



---

## **PENGARUH LINGKUNGAN SOSIAL DALAM PSIKOLOGI ISLAM**

**Liatus Wiatri**

*liatuswiatri@gmail.com*

Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin

**Khula Khusnita**

*khulakhusnihita828@gmail.com*

Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin

**Sheila Hariry**

*sheilahariry27@gmail.com*

Pendidikan Agama Islam, Tarbiyah dan Keguruan,

Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin

Korespondensi penulis: [liatuswiatri@gmail.com](mailto:liatuswiatri@gmail.com)

**Abstract** *Psychological crises in children and adolescents are often triggered by the weak influence of a positive social environment. This article discusses the influence of the social environment on the psychological development of individuals from an Islamic psychology perspective. The social environment, which includes family, school, community, and peers, plays an important role in shaping a person's personality, self-control, and emotional balance. This study uses a qualitative approach through a literature study method, by analyzing five relevant scientific works. The results of the study indicate that the quality of interaction in the social environment greatly determines the direction of individual psychological development. In the context of Islam, the social environment is not only a space for interaction, but also a vehicle for moral and spiritual education that supports the formation of a perfect human being. This finding emphasizes the importance of creating a religious, communicative, and educational social environment as part of a strategy to build a mentally healthy and spiritually strong generation.*

**Keywords:** *social environment, Islamic psychology, self-control, personality, mental well-being*

**Abstrak** Krisis psikologis pada anak dan remaja kerap kali dipicu oleh lemahnya pengaruh lingkungan sosial yang positif. Artikel ini membahas pengaruh lingkungan sosial terhadap perkembangan psikologis individu dalam perspektif psikologi Islam. Lingkungan sosial yang mencakup keluarga, sekolah, masyarakat, dan teman sebaya berperan penting dalam membentuk kepribadian, kontrol diri, serta keseimbangan emosional seseorang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui metode studi pustaka, dengan menganalisis lima karya ilmiah yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa kualitas interaksi dalam lingkungan sosial sangat menentukan arah perkembangan psikologi individu. Dalam konteks Islam, lingkungan sosial bukan hanya ruang interaksi, tetapi juga wahana pendidikan moral dan spiritual yang mendukung terbentuknya insan kamil. Temuan ini menekankan pentingnya menciptakan lingkungan sosial yang religius, komunikatif, dan mendidik sebagai bagian dari strategi membangun generasi yang sehat secara mental dan kuat secara spiritual.

**Kata kunci:** lingkungan sosial, psikologi Islam, kontrol diri, kepribadian, kesejahteraan mental

### **PENDAHULUAN**

Manusia sebagai makhluk sosial tidak dapat hidup sendiri dan selalu memerlukan interaksi dengan lingkungannya. Lingkungan sosial memainkan peran sentral dalam membentuk kepribadian, pola pikir, serta perkembangan psikologis seseorang, baik sejak

masa anak-anak hingga remaja. Dalam perspektif psikologi Islam, pembentukan kepribadian dan kontrol diri individu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh kekuatan eksternal yang berasal dari lingkungan sosial seperti keluarga, teman sebaya, masyarakat, dan institusi pendidikan.

Lingkungan sosial keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama bagi individu dalam menerima pendidikan dan nilai-nilai dasar kehidupan. Dalam keluarga, seorang anak pertama kali belajar mengenai norma, nilai agama, dan perilaku sosial. Orang tua sebagai pendidik kodrati berperan besar dalam membentuk karakter dan landasan moral anak. Hadis Nabi Muhammad SAW bahkan menegaskan bahwa setiap anak dilahirkan dalam keadaan fitrah, dan orang tuanyalah yang akan menjadikannya Yahudi, Nasrani, atau Majusi (Hafisah et al., 2024).

Selanjutnya, lingkungan teman sebaya berpengaruh besar dalam proses sosialisasi anak dan remaja. Pergaulan yang sehat dapat membentuk pribadi yang positif, sebaliknya interaksi dengan teman yang memiliki perilaku negatif dapat menyebabkan penyimpangan perilaku dan kemunduran psikologis (Anggraini et al., 2023). Hal ini diperparah oleh pengaruh budaya populer dan kemajuan teknologi informasi, di mana banyak remaja terpapar oleh gaya hidup yang tidak sejalan dengan nilai-nilai Islam. Oleh karena itu, penting bagi individu, khususnya generasi muda, untuk membangun kontrol diri yang kuat dalam menyikapi interaksi sosial tersebut (Asmuni, 2019).

Di sisi lain, lingkungan masyarakat juga memiliki pengaruh signifikan dalam membentuk perilaku keagamaan dan kepribadian seseorang. Masyarakat yang sarat dengan nilai-nilai Islam akan mendorong individu untuk bertindak sesuai norma agama. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang tumbuh dalam lingkungan masyarakat yang Islami cenderung memiliki kepribadian yang lebih kuat dan sikap keagamaan yang lebih baik (Hotib et al., 2022).

Relevansi lingkungan sosial terhadap perkembangan mental juga semakin tampak pada masa remaja, sebuah fase transisi kritis yang ditandai oleh pencarian identitas dan kebutuhan akan dukungan emosional. Dukungan sosial yang berasal dari keluarga, sekolah, dan teman sebaya sangat penting dalam menjaga keseimbangan emosional dan membentuk fondasi mental yang sehat bagi remaja menuju kedewasaan (Bulan et al., 2022).

Berdasarkan paparan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh lingkungan sosial terhadap perkembangan psikologi individu, khususnya dalam perspektif Islam, dengan menekankan pada pentingnya integrasi nilai-nilai keagamaan dalam membentuk karakter dan kesehatan mental generasi muda.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi pustaka (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena peneliti ingin mengeksplorasi secara mendalam bagaimana pengaruh lingkungan sosial, meliputi keluarga, teman sebaya, dan masyarakat dalam membentuk perkembangan psikologis individu dari perspektif psikologi Islam.

Sumber data dalam penelitian ini berasal dari literatur-literatur ilmiah yang relevan, seperti jurnal nasional terakreditasi, buku ilmiah, dan artikel penelitian yang telah dipublikasikan sebelumnya. Referensi utama dalam penelitian ini meliputi lima karya ilmiah yang mengkaji lingkungan sosial dalam konteks perkembangan psikologis anak, remaja, dan generasi milenial dari pendekatan Islam dan psikologi pendidikan.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menelusuri, membaca, dan menelaah isi dari dokumen ilmiah tersebut, baik dalam bentuk cetak maupun digital. Peneliti menggunakan metode dokumentasi dan analisis isi (*content analysis*) untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang berkaitan dengan pengaruh lingkungan sosial terhadap aspek psikologis seperti kontrol diri, perkembangan mental, perilaku keagamaan, dan pembentukan karakter.

Dengan pendekatan ini, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan kontribusi dalam menguatkan peran lingkungan sosial sebagai instrumen penting dalam pengembangan psikologi Islam yang holistik.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Lingkungan sosial terbukti memberikan kontribusi nyata terhadap pembentukan karakter dan psikologis individu. Berdasarkan hasil temuan dari berbagai penelitian, interaksi sosial yang terjadi di lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat, maupun dalam lingkup teman sebaya, memiliki peran yang sangat besar dalam membentuk sikap, emosi, dan perilaku seseorang, khususnya pada masa perkembangan anak dan remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Nur Hafisah et al. (2024) menekankan pentingnya peran orang tua, guru, dan teman sebaya sebagai aktor utama dalam lingkungan sosial pendidikan. Berdasarkan perspektif hadis Nabi Muhammad SAW, interaksi sosial yang positif tidak hanya mampu meningkatkan prestasi akademik siswa, tetapi juga membentuk kepribadian dan akhlak mulia. Kolaborasi yang harmonis antara pendidik, orang tua, dan teman sebaya menjadi landasan penting dalam menciptakan ekosistem pendidikan yang Islami dan berkarakter.

