

**MOTIF DEKONVERSI AGAMA ANGGOTA FORUM
R/EXMUSLIM DI PLATFORM REDDIT DALAM PERSPEKTIF
RELIGIOUS TRAUMA SYNDROME**



Oleh:
Fuad Hizbillah Fathoni
NIM: 23205022002

TESIS

Diajukan kepada Program Studi Magister (S2) Studi Agama-Agama
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Magister Agama

Yogyakarta
2026

HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN PEMIKIRAN ISLAM
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 512156 Fax. (0274) 512156 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1462/Un.02/DU/PP.00.9/08/2026

Tugas Akhir dengan judul : Motif Dekonversi Agama Anggota Forum r/exmuslim di Platform Reddit dalam Perspektif Religious Trauma Syndrome

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : FUAD HIZBILLAH FATHONI, S.Ag
Nomor Induk Mahasiswa : 23205022002
Telah diujikan pada : Selasa, 18 Agustus 2026
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Valid ID: 6a84433c37bd0

Ketua Sidang

Dr. Munawar Ahmad, S.S. M.Si.
SIGNED



Valid ID: 6a85b0cb84ace

Penguji I

Erham Budi Wiranto, S.Th.I., M.A.
SIGNED



Valid ID: 6a867dc85e9db

Penguji II

Dr. Masroer, S. Ag. M. Si.
SIGNED



Valid ID: 6a86eff729823

Yogyakarta, 18 Agustus 2026
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Prof. Dr. H. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum.
SIGNED

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fuad Hizbillah Fathoni, S.Ag.
NIM : 23205022002
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Studi Agama-Agama
Konsentrasi : Studi Agama dan Resolusi Konflik

menyatakan bahwa naskah **tesis** ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah **tesis** ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 24 Agustus 2026

Saya yang menyatakan,



Fuad Hizbillah Fathoni, S.Ag.
NIM: 23205022002

PENYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fuad Hizbillah Fathoni, S.Ag.
NIM : 23205022002
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Studi Agama-Agama
Konsentrasi : Studi Agama dan Resolusi Konflik

menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika di kemudian hari terbukti bahwa terdapat plagiasi di dalam naskah tesis ini, maka saya siap ditindak sesuai dengan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 24 Agustus 2020

Saya yang menyatakan,



Fuad Hizbillah Fathoni, S.Ag.
NIM: 23205022002

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.

Ketua Program Studi Magister (S2)
Studi Agama-Agama
Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran
Islam
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu'alaikum wr. wb.

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**MOTIF DEKONVERSI AGAMA ANGGOTA FORUM R/EXMUSLIM DI
PLATFORM REDDIT DALAM PERSPEKTIF RELIGIOUS TRAUMA
SYNDROME**

Yang ditulis oleh :

Nama : Fuad Hizbillah Fathoni, S.Ag.
NIM : 23205022002
Fakultas : Ushuluddin dan Pemikiran Islam
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Studi Agama-Agama
Konsentrasi : Studi Agama dan Resolusi Konflik

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Studi Magister (S2) Studi Agama-Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Magister Agama.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta, 10 Agustus 2026
Pembimbing,



Dr. Munawar Ahmad, S.S., M.Si.
NIP:19691017 200212 1001

MOTTO

“Jika Allah menolong kamu, maka tidak ada yang dapat mengalahkanmu”

(QS. Ali ‘Imran/3 : 160)



ABSTRAK

Agama merupakan salah satu unsur terpenting dalam kehidupan manusia. Namun, dalam pengalaman sebagian orang, agama tidak selalu berjalan sebagaimana fungsi idealnya, sebab agama yang semestinya menjadi sumber ketenangan justru berbalik menjadi sumber tekanan. Tekanan tersebut muncul dari berbagai aspek, dan akumulasinya dapat menimbulkan trauma keagamaan hingga berujung pada keputusan meninggalkan agama. Namun, dekonversi dari agama Islam memiliki konsekuensi berat, yang membuat banyak mantan Muslim mengekspresikan pengalaman dekonversinya dalam ruang digital secara anonim, karena terdapat jaminan privasi yang terjaga. Penelitian ini berupaya mengkaji motif dekonversi agama anggota forum r/exmuslim yang berlatarbelakang trauma keagamaan, melalui pertanyaan, bagaimana arsitektur trauma keagamaan yang dialami dan bagaimana nalar *value rational action* bekerja dibalik dekonversi tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis wacana kritis, dengan indikator *Religious Trauma Syndrome* sebagai alat pemetaan fakta trauma, sementara *value-rational action* Max Weber digunakan sebagai kerangka analisis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa trauma keagamaan yang dinarasikan oleh anggota forum r/exmuslim berpangkal pada praktik keagamaan yang mengekang dan diperkuat oleh ajaran yang menimbulkan rasa takut. Tekanan tersebut juga disertai dengan konsekuensi berat yang bekerja dalam dua arah, yaitu konsekuensi atas ketidakpatuhan terhadap aturan keagamaan, serta konsekuensi sosial maupun personal yang harus dihadapi setelah melakukan dekonversi. Akumulasi tekanan tersebut membentuk berbagai beban moral dan pengalaman negatif, baik secara psikis, sosial, hingga fisik. Keseluruhan pengalaman tersebut terikat oleh jejak teks keagamaan, sehingga pengalaman yang terbentuk disebabkan karena adanya relasi kuasa keagamaan yang bekerja melalui wacana keagamaan. Pengalaman tersebut mendorong pemaknaan ulang terhadap agama, yakni agama yang semula dipahami sebagai pedoman hidup, kemudian dimaknai ulang sebagai sesuatu yang merusak. Dari kondisi tersebut, muncul orientasi pada nilai-nilai sebagai jawaban atas nilai keagamaan yang dipandang sebagai sumber tekanan sehingga menyebabkan trauma. Nilai tersebut diyakini benar dan mengikat, sehingga untuk merealisasikannya, tindakan dekonversi perlu ditempuh, meski sadar akan konsekuensi yang menyertai tindakan tersebut.

Kata Kunci: *value-rational action*, dekonversi agama, trauma keagamaan.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Tesis yang telah selesai ini dengan tulus saya persembahkan untuk:

1. Orang tua saya Bpk. Ir. Mashudi Arif dan Ibu Nuning Sulastri, yang selalu mendukung, menasihati, sekaligus menjadi contoh yang baik bagi saya. Terima kasih atas setiap doa, kasih sayang, pengorbanan dan dukungan yang tidak pernah berhenti. Terima kasih telah menjadi tempat saya kembali, bahkan ketika perjalanan terasa berat. Semoga pencapaian sederhana ini dapat menjadi salah satu bentuk bakti bagi kebahagiaan Ayah dan Ibu.
2. Keenam adik saya, yang telah menjadi bagian dari perjalanan panjang ini. Kalian adalah salah satu alasan untuk terus melangkah dan menyelesaikan apa yang telah dimulai. Semoga pencapaian ini menjadi pengingat bahwa setiap proses, kerja keras, dan kesabaran pada akhirnya akan membuahkan hasil.
3. Dosen pembimbing saya Bpk. Dr. Munawar Ahmad, S.S., M.Si., atas ilmu, bimbingan, arahan, kesabaran, dan waktu yang telah diberikan selama proses dalam menyusun tesis ini. Setiap kritik, masukan, dan nasihat yang diberikan menjadi bagian penting dalam perjalanan akademik saya. Semoga segala ilmu dan kebaikan yang telah diberikan menjadi amal jariyah dan mendapat balasan yang terbaik dari Allah SWT.

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat , nikmat dan kasih sayang-Nya sehingga tesis ini dapat diselesaikan dengan baik. Sholawat serta sala semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah menjadi teladan bagi seluruh umat manusia. Semoga kita semua mendapatkan syafaat beliau di akhirat kelak, Aamiin.

Tesis ini peneliti ajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Agama pada program studi, Studi Agama-Agama dengan konsentrasi Studi Agama dan Resolusi Konflik, Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam penulisan tesis ini, peneliti menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan doa, dukungan, dan bantuan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Noorhaidi Hasan, M.A., M.Phil., P.h.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Robby Habiba Abror, S.Ag., M.Hum., selaku Rektor Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Dr. Dian Nur Anna, S.Ag., M.A., selaku Ketua Program Studi Magister Studi Agama-Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Seluruh dosen dan petugas Magister Studi Agama-Agama Fakultas Ushuluddin dan Pemikiran Islam Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama proses pembelajaran dan memudahkan peneliti dalam hal-hal yang berkaitan dengan administrasi kampus.
5. Seluruh teman-teman Magister Studi Agama-Agama, Gus Ya'la Ali Jogja Hip-hop Fondation, Pak Irsyad Wahidi Talang Mamak, Pak Arif Warmindoemak, Bang Alpahmi Huseini Vokalis, Bang Zainul Kamar, Ustadzah Annisa Dardiri, Dr. Irfa Nadhifa, Bu Guru Amalia Cahya, Kak Anisa Zayn, Ibu Purni Utami Bq, dan Kak Amalia Sofia, yang telah menjadi teman diskusi dan berbagi pengalaman selama perkuliahan.
6. Seluruh pihak yang membantu dalam penyelesaian tesis ini, semoga diberikan kemudahan dalam segala urusan.

Yogyakarta, 10 Agustus 2026

Saya yang menyatakan,

Fuad Hizbillah Fathoni, S.Ag.

NIM: 23205022002

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
PENYATAAN BEBAS PLAGIASI	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
ABSTRAK	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	8
D. Kajian Pustaka.....	9
E. Kerangka Teori.....	15
F. Metode Penelitian.....	20
G. Sistematika Pembahasan	26
BAB II TINJAUAN UMUM FORUM R/EXMUSLIM DI PLATFORM REDDIT	28
A. Komunitas Virtual sebagai Ruang Aman dalam Menghadapi Konsekuensi Sosial Dekonversi.....	28
B. Platform Digital Reddit.....	32
C. Subreddit Forum r/exmuslim	34
D. Seri Megathread “Why We Left Islam”	37
BAB III ARSITEKTUR TRAUMA KEAGAMAAN ANGGOTA FORUM R/EXMUSLIM	40

A. Fakta Traumatis dalam Pengalaman Keberagamaan Anggota Forum r/exmuslim.....	41
B. Arsitektur Trauma Keagamaan Anggota Forum r/exmuslim.....	86
C. Batas Identifikasi Trauma Keagamaan dalam Narasi Digital	100
BAB IV MOTIF DEKONVERSI AGAMA ANGGOTA FORUM R/EXMUSLIM DI REDDIT.....	103
A. Klasifikasi Motif Dekonversi Anggota Forum r/exmuslim berdasarkan Tipe Ideal Tindakan Sosial.....	104
B. Nalar <i>Value-Rational Action</i> dalam Dekonversi Agama Anggota Forum r/exmuslim.....	110
C. Keterbatasan Kerangka <i>Value-Rational Action</i> Max Weber	123
BAB V PENUTUP.....	130
A. Kesimpulan	130
B. Saran.....	132
DAFTAR PUSTAKA.....	134
LAMPIRAN.....	136
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	164

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Latar Belakang Narator, 86-87

Tabel 2. Faktor dan Gejala Trauma Keagamaan, 88-91.

Tabel 3. Jejak Teks Keagamaan dalam Bentuk Kutipan Tersembunyi, 94-95.

Tabel 4. Abjeksi Dalam Narasi Dekonversi, 96-98.

Tabel 5. Hasil Pemetaan Indikator Traumatis, 136.

Tabel 6. Sebaran Jumlah Indikator Traumatis yang Terpenuhi, 136.

Tabel 7. Koding Indikator pada Seluruh Narasi, 137-142.



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Agama merupakan bagian yang nyaris tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Bukan hanya sebagai urusan ritual atau sistem kepercayaan, agama juga sebagai cara manusia untuk memahami dirinya sendiri, memaknai kehidupan, dan membangun ikatan dengan sesama. Dalam kajian Sosiologi Agama, persoalan agama bukan sekedar urusan pribadi antara manusia dan Tuhannya. Agama adalah fakta sosial yang hidup dan bekerja di tengah masyarakat, membentuk nilai, norma, serta cara pandang kolektif suatu individu maupun komunitas.¹ Sementara itu, dalam kajian Psikologi Agama dijelaskan bahwa agama juga memenuhi kebutuhan psikologis mendasar manusia yang mencakup pembentukan makna hidup, identitas diri, serta kesejahteraan emosional yang tidak dapat dipisahkan dari kepribadian seseorang.² Itulah mengapa agama merupakan elemen yang sangat penting bagi keberlangsungan hidup manusia.

Namun pada faktanya, kenyataan di lapangan tidak selalu sejalan dengan fungsi ideal agama itu sendiri. Agama justru kerap hadir sebagai sumber tekanan yang cenderung memberatkan. Tekanan tersebut muncul dari berbagai macam arah, mulai

¹ Laode Monto Bauto, "Perspektif Agama dan Kebudayaan dalam Kehidupan Masyarakat Indonesia (Suatu Tinjauan Sosiologi Agama)," *Jurnal Pendidikan Ilmu Sosial* 23, no. 2 (2016), 14, diakses Juni 2026, <https://doi.org/10.17509/jpis.v23i2.1616>.

² Robert A. Emmons dan Raymond F. Paloutzian, "The Psychology of Religion," *Annual Review of Psychology* 54, no. 1 (2003), 392-394, diakses 26 Juni 2026, <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145024>.

dari indoktrinasi berbasis ketakutan yang menanamkan kecemasan sejak kecil, hukuman fisik atas nama keagamaan, hingga kekerasan seksual yang terjadi di balik tembok institusi yang dianggap suci. Dalam banyak kasus, tekanan-tekanan tersebut lebih sering bersumber dari ajaran yang diinterpretasikan dan ditegakkan secara otoriter, bukan dari doktrin agama itu sendiri.³ Salah satu bukti nyata dari penyalahgunaan otoritas keagamaan yaitu maraknya kekerasan seksual di lingkungan pesantren di Indonesia, di mana Komnas Perempuan mencatat bahwa pesantren menempati urutan kedua dalam kasus kekerasan seksual di lingkungan pendidikan. Pola ini berulang dan sering kali sulit dilawan karena pelakunya adalah figur otoritas keagamaan yang dianggap sakral, sehingga luka yang ditinggalkan bukan hanya fisik tetapi juga luka psikologis yang mendalam.⁴

Hal yang sering luput dari perhatian adalah bahwa adanya tekanan yang dialami oleh banyak individu dalam lingkungan keagamaan, sebenarnya tidak muncul secara tiba-tiba. Tekanan itu sudah terakumulasi sedari lama dan terbentuk melalui pengalaman-pengalaman keagamaan yang dirasa mengekang, menakutkan, dan menimbulkan konflik batin yang berkepanjangan. Akumulasi tekanan inilah yang pada akhirnya berkembang menjadi trauma mendalam yang dikenal dengan istilah *Religious*

³ Muammar Iqbal Ma'rief dan Relung Fajar Sukmawati, "Religious Trauma Syndrome (RTS): Examining the Origins of Trauma in Religious Practice and Pathways to Recovery," *Abrahamic Religions: Jurnal Studi Agama-Agama* 5, no. 2 (2025), 145, diakses 5 Juli 2026, <https://doi.org/10.22373/arj.v5i2.31759>.

⁴ Komnas Perempuan, *Siaran Pers Komnas Perempuan: Memastikan Ketidakberulangan Kekerasan Seksual di Lembaga Pendidikan Pesantren* (Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan, 2024), 2, diakses 5 Juli 2026, <https://komnasperempuan.go.id/>.

Trauma Syndrome. Sindrom trauma agama merupakan kondisi psikologis yang muncul sebagai akibat dari lingkungan religius yang mengekang, indoktrinasi keagamaan yang otoriter, rasa takut berlebih akan dosa dan hukuman Ilahi, kontrol komunitas yang ketat, serta konflik antara nilai personal dan tuntutan agama.⁵ Dari pengalaman trauma itulah kemudian muncul berbagai tindakan yang dapat mengarah hingga kepada tindakan meninggalkan agama. Tindakan tersebut tidak muncul begitu saja, melainkan mengandung makna, orientasi dan tujuan tertentu sebagai refleksi atas trauma keagamaan yang dialaminya

Proses meninggalkan agama tersebut dalam kajian ilmiah dikenal dengan istilah dekonversi agama, yaitu perubahan biografis dengan dinamika yang hampir serupa layaknya konversi agama, namun bergerak ke arah yang berlawanan. Berbeda dengan konversi agama yang merupakan perpindahan seseorang dari satu keyakinan ke keyakinan lain, dekonversi agama merupakan proses seseorang meninggalkan dan melepaskan keyakinan, praktik keagamaan, moralitas, dan afiliasi dari komunitas keagamaannya yang dapat mengarah ke ateisme, agnostisisme, atau status tidak berafiliasi terhadap agama.⁶ dekonversi agama bukan hanya sekedar tindakan meninggalkan agama, melainkan berlangsung sebagai proses yang bertahap melalui pengalaman, refleksi, keraguan, serta konflik yang dirasakan individu sejak saat masih

⁵ Marlene Winell, "Religious Trauma Syndrome: It's Time To Recognise It," *Cognitive Behaviour Therapist Today* 39, no. 2 (2011), 17.

⁶ Heinz Streib dan Barbara Keller, "The Variety of Deconversion Experiences: Contours of a Concept in Respect to Empirical Research," *Archive for the Psychology of Religion* 26, no. 1 (2004), 181, diakses 5 Juli 2026, <https://doi.org/10.1163/0084672053598030>.

dalam lingkungan keagamaannya. Oleh karena itu, dekonversi agama lebih menekankan pada aspek psikologis serta pengalaman subjektif individu yang mengalaminya.⁷

Dekonversi agama saat ini merupakan fenomena sosial yang cukup luas dan terjadi di banyak tempat. Dalam studi komparatif terbaru tahun 2025 yang mencakup 36 negara di berbagai kawasan dunia, ditemukan sekitar 20% atau lebih populasi dewasa telah meninggalkan agama yang mereka anut sejak kecil dan sebagian besar dari mereka memilih untuk tidak berafiliasi terhadap agama.⁸ Temuan ini menegaskan bahwa dekonversi agama bukan lagi anomali semata, melainkan sebuah realitas sosial yang perlu dipahami secara mendalam. Dalam konteks Islam secara spesifik, dekonversi agama membawa konsekuensi yang jauh lebih berat dibandingkan kebanyakan agama lain. Berdasarkan dokumen yang disampaikan oleh *Jubilee Campaign* kepada PBB tahun 2022, setengah dari 49 negara dengan penduduk mayoritas Muslim di dunia mengkriminalisasi tindakan meninggalkan agama dengan bentuk sanksi yang beragam, mulai dari denda, hukuman penjara, hingga dalam beberapa kasus tertentu hukumannya jauh lebih berat.⁹ Bahkan di negara-negara yang

⁷ Heinz Streib, "Leaving Religion: Deconversion," *Current Opinion in Psychology* 40 (Agustus 2021), 139, diakses 5 Juli 2026, <https://doi.org/10.1016/j.copsy.2020.09.007>.

⁸ Pew Research Center, *Around the World, Many People Are Leaving Their Childhood Religions* (Pew Research Center, 2025), 3, diakses 23 Juni 2026, <https://www.pewresearch.org/religion/2025/03/26/around-the-world-many-people-are-leaving-their-childhood-religions/>.

⁹ Jubilee Campaign, *The Death Penalty for Apostasy & Blasphemy* (United Nations Office of the High Commissioner for Human Rights, 2022), 2, diakses 12 Juli 2026, <https://www.ohchr.org/sites/default/files/2022-05/jubilee-campaign-reply-dp.pdf>.

tidak mengkriminalisasi tindakan meninggalkan agama secara formal, tekanan dari keluarga maupun lingkungan sosial tetap menjadi beban berat terhadap individu yang mengalami dekonversi agama. Kondisi inilah yang memaksakan seorang Muslim yang telah meninggalkan agama Islam terpaksa menyembunyikan identitasnya dan mencari ruang aman untuk mengekspresikan pengalaman keagamaan mereka, termasuk pengalaman trauma keagamaan.

Dalam situasi di mana mengungkapkan identitas sebagai mantan Muslim dan mengekspresikan pengalaman trauma keagamaan secara terbuka membawa risiko sosial yang cukup besar, internet kemudian menjadi ruang alternatif yang sangat penting bagi banyak individu. Perkembangan media sosial dalam dunia digital telah menghadirkan ruang-ruang baru bagi ekspresi keberagamaan, termasuk bagi mereka yang berada di luar arus utama masyarakat.¹⁰ Adanya media daring ini, mampu memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perilaku keberagamaan seseorang, karena memberikan akses yang lebih luas terhadap berbagai perspektif dan informasi keagamaan yang sebelumnya sulit dijangkau.¹¹ Bagi orang-orang yang mengalami dekonversi agama khususnya mantan muslim dengan segala kompleksitasnya, ruang digital menjadi tempat yang aman untuk membentuk suatu komunitas sebagai tempat

¹⁰ M. Pabbajah dkk., "Internet of Religion: Islam and New Media Construction of Religious Movements in Indonesia," *Proceedings of the Proceedings of the 19th Annual International Conference on Islamic Studies, AICIS 2019, 1-4 October 2019, Jakarta, Indonesia* (Jakarta, Indonesia), 2020, 2, diakses 23 Juni 2026, <https://doi.org/10.4108/eai.1-10-2019.2291750>.

¹¹ Kholis Ridho dkk., "Media Online Dan Perilaku Keberagamaan Muslim Pengalaman Di Indonesia, Malaysia Dan Brunai Darussalam," *Dialog* 42, no. 1 (2020), 58, diakses 23 Juni 2026, <https://doi.org/10.47655/dialog.v42i1.320>.

mereka berbagi pengalaman, mendiskusikan keyakinan dan keraguan serta mengekspresikan identitas diri secara lebih jujur dan terbuka karena ada jaminan privasi yang terjaga, sehingga terhindar dari tekanan yang mereka khawatirkan sebagaimana di dunia nyata.

Salah satu komunitas digital mantan muslim yang aktif secara global sampai saat ini yaitu forum r/exmuslim di platform Reddit. Forum ini memiliki lebih dari 228.000 anggota terdaftar dan telah dikunjungi lebih dari 142.000 pengunjung serta 8.300 kontribusi per-minggunya. Forum ini menjadi ruang diskusi serta berbagi pengalaman bagi mereka yang pernah memeluk agama Islam.¹² Anggota forum ini berasal dari berbagai latar belakang negara dan budaya yang berbeda sehingga forum ini tidak hanya merepresentasikan konteks regional tertentu. Selain itu, Anonimitas yang ditawarkan oleh forum ini memberikan ruang yang cukup aman bagi para anggotanya untuk menyampaikan narasi secara terbuka dan mendalam, mulai dari pengalaman emosional, pengalaman trauma, pergulatan keyakinan, hingga proses dekonversi agama yang mereka lalui.

Bagi anggota forum r/exmuslim, anonimitas bukan sekedar pilihan melainkan sebuah kebutuhan, mengingat beratnya konsekuensi sosial yang menyertai tindakan dekonversi agama. Karena ketika seseorang memutuskan untuk meninggalkan agama, ia tidak hanya meninggalkan keyakinannya semata, keputusan itu sekaligus membawa

¹² Reddit Inc., *r/exMuslim Community Stats* (Reddit, 2025), diakses 23 Juni 2026, <https://www.reddit.com/r/exmuslim/>.

implikasi yang jauh lebih luas terhadap relasi dengan keluarga, komunitas keagamaan, lingkungan sosial, bahkan dalam beberapa kasus dapat berhadapan langsung dengan konsekuensi hukum. Itulah mengapa dekonversi agama tidak dapat dipahami sebagai persoalan emosional semata dan hanya sebatas mencapai tujuan yang diinginkan, karena di balik tindakan meninggalkan agama yang penuh risiko, jauh lebih dalam terdapat komitmen terhadap nilai-nilai tertentu yang ingin diwujudkan dan dipertahankan oleh seseorang. Nilai-nilai tersebut dianggap lebih mengikat dan bermakna sehingga mendorongnya untuk tetap bertindak meski konsekuensi yang menyertainya sangat berat.

Berangkat dari latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis nilai-nilai yang ingin diwujudkan dan dipertahankan sebagai motif dekonversi agama oleh anggota forum r/exmuslim di Reddit yang memiliki latar belakang trauma keagamaan melalui narasi-narasi yang disampaikan secara terbuka dalam forum tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana arsitektur trauma keagamaan yang dialami oleh anggota forum r/exmuslim?
2. Bagaimana nalar *value-rational action* bekerja di balik fakta sosial dekonversi agama?

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini merupakan arahan lebih lanjut dari rumusan masalah yang telah disebutkan sebelumnya, yakni:

1. Untuk mengetahui dan memetakan arsitektur trauma keagamaan yang dialami oleh anggota forum r/exmuslim.
2. Untuk menjelaskan bagaimana nalar *value-rational action* bekerja di balik fakta sosial dekonversi agama.

Adapun kegunaan dalam penelitian merupakan fungsi dari dilakukannya penelitian ini, berupa kegunaan teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Kegunaan penelitian secara teoritis diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam kajian tentang dekonversi agama dan trauma keagamaan, khususnya dalam konteks Islam yang masih relatif jarang dikaji karena selama ini didominasi oleh kajian berbasis Kristen barat, serta menjadi penambah wawasan bagi narator maupun pembaca. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan bagi penelitian selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan fenomena keberagamaan yang berkembang di ruang digital.
2. Kegunaan penelitian secara praktis diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada mahasiswa, akademisi serta masyarakat luas mengenai fenomena dekonversi agama pada komunitas mantan Muslim, sehingga dapat mendorong pemahaman yang mendalam dan menumbuhkan sikap yang lebih

empatik dalam merespons pengalaman keberagaman individu maupun kelompok yang kompleks.

D. Kajian Pustaka

Berdasarkan hasil penelusuran yang telah dilakukan, penelitian tentang dekonversi agama dan trauma keagamaan saat ini telah berkembang, meskipun kajian yang secara spesifik mengaitkan keduanya dalam konteks Islam dan komunitas digital sangat terbatas. Berikut merupakan penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan tema penelitian ini:

Artikel berjudul *Religious Trauma Syndrome: It's Time to Recognise It*. Yang diterbitkan dalam *CBT Today* (2011) oleh Marlene Winell. *Religious Trauma Syndrome* (RTS) diperkenalkan oleh Winell sebagai kondisi psikologis yang dialami oleh individu yang berjuang meninggalkan agama otoriter dan dogmatis, serta menghadapi dampak dari indoktrinasi keagamaan yang telah berlangsung lama. Winell menjelaskan bahwa trauma keagamaan bersifat dua lapis di antaranya; pertama, ajaran dan praktik agama yang sangat ketat dan mengekang dapat menciptakan kerusakan psikologis jangka panjang, dan kedua, proses meninggalkan komunitas keagamaan itu sendiri menambah tekanan yang sangat besar karena individu harus merekonstruksi seluruh kehidupannya. Winell mengungkapkan bahwa, gejala RTS dikelompokkan ke dalam empat kategori utama, yaitu kognitif yang mencakup kebingungan, disosiasi, serta kehilangan identitas diri; kedua adalah afektif yang meliputi kecemasan, depresi, rasa bersalah, dan kehilangan makna; ketiga adalah fungsional yang mencakup gangguan

tidur, makan, dan fungsi sosial; keempat adalah sosial kultural yang meliputi terputusnya relasi keluarga dan komunitas.¹³ Penelitian ini berfungsi sebagai pijakan untuk memahami kondisi trauma keagamaan.

Penelitian yang dilakukan oleh Muammar Iqbal Ma'arif dan Relung Fajar Sukmawati, dengan judul *Religious Trauma Syndrome (RTS): Examining the Origins of Trauma Religious Practice and Pathways to Recovery*, yang diterbitkan dalam *Abrahamic Religions: Jurnal Studi Agama-agama* UIN Ar-Raniry Banda Aceh (2025). Menggunakan pendekatan kualitatif berbasis studi kepustakaan, penelitian ini mencoba menelaah akar penyebab *Religious Trauma Syndrome*. Peneliti mengidentifikasi empat faktor utama di antaranya: altruisme patologis yaitu pengorbanan diri berlebihan atas nama kewajiban agama, pelecehan atau penyalahgunaan spiritual oleh otoritas keagamaan melalui kontrol dan manipulasi, dogmatisme berbasis ketakutan seperti ancaman neraka yang ditanamkan tanpa konteks kritis, serta tekanan dan eksklusi komunitas yang menyebabkan hilangnya jaringan relasi secara sekaligus. Penelitian ini menegaskan bahwa trauma keagamaan lebih sering bersumber dari ajaran yang diinterpretasikan dan ditegakkan secara otoriter, bukan dari doktrin agama itu sendiri.¹⁴

Artikel jurnal yang ditulis oleh Bradley R. E. Wright, dkk., dengan judul *Explaining Deconversion from Christianity: A Study Online Narratives*, yang diterbitkan dalam *Journal of Religion & Society* (2011). Artikel ini mengkaji puluhan

¹³ Winell, "Religious Trauma Syndrome: It's Time To Recognise It.", 16-18.

¹⁴ Ma'rief dan Sukmawati, "Religious Trauma Syndrome (RTS).", 145-156.

narasi tertulis yang diunggah oleh mantan penganut Kristen dalam sebuah komunitas daring. Narasi-narasi tersebut berisi pengalaman serta alasan anggota komunitas meninggalkan iman Kristen. Terdapat empat hal utama dalam temuan penelitian ini yang mendorong dekonversi, yaitu persoalan intelektual dan teologis, kekecewaan terhadap Tuhan, ketidakpuasan sesama umat Kristen, serta interaksi individu dengan non-Kristen. Hasil penelitian juga menunjukkan adanya *push*, yakni dorongan untuk keluar agama, lebih berpengaruh dibandingkan *pull* atau daya tarik terhadap keyakinan agama. Penelitian ini juga menemukan adanya tujuan yang hendak dicapai oleh anggota komunitas daring tersebut pasca dekonversi, terutama kebebasan personal dari rasa takut dan beban psikologis, serta keinginan untuk hidup konsisten dengan keyakinan yang dianggap benar secara intelektual dan moral.¹⁵

Artikel jurnal oleh Maria Björkmark, Malin Andtfolk, dan Linda Susanne Estman dengan judul *When Life Turns Around: Exploring Experiences of the Turning Point for Individuals Who Have Dissaffiliated from a Religious Community*, diterbitkan dalam *Journal for the Study of Spirituality* (2025). Penelitian ini menggunakan analisis konten kualitatif yang berpijak pada teori perawatan karitatif Eriksson, dengan metode wawancara mendalam terhadap 18 partisipan di Finlandia yang meninggalkan komunitas agama berbiaya tinggi (*high-cost religious group*), termasuk Saksi Yehuwa, gerakan kharismatik baru, dan Laestadianism. Penelitian ini berfokus pada titik balik

¹⁵ Bradley R. E. Wright dkk., "Explaining Deconversion from Christianity," *Journal of Religion & Society* (2011), 13.

(*turning point*) yang diorganisasi dalam tiga kategori utama. Kategori pertama adalah sebelum titik balik, yaitu hidup dengan ketakutan, rasa bersalah, merasa ditolak, kesepian dan merindukan kehidupan yang lebih baik. Kedua adalah selama titik balik, yaitu memahami tentang apa yang terjadi dalam komunitas, menghadapi rasa sakit dari disafiliasi, dan mulai menemukan kekuatan batin. Ketiga adalah titik balik, yaitu menemukan kekuatan dalam persekutuan baru, hidup dalam kebebasan, dan menemukan harapan untuk masa depan. Temuan penelitian ini mengungkapkan bahwa tujuan partisipan meninggalkan komunitas agamanya didasari oleh keinginan untuk hidup dalam kebebasan, memulihkan kondisi psikologis dan kesehatan mental yang selama ini terganggu, menemukan komunitas baru yang lebih menerima, serta membangun harapan bagi masa depan. Tujuan-tujuan tersebut baru bisa didapat setelah para partisipan melewati titik balik yang penuh dengan pengalaman yang menyakitkan.¹⁶

Penelitian oleh Lori L. Fazzino dengan judul *Leaving the Cruch Behind: Applying a Deconversion Perspective to Evangelical Exit Narratives*, diterbitkan dalam *Journal of Contemporary Religion* (2014). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis-heurmeneutis dengan mewawancarai 20 mantan penganut Kristen Evangelikal generasi post-Boomer di Amerika Serikat. Pengalaman

¹⁶ Maria Björkmark dkk., "When Life Turns around – Exploring Experiences of the Turning Point for Individuals Who Have Disaffiliated from a Religious Community," *Journal for the Study of Spirituality*, 12 Oktober 2025, 1–16, diakses 5 Juli 2026, <https://doi.org/10.1080/20440243.2025.2553183>.

partisipasi dikategorikan ke dalam tiga tahap narasi yaitu, pra-dekonversi yang ditandai oleh keraguan spiritual dan tekanan emosional akibat inkonsistensi antara ajaran agama dengan realitas sosial yang dialami, lalu dekonversi kognitif yaitu momen keputusan sadar untuk meninggalkan keyakinan, dan terakhir adalah pasca-dekonversi di mana partisipan mengalami transformasi personal melalui rangkaian aktivitas kognitif dan sosial untuk membangun pandangan dunia yang baru. Penelitian ini mengungkapkan bahwa keputusan meninggalkan komunitas agama para partisipan diarahkan pada upaya untuk melepaskan diri dari dominasi sistem keyakinan yang mengekang, membangun identitas yang autentik, serta meraih kebebasan dan rasa lega yang selama ini sulit didapat dalam komunitas agama tersebut.¹⁷

Penelitian oleh Jill Aebi-Mytting dalam tesis doktoral berjudul *A Narrative Exploration of Lived Experience of Being Born, Raised in, and Leaving a Cultic Group: The Case of the Exclusive Brethren*, Middlesex University dan Metanoia Institute (2017). Penelitian ini mengkaji pengalaman hidup enam orang yang lahir, dibesarkan, dan kemudian meninggalkan kelompok Exclusive Brethren, yaitu sebuah komunitas Kristen fundamentalis yang sangat tertutup. Penelitian ini menggunakan pendekatan *social constructionism* dengan metode *narrative inquiry*, dan berpijak pada tiga kerangka teori yaitu, keterikatan keluarga (*family enmeshment*), keterikatan yang tidak terorganisir (*disorganized attachment*), dan teori identitas. Temuan penelitian ini

¹⁷ Lori L. Fazzino, "Leaving the Church Behind: Applying a Deconversion Perspective to Evangelical Exit Narratives," *Journal of Contemporary Religion* 29, no. 2 (2014): 249-66, diakses 5 Juli 2026, <https://doi.org/10.1080/13537903.2014.903664>.

menunjukkan bahwa proses meninggalkan kelompok kultural tidak hanya melibatkan perubahan keyakinan tetapi juga rekonstruksi identitas yang mendasar. Proses ini sering dipicu oleh momen *epifani*, yaitu kesadaran yang memaksa individu untuk mendefinisikan ulang siapa diri mereka sesungguhnya di luar kepercayaan yang selama ini membentuk mereka. Dalam penelitian ini dijelaskan bahwa keterikatan keluarga yang tidak sehat dalam kelompok kultural memiliki kontribusi signifikan pada hambatan psikologis untuk keluar dari komunitas tersebut. Berdasarkan pengalaman tersebut, mereka memilih untuk meninggalkan komunitas agama otoriter dengan tujuan untuk merekonstruksi identitas mereka secara mandiri dan menjadi diri mereka yang autentik di luar kepercayaan yang selama ini membentuk mereka, serta keinginan untuk melepaskan diri dari keterikatan keluarga yang tidak sehat (*family enmeshment*) yang menjadi mekanisme kontrol dalam komunitas keagamaan tersebut.¹⁸

Berdasarkan beberapa literatur penelitian terdahulu yang telah dipaparkan, menjelaskan bahwa kajian tentang trauma keagamaan dan motif dekonversi agama telah berkembang cukup signifikan. Dari sisi trauma keagamaan, ditemukan bahwa trauma keagamaan sering lahir dari cara ajaran ditegakkan secara otoriter daripada dari doktrin agama itu sendiri. Sementara itu, penelitian tentang dekonversi agama lebih dominan melihat dari sisi *motive because* atau penyebabnya, yaitu apa yang membuat seseorang meninggalkan agamanya. Dari berbagai penyebab dekonversi agama, lalu

¹⁸ Jill Aebi-Mytton, "A Narrative Exploration of the Lived Experience of Being Born, Raised in, and Leaving a Cultic Group: The Case of the Exclusive Brethren" (Doctorate in Psychotherapy by Professional Studies, Middlesex University / Metanoia Institute, 2017), 8.

muncul sebuah tujuan, seperti keinginan untuk bebas baik secara psikologis, intelektual maupun sosial yang menjadi motif yang paling konsisten muncul. Selain itu, penelitian tentang dekonversi agama juga melihat fenomena tersebut dari sisi prosesnya, yaitu sebagai proses yang berlangsung secara bertahap, mulai dari pra-dekonversi, dekonversi kognitif, dan pasca-dekonversi. Di sisi lain, proses dekonversi agama juga bisa dikaji melalui titik balik (*turning point*) yang berlangsung secara bertahap, mulai dari sebelum titik balik, masa titik balik, lalu setelah titik balik.

Dari hasil penelitian tersebut, tampak bahwa kajian tentang fenomena dekonversi agama selama ini lebih banyak melihat fenomena tersebut dari sisi penyebab yang mendorong individu keluar dari agama. Bertolak dari situlah penelitian ini berupaya untuk melihat fenomena dekonversi agama dari sudut yang berbeda, yaitu bukan apa yang mendorong keluar, melainkan nilai-nilai apa yang ingin diwujudkan di balik tindakan dekonversi tersebut, khususnya dari mantan Muslim yang memiliki latar belakang trauma keagamaan.

E. Kerangka Teori

1. Teori Tindakan Rasionalitas Nilai (Value-Rational Action) – Max Weber

Weber membangun pemikirannya tentang sosiologi dari satu pertanyaan mendasar yaitu, apa yang mendorong seseorang bertindak, dan apa makna di balik tindakan itu. Menurut Weber, sosiologi tidak cukup hanya menjelaskan pola-pola sosial yang tampak dari luar, melainkan memahami makna subjektif yang diberikan seseorang terhadap tindakannya sendiri. Cara memahami tindakan berdasarkan sudut

pandang pelakunya ini disebut Weber sebagai *verstehen* atau pemahaman interpretatif, yang kemudian menjadi landasan utama dalam keseluruhan teori tindakan sosialnya.¹⁹

Berangkat dari pendekatan *verstehen* tersebut, Weber kemudian mendefinisikan apa yang disebutnya sebagai tindakan sosial (*social action*). Tindakan sosial merupakan tindakan yang mengandung makna subjektif bagi pelakunya serta diorientasikan pada perilaku orang lain, baik perilaku yang telah terjadi, sedang berlangsung, maupun yang diperkirakan terjadi di masa mendatang. Melalui definisi ini, Weber menegaskan bahwa tidak setiap perilaku seseorang dapat dikategorikan sebagai tindakan sosial. Suatu perilaku baru dapat disebut sebagai tindakan sosial apabila pelakunya secara sadar memberikan makna pada tindakannya dan mengorientasikannya kepada pihak lain.²⁰

Untuk memahami dari arah mana makna tindakan sosial itu berasal, Weber mengembangkan klasifikasi empat tipe ideal tindakan sosial yang merupakan konstruksi analitis sebagai alat bantu untuk memahami orientasi dominan suatu tindakan, bukan gambaran yang secara persis mencerminkan realitas. Dalam kenyataannya, satu tindakan dapat mengandung beberapa tipe sekaligus, dan jarang sekali muncul dalam bentuk yang murni. Oleh karena itu, penggunaan tipe ideal dalam analisis selalu bersifat relatif yang menunjukkan kecenderungan dominan.²¹

¹⁹ Max Weber, *Economy and Society: An Outline of Interpretive Sociology*, ed. oleh Guenther Roth dan Claus Wittich (University of California Press, 1978), 4.

²⁰ Weber, *Economy and Society: An Outline of Interpