriman, dimana esensi dari beragama adalah keimanan. Orang yang matang beragama adalah mereka yang menjadikan ridho Allah sebagai tujuan utama dalam hidup mereka, berupaya untuk mencapai tujuan tersebut, dan memiliki orientasi diri yang tinggi kepada Allah dan Rasul-Nya sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan hadits (Y. Putri & Nurhuda, 2023). Kematangan beragama juga tercermin dalam kemampuan seseorang untuk mengenali dan memahami nilai-nilai agama, serta menerapkan nilai-nilai tersebut dalam sikap dan tingkah laku sehari-hari, mencerminkan ketaatan dan keyakinan yang tulus terhadap ajaran agamanya (Sinta et al., 2024).

Seseorang yang matang dalam beragama, maka ia menjalani kehidupan beragama sepenuh hati. Salah satunya dengan cara mengaplikasikan apa yang diajarkan agama dalam kehidupan sehari-harinya (Ni'am et al., 2023). Sebagaimana menurut Jalaluddin bahwa kematangan beragama seseorang terlihat dari kemampuan seseorang untuk memahami, menghayati serta mengaplikasikan nilai-nilai luhur agama yang dianutnya dalam kehidupan

sehari-hari.

Kematangan beragama dapat tercapai melalui optimalnya fungsi keenam aspek rasa beragama dalam perilaku keseharian seseorang. Aspek-aspek tersebut saling berkaitan: pertama, keyakinan pada tuhan (aspek ideologis); kedua, penguasaan pengetahuan keagamaan (aspek intelektual); ketiga, pengetahuan digunakan dalam menjalankan ritual peribadatan (aspek ritualistik); keempat, penghayatan ritual menciptakan pengalaman emosi positif (aspek eksperimental); kelima, penghayatan ini membawa dampak positif pada perilaku (aspek konsekuensi atau etika); keenam, keinginan untuk bergabung dalam perkumpulan keagamaan (aspek komunitas). Saat keenam aspek ini berfungsi optimal dan memengaruhi perilaku keseharian individu maupun sosial, seseorang mencapai kematangan beragama (Zulkarnain, 2019).

2. Kesadaran Beragama

Kesadaran beragama merupakan bagian atau segi yang hadir (terasa) dalam pikiran yang dapat diuji melalui introspeksi atau dapat dikatakan bahwa ia adalah aspek mental dan aktivitas kejiwaan dalam beragama. Jalaluddin Rahmat menyatakan bahwa, kesadaran orang untuk beragama merupakan kemantapan jiwa seseorang untuk memberikan gambaran tentang bagaimana sikap keberagaman mereka (Jalaluddin, 2016). Sedangkan menurut Abdul Aziz Ahyadi kesadaran beragama meliputi rasa keagamaan yang terorganisasi dalam sistem mental dan kepribadian. Keadaan ini dapat dilihat dari sikap keberagaman yang terdeferensiasi dengan baik, motivasi kehidupan yang dinamis, pandangan hidup yang komprehensif, adanya semangat dalam pencarian dan pengabdian kepada Tuhan, dan adanya kemauan untuk melaksanakan perintah agama secara konsisten.

Pembentukan kesadaran beragama dipengaruhi oleh dua faktor. Pertama: faktor internal, yaitu segala sesuatu yang dibawanya sejak lahir dimana seseorang yang baru lahir tersebut memiliki kesucian (fitrah) dan bersih dari segala dosa serta fitrah untuk beragama. Hal ini sangat jelas tergambar dalam firman Allah SWT, yang berbunyi:

فَأَقِمْ وَجْهَكَ لِلدِّينِ حَنِيفًا ۚ فِطْرَتَ اللَّهِ الَّتِي فَطَرَ النَّاسَ عَلَيْهَا ۚ لَا تَبْدِيلَ لِخَلْقِ اللَّهِ ۗ ذَٰلِكَ الدِّينُ الْقَيِّمُ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَعْلَمُونَ

Artinya: “Maka, hadapkanlah wajahmu dengan lurus kepada agama (Islam sesuai) fitrah (dari) Allah yang telah menciptakan manusia menurut (fitrah) itu. Tidak ada perubahan pada ciptaan Allah (tersebut). Itulah agama yang lurus, tetapi kebanyakan manusia tidak mengetahuinya.” (QS. Ar-Rum: 30)

Kedua: faktor eksternal, yaitu faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah atau lembaga-lembaga pendidikan dan pembinaan, serta lingkungan masyarakat (Zuroidah, 2022).

3. Ciri Individu Dewasa Awal

Awal masa dewasa adalah fase ketika seseorang mencari kestabilan hidup dan mulai berperan aktif dalam reproduksi, yang sering kali ditandai dengan berbagai tantangan emosional, isolasi sosial, komitmen, ketergantungan, serta perubahan nilai-nilai. Masa ini juga melibatkan proses adaptasi dengan gaya hidup yang baru, umumnya terjadi antara usia 21 hingga 40 tahun. Ciri-ciri masa dewasa awal meliputi beberapa aspek, antara lain; Fisik: Fungsi organ tubuh bekerja optimal dengan tingkat produktivitas yang tinggi; Motorik: Respon fisik mencapai kecepatan maksimal, memberikan kemampuan beradaptasi dalam situasi yang lebih luas; Psikomotorik: Fungsi otot dan gerak tubuh berada di puncaknya, misalnya dalam olahraga, banyak atlet yang mencapai prestasi tertinggi pada usia ini; Bahasa: Kemampuan berkomunikasi dan bersosialisasi lebih terampil dan fleksibel, membuat mereka lebih mudah berinteraksi; Intelegensi: Kemampuan berfikir lebih realistis dan berfikir jauh ke depan, strategis dan selalu bersemangat untuk berwawasan luas; Emosional: Meski stabilitas

emosional masih mengalami naik turun, namun mereka cenderung dapat mengendalikannya dan mulai mengarahkan diri pada keseimbangan dan tanggung jawab; Kepribadian: Masa dewasa awal adalah periode kreativitas, kemandirian, dan komitmen yang tinggi; Sosial: Biasanya masa ini ditandai oleh kemampuan berteman yang baik, meskipun pergaulan dapat lebih selektif dan terfokus pada kelompok tertentu; Moralitas dan keagamaan: Orang dewasa awal sering berusaha untuk mengikuti norma dan nilai agama, walaupun terkadang masih mengalami kesulitan untuk menerapkannya secara konsisten (A. Putri et al., 2025).

4. Proses Pembentukan Kematangan dan Kesadaran Beragama

Proses pembentukan kematangan dan kesadaran beragama pada orang dewasa merupakan perjalanan spiritual dan psikologis yang melibatkan aspek kognitif, afektif dan perilaku. Pada tahap ini, individu tidak hanya mengikuti ajaran agama secara formal, tetapi mulai menginternalisasikannya ke dalam pola pikir dan tindakan sehari-hari (Tatala et al., 2024).

a. Tahap Pengenalan dan Pemahaman (kognitif)

Pada masa dewasa, individu mulai meninjau kembali keyakinan yang diperoleh sejak kecil. Mereka berusaha memahami ajaran agama secara reflektif dan rasional, bukan hanya berdasarkan tradisi keluarga (Hayward, 2022). Dalam tahap ini, seseorang berupaya menemukan makna pribadi dalam ajaran agamanya, sejalan dengan konsep “individu reflective faith” yang dikemukakan oleh James W. Fowler (Fowler, 1981).

b. Tahap Internalisasi Nilai (Afektif)

Setelah memahami ajaran agama, orang dewasa mulai menginternalisasi nilai-nilai spiritual dalam kehidupan. Kematangan beragama tidak hanya tampak pada pengetahuan tentang agama, tetapi juga pada kemampuan menjadikan nilai-nilai tersebut sebagai dasar moral dan motivasi berperilaku (Jalaluddin, 2016). Penelitian menunjukkan bahwa tingkat kematangan beragama berhubungan dengan kemampuan menghadapi krisis dan meningkatkan kesejahteraan psikologis pada dewasa awal (Sinta et al., 2024).

c. Tahap Pengalaman dan Pembiasaan (Psikomotorik)

Kematangan spiritual tumbuh melalui pengalaman langsung, seperti keterlibatan dalam kegiatan keagamaan, ibadah rutin, serta refleksi diri. Pembiasaan ibadah memperkuat kesadaran religius dan menciptakan keseimbangan antara aspek batin dan lahir (Halstead et al., 2024). Dalam konteks ini, praktik keagamaan yang konsisten terbukti membentuk pola perilaku religius yang stabil sepanjang kehidupan dewasa (Nelson et al., 2024).

d. Tahap Integrasi dan Transedensi

Pada tahap ini, individu mencapai bentuk kedewasaan spiritual tertinggi, yaitu agama tidak lagi hanya sebagai sistem kepercayaan, melainkan menjadi sumber makna hidup (Aggarwal et al., 2023). Individu dewasa yang matang beragama mampu menampilkan sikap toleran, empatik, serta menjadikan nilai-nilai agama sebagai dasar etika universal dalam berinteraksi sosial.

5. Faktor Yang Mempengaruhi Kematangan dan Kesadaran Beragama Pada Orang Dewasa

a. Pengalaman Hidup

Pengalaman hidup memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan jiwa beragama pada orang dewasa. Misalnya, pengalaman menghadapi kehidupan atau kesulitan dapat memperkuat atau bahkan mengubah perspektif keagamaan seseorang. Pengalaman-pengalaman ini dapat memicu pencarian makna yang lebih dalam, serta merangsang refleksi pribadi mengenai iman dan nilai-nilai agama (Aulia et al., 2025).

b. Lingkungan Sosial dan Budaya

Lingkungan sosial, termasuk keluarga, teman, serta masyarakat, mempengaruhi bagaimana orang dewasa memahami dan menjalankan keyakinan agamanya. Budaya yang ada dalam suatu masyarakat juga membentuk pemahaman dan praktik agama. Individu dewasa cenderung terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya, namun mereka juga memiliki kemampuan untuk memilih, menyesuaikan, atau bahkan mempertanyakan nilai-nilai yang dipegang oleh lingkungan tersebut (Wulandari, 2023).

c. Pendidikan dan Pengetahuan

Pengetahuan agama yang semakin luas dan mendalam juga berperan dalam perkembangan jiwa beragama. Pendidikan formal dan informal mengenai agama dapat membuka wawasan baru serta meningkatkan pemahaman mengenai aspek-aspek doktrin, moralitas dan etika yang dianut dalam agama tertentu. Melalui pemahaman yang lebih mendalam ini, individu dewasa bisa mencapai tingkat spiritualitas yang lebih matang dan reflektif.

6. Tantangan Kematangan dan Kesadaran Beragama Usia Dewasa Awal

Masa dewasa awal (sekitar usia 20–40 tahun) merupakan fase transisi penting dalam kehidupan seseorang, di mana individu berhadapan dengan tuntutan kemandirian, pencarian identitas, dan pembentukan arah hidup. Pada masa ini, kematangan dan kesadaran beragama seringkali mengalami dinamika yang kompleks karena dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, sosial, dan budaya (Nelson et al., 2024).

a. Krisis Identitas dan Pencarian Makna Hidup

Individu dewasa awal sering berada dalam tahap pencarian jati diri, termasuk dalam hal keyakinan dan nilai-nilai keagamaan (Tatala et al., 2024). Banyak di antara mereka mulai mempertanyakan kembali ajaran agama yang diterima sejak kecil, mencoba menyesuainya dengan realitas hidup yang dihadapi. Proses refleksi ini bisa memperkuat iman, tetapi juga dapat menimbulkan kebingungan spiritual bila tidak diiringi dengan bimbingan dan lingkungan yang mendukung. Menurut Fowler, tahap ini disebut sebagai individu reflektif, di mana seseorang mulai menafsirkan imannya berdasarkan pengalaman dan pemikiran rasional, bukan sekadar mengikuti tradisi (Fowler, 1981).

b. Pengaruh Sekularisasi dan Budaya Modern

Arus modernisasi dan globalisasi membawa pengaruh besar terhadap cara pandang generasi muda terhadap agama. Gaya hidup materialistik, hedonistik, dan individualistik yang dipromosikan media sosial sering kali bertentangan dengan nilai-nilai spiritual (Sinta et al., 2024). Akibatnya, sebagian dewasa awal mengalami penurunan minat terhadap kegiatan keagamaan, atau menjadikan agama sekadar simbol identitas sosial, bukan sistem nilai yang dihayati (Halstead et al., 2024). Penelitian menunjukkan bahwa paparan media digital yang berlebihan dapat menurunkan praktik keagamaan tradisional dan memperlemah kesadaran moral bila tidak diimbangi dengan literasi spiritual (Aggarwal et al., 2023).

c. Tekanan Ekonomi dan Tuntutan Kehidupan

Dewasa awal adalah masa ketika seseorang mulai bekerja, membangun karier, atau membentuk keluarga. Tantangan finansial, kompetisi pekerjaan, dan tanggung jawab sosial sering kali membuat seseorang kurang fokus pada pengembangan spiritual. Dalam situasi ini, agama seharusnya menjadi sumber kekuatan dan makna, namun tanpa kematangan beragama, individu mudah mengalami stres, kecemasan, bahkan krisis eksistensial (Jalaluddin, 2016).

d. Relativisme Nilai dan Krisis Moral

Fenomena pluralitas dan relativisme nilai membuat individu dewasa awal dihadapkan pada berbagai pandangan moral yang berbeda. Banyak di antara mereka mengalami kebingungan moral (moral confusion) antara nilai agama, nilai budaya, dan nilai modernitas

(Hayward, 2022). Kondisi ini menuntut kematangan beragama agar individu mampu menilai secara kritis mana nilai yang sesuai dengan prinsip keimanannya.

e. Minimnya Pendampingan Spiritual

Faktor lain yang sering menjadi hambatan adalah kurangnya pendampingan spiritual baik dari keluarga, lembaga pendidikan, maupun komunitas keagamaan (Laila et al., 2025). Banyak individu dewasa awal hidup jauh dari keluarga karena studi atau pekerjaan, sehingga mengalami kesepian spiritual dan kehilangan panutan religius.

KESIMPULAN

Kematangan dan kesadaran beragama pada individu dewasa awal merupakan hasil dari proses perkembangan spiritual yang kompleks dan berkesinambungan. Keduanya tidak hanya ditentukan oleh faktor usia biologis, tetapi lebih pada kemampuan individu untuk memahami, menghayati, dan menginternalisasi nilai-nilai keagamaan ke dalam kehidupan sehari-hari. Kematangan beragama tercermin dari orientasi hidup yang berpusat pada nilai-nilai ilahiah, pengendalian diri, dan perilaku moral yang konsisten, sedangkan kesadaran beragama menggambarkan refleksi batin dan pemahaman mendalam terhadap ajaran agama.

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap kematangan dan kesadaran beragama meliputi pengalaman hidup, lingkungan sosial-budaya, pendidikan agama, serta pembinaan spiritual yang diperoleh individu. Namun, pada masa dewasa awal, individu juga menghadapi berbagai tantangan seperti krisis identitas, pengaruh sekularisasi, tekanan ekonomi, relativisme moral, serta kurangnya pendampingan spiritual. Kondisi ini dapat menghambat perkembangan spiritual bila tidak diimbangi dengan refleksi dan bimbingan keagamaan yang memadai.

Dengan demikian, kematangan dan kesadaran beragama perlu dikembangkan melalui sinergi antara aspek kognitif, afektif, dan moral dengan dukungan keluarga, lembaga pendidikan, serta komunitas keagamaan. Upaya ini penting untuk membantu individu dewasa awal mencapai keseimbangan spiritual yang kokoh, berorientasi pada ketuhanan, dan relevan dengan tantangan zaman modern.

DAFTAR REFERENSI

- 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*, 1–33. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Ariani, F. D. et al. (2025). GEJALA PSIKOLOG KEBERAGAMAAN PADA ANAK DAN REMAJA : TANTANGAN PENDIDIKAN AGAMA DI ERA. *At-Tarbiyah*, 3(1), 1–15.
- Arifin, B. A. (2018). *Psikologi Agama*. PUSTAKA SETIA.
- Aulia, I., Syari, Z., Wulandari, W., Utami, S., & Sopha, G. Z. (2025). Agama Pada Masa Dewasa. *Jurnal Kajian Islam Dan Sosial Keagamaan*, 2(3), 574–580.
- Fowler, J. W. (1981). *Stages of Faith: The Psychology of Human Development and the Quest for Meaning*. Harper & Row.
- Halstead, I., Heron, J., Svob, C., & Joinson, C. (2024). Prospective relationships between patterns of religious belief / non-belief and mental health in adults : A UK cohort study. *Europe PMC Funders Group*, 1–20. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2024.117342>.
- Hayward, G. M. (2022). A Multidimensional Model of Religiosity from Adolescence through the Transition to Adulthood. *HHS Public Access*, 60(3), 653–668. <https://doi.org/10.1111/jssr.12729>
- Hully, Taqiyuddin, M., & Mustahiqqurahman. (2021). Alamta : Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam. *Alamta*, 5(1), 11–32.
- Jalaluddin. (2016). *Psikologi Agama: Memahami Perilaku Religius Manusia* (Ed. Revisi).

Rajawali Pers.

- Laila, A. N., Andriyani, S., & Nafisah, Z. (2025). Kematangan Beragama Muallaf di Pakis Aji Jepara : Pengaruh Sikap dan Motif Beragama. *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences*, 6(2), 309–320.
- Nelson, N. A., Bergeman, C. S., Joiner, R. J., & Martinez, B. S. (2024). *Religiosity and Spirituality Development : An Accelerated Longitudinal Design*. August.
- Ni'am, S., Ulum, F. B., & Nurhuda, A. (2023). HAKIKAT METODOLOGI PEMBELAJARAN DALAM. *JIS: JOURNAL ISLAMIC STUDIES*, 1(3), 282–310.
- Putri, A., Lubis, B. H., Daulay, A. A., & Lubis, R. (2025). Agama pada Masa Dewasa. *Karakter: Jurnal Riset Ilmu Pendidikan Islam*, 2(2), 246–258.
- Putri, Y., & Nurhuda, A. (2023). *Consumerism in the context of sufism education*. 4(2), 223–233.
- Reinandini, E., Fatimah, S., & Salim, E. (2024). ISLAM TENTANG PENCARIAN JATI DIRI. *JIPKM*, 1(3).
- Rihab, said A. (2023). Penyucian Jiwa dan Kematangan Beragama: Perspektif Psikologi Islam. *AL-MUADDIB: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial Dan Keislaman*, 8(2), 265–271. <https://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/al-muaddib/article/download/13256/pdf>
- Sinta, D., Rahmat, M., Anwar, S., & Nurhuda, A. (2024). RELIGIUSITAS DAN KEMATANGAN BERAGAMA DALAM MEMBANTU MENGHADAPI QUARTER-LIFE CRISIS BAGI KALANGAN GENERASI MILENIAL RELIGIOSITY AND MATURITY IN HELPING TO DEAL WITH THE QUARTER-LIFE CRISIS IN THE MILLENNIAL GENERATION PENDAHULUAN Kehidupan di era modern in. *Al-Himah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan*, 21(2), 214–227.
- Tatala, M., Wojtasiński, M., & Rynio, A. (2024). Religious feelings in early and late adulthood. *Journal of Beliefs & Values*, 00(00), 1–20. <https://doi.org/10.1080/13617672.2024.2361496>
- Ulya, N., & Cahyandari, R. (2023). *Nurul Ulya Nurul Ulya , Rinova Cahyandari seorang dewasa awal yang mampu menghadapi dan memenuhi tugas*. 1, 111–126.
- Wulandari, R. A. (2023). Dinamika Sosial: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DAN POLA ASUH ORANG TUA TERHADAP SIKAP SOSIAL SISWA Pengaruh Penggunaan Media Sosial Dan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Sikap Sosial Siswa pada siswa yakni penuruna. *Dinamika Sosial: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial*, 2(3), 312–322.
- Zulkarnain. (2019). Kematangan Beragama dalam Perspektif Psikologi Tasawuf. *Mawa'izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10(2), 305–325.
- Zuroidah, E. (2022). Kesadaran Beragama pada Masa Remaja. *Maddah: Journal of Advanced Da'wah Management Research*, 1(1), 103–118.