Hal senada juga ditemukan oleh Talita Anggraini et al. (2023), yang menyoroti peran lingkungan sosial rumah dalam perkembangan psikologis anak SD/MI. Anak-anak yang tumbuh dalam suasana rumah yang kondusif, hangat, dan terbuka menunjukkan perilaku yang lebih kreatif dan ekspresif. Sebaliknya, lingkungan rumah yang penuh tekanan dan kurang perhatian cenderung melahirkan anak-anak yang menarik diri, mudah gelisah, bahkan mengalami gangguan perilaku seperti hiperaktif. Hal ini membuktikan bahwa kondisi sosial dalam keluarga sangat menentukan stabilitas emosi dan mental anak sejak dini.

Dari sisi generasi milenial, Hadiqoh Asmuni (2019) menunjukkan bahwa kontrol diri pada remaja masa kini sangat bergantung pada kualitas lingkungannya. Keluarga yang aktif menanamkan nilai agama dan etika berperan penting dalam membentuk sikap selektif terhadap pengaruh negatif media sosial dan budaya populer. Sebaliknya, kurangnya perhatian dan pengawasan dari orang tua dapat mendorong remaja mengalami krisis identitas dan kehilangan arah dalam pergaulan, yang akhirnya berdampak pada degradasi moral dan rendahnya kesadaran diri.

Sementara itu, penelitian Ahmad Khotib et al. (2022) secara kuantitatif menunjukkan bahwa lingkungan masyarakat memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku keagamaan siswa. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa siswa yang tumbuh dalam masyarakat religius memiliki kepribadian yang lebih kuat dan partisipasi tinggi dalam kegiatan keagamaan. Temuan ini memperkuat keyakinan bahwa masyarakat sekitar dapat menjadi cerminan moral yang ditiru oleh generasi muda, sehingga norma-norma sosial yang kuat akan mendorong perilaku keagamaan yang lebih konsisten.

Tidak kalah penting, penelitian yang dilakukan oleh Yunita Embong Bulan et al. (2022) menggarisbawahi pentingnya dukungan emosional dalam lingkungan sosial terhadap kesehatan mental remaja. Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri yang

sangat rentan terhadap tekanan akademik dan sosial. Remaja yang mendapatkan dukungan dari keluarga, guru, dan teman sebaya cenderung lebih stabil secara emosi dan mampu membangun harga diri yang positif. Sebaliknya, lingkungan sosial yang penuh tuntutan dan kurang empati berisiko menyebabkan gangguan psikologis seperti stres kronis, kecemasan, bahkan depresi.

Dari keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa lingkungan sosial memainkan peran fundamental dalam membentuk struktur psikologis individu. Baik melalui pendekatan pendidikan Islam maupun analisis psikologi kontemporer, lingkungan sosial terbukti menjadi fondasi penting dalam mengarahkan perkembangan mental, perilaku, dan spiritual seseorang menuju kepribadian yang sehat dan Islami.

### **Pembahasan**

Perkembangan psikologis individu tidak pernah lepas dari konteks lingkungan sosial tempat ia tumbuh dan berinteraksi. Setiap pengalaman yang diperoleh seseorang dalam keluarga, sekolah, masyarakat, maupun dalam pergaulan sehari-hari memberikan pengaruh yang membentuk kepribadian, emosi, cara berpikir, hingga cara bersikap terhadap dunia. Lingkungan sosial tidak hanya berperan sebagai tempat individu menjalani kehidupan, tetapi juga sebagai sumber utama pembelajaran nilai, norma, dan moralitas.

Fakta-fakta yang ditemukan dalam penelitian menunjukkan bahwa lingkungan keluarga menjadi pondasi awal pembentukan kepribadian dan kontrol diri seseorang. Ketika individu dibesarkan dalam suasana keluarga yang penuh perhatian, kasih sayang, dan komunikasi terbuka, ia tumbuh dengan rasa aman dan percaya diri. Sebaliknya, kondisi keluarga yang dingin, minim perhatian, atau bahkan penuh konflik dapat menjadi pemicu munculnya gangguan psikologis, seperti kecemasan, penarikan diri, dan sikap memberontak.

Peran lingkungan sosial semakin kompleks ketika individu memasuki usia remaja, masa di mana pencarian jati diri dan kebutuhan akan penerimaan sosial meningkat tajam. Dalam masa ini, kehadiran teman sebaya dapat menjadi sumber dukungan emosional sekaligus tekanan sosial yang besar. Lingkungan pergaulan yang positif akan menumbuhkan empati, kerja sama, dan kepekaan sosial, sementara lingkungan yang permisif terhadap penyimpangan justru mendorong lahirnya perilaku negatif dan pergeseran nilai.

Tidak kalah penting, lingkungan sekolah dan masyarakat secara luas turut menjadi sarana pembentukan karakter dan stabilitas psikologis. Sekolah bukan hanya tempat untuk memperoleh ilmu pengetahuan, tetapi juga arena di mana siswa belajar disiplin, tanggung jawab, dan interaksi sosial. Masyarakat yang religius dan menjunjung tinggi norma keislaman akan mendorong individu untuk berperilaku sesuai ajaran agama, sedangkan masyarakat yang abai terhadap nilai-nilai moral dapat menjadi lahan subur bagi munculnya krisis identitas dan degradasi moral.

Dalam psikologi Islam, lingkungan sosial memiliki makna lebih dari sekadar konteks sosial eksternal. Ia merupakan bagian dari sistem pendidikan dan pembinaan jiwa. Proses *tazkiyatun nafs* tidak hanya terjadi melalui ibadah personal, tetapi juga melalui pengalaman sosial yang mendidik. Oleh karena itu, pengaruh lingkungan sosial harus dipahami sebagai bagian integral dari pembentukan insan kamil, manusia paripurna yang seimbang secara akal, hati, dan perilaku.

Dengan demikian, pembahasan ini memperkuat pemahaman bahwa kualitas lingkungan sosial sangat menentukan arah perkembangan psikologi individu. Keluarga, teman, sekolah, dan masyarakat bukan sekadar tempat interaksi, tetapi juga ruang tumbuhnya nilai-nilai kehidupan yang membentuk arah spiritual, emosional, dan sosial seseorang. Maka, menciptakan lingkungan yang mendukung, Islami, dan berorientasi pada nilai adalah langkah strategis untuk membangun generasi yang sehat secara mental dan kokoh dalam iman.

## **KESIMPULAN**

Lingkungan sosial memegang peranan penting dalam membentuk dan memengaruhi perkembangan psikologis individu. Interaksi yang terjadi dalam keluarga, sekolah, masyarakat, dan pergaulan sehari-hari terbukti memberikan dampak yang signifikan terhadap sikap, perilaku, serta kestabilan emosional seseorang, khususnya pada masa kanak-kanak dan remaja. Lingkungan yang positif, suportif, dan mengedepankan nilai-nilai keislaman mampu membentuk individu yang sehat secara mental, kuat dalam kontrol diri, serta memiliki akhlak yang baik.

Dalam perspektif psikologi Islam, lingkungan sosial bukan sekadar wadah interaksi, melainkan juga sarana pendidikan moral dan spiritual yang berperan dalam proses penyucian jiwa (*tazkiyatun nafs*). Kepribadian yang matang dan perilaku yang

sesuai dengan nilai-nilai Islam lahir dari lingkungan yang menanamkan kasih sayang, keteladanan, dan tanggung jawab.

Oleh karena itu, membangun lingkungan sosial yang religius, komunikatif, dan mendukung perkembangan psikologis secara menyeluruh adalah langkah strategis dalam mencetak generasi yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga kuat secara moral dan spiritual.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Anggraini, T., et al. (2023). Dampak lingkungan sosial terhadap perkembangan psikologi anak. *Nautical : Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(4), 216–225.
- Asmuni, H. (2019). Peran Lingkungan Sosial Terhadap Kontrol Diri Kaum Milenial Therole of Social Environment Against Millennial Self-Control. *Al-Fikrah*, 2(2), 119–134.
- Bulan, Y. E., et al. (2022). Pengaruh Lingkungan Sosial terhadap Perkembangan Mental Remaja. *TAUJIHAT: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(2), 99–115. <https://doi.org/10.21093/tj.v3i2.6481>
- Hafisah, N., et al. (2024). Pengaruh Lingkungan Sosial Dalam Pendidikan Perspektif Hadis Nabi. *DIRAYAH: Jurnal Ilmu Hadis*, 5(1), 94–110. <https://doi.org/10.62359/dirayah.v5i1.452>
- Hotib, A., et al. (2022). Pengaruh Lingkungan Masyarakat Dan Kepribadian Siswa Terhadap Perilaku Keagamaan Siswa SMP Assahaqiah Bekasi. *Almarhalah | Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1), 55–73. <https://doi.org/10.38153/almarhalah.v6i1.93>
- Nafiskha, A. R., et al. (2022). Hubungan Self Esteem Dengan Lingkungan Sosial Peserta Didik Di Sd Islam Nu Lawang. *JPMI: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 4(3), 19–28.
- Alfaridzi, M., & Kusmiyanti. (2022). Pengaruh Lingkungan Sosial terhadap Tindak Kejahatan Anak (Studi Kasus LPKA Kelas 1 Palembang). *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(1), 133–142. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/3756/3290>
- Harahap, E. (2023). Peran Lingkungan Sosial Masyarakat dalam Pembentuksn Karakter Belajar Peserta Didik di MIN 2 Padangsidimpuan. *Dirasatul Ibtidaiyah*, 3(1), 46–58. <http://jurnal.iain-padangsidimpuan.ac.id/index.php/IBTIDAIYAH/article/view/8414/4619>
- Mahmudah, M., et al. (2024). Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Motivasi Belajar Santri Di Pondok Pesantren Mukhtar Syafa'At Blokagung Banyuwangi.

- JKaKa: Jurnal Komunikasi Dan Konseling Islam*, 4(2), 89–98.  
<https://doi.org/10.30739/jkaka.v4i1.3211>
- Maulana, A. R., et al. (2024). Pengaruh Hasil Belajar Psikologi Islam Terhadap Etika Sosial Mahasiswa PAI FIS UNJ. *Sinar Dunia: Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 193–210. <https://doi.org/10.58192/sidu.v3i2.2178>
- Rahma, A., & Wantini. (2024). Pembentukan Perilaku Manusia dalam Perspektif Psikologi Pendidikan Islam. *Jurnal Locus: Penelitian Dan Pengabdian*, 3(8), 636–644. <https://doi.org/10.58344/locus.v3i8.3053>
- Saputra, R., et al. (2023). Pengaruh Media Sosial dan Lingkungan terhadap Berperilaku Remaja (Study Literature Review). *Jurnal Greenation Sosial Dan Politik*, 1(4), 153–164. <https://doi.org/10.38035/jgsp.v1i4.156>
- Shanthy, R. V., & Yulistina, I. (2024). Peran Lingkungan dalam Meningkatkan Moral Beragama Masyarakat Tanjung Jabung Timur. *BESTARI: Jurnal Pengabdian ...*, 20(10), 9–19. <https://doi.org/10.11791/bestari.v99i1.paperID>
- Talib, et al. (2017). PENGARUH LINGKUNGAN SOSIAL TERHADAP PENGHAYATAN AKHLAK PELAJAR POLITEKNIK BANTING SELANGOR DAN KOLEJ KOMUNITI KUALA LANGAT, MALAYSIA. *Sosial Budaya*, 14(2), 119–128.
- Zahroh, S., & Na'imah, N. (2020). Peran Lingkungan Sosial terhadap Pembentukan Karakter Anak Usia Dini di Jogja Green School. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo : Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini*, 7(1), 1–9. <https://doi.org/10.21107/pgpaustrunojoyo.v7i1.6293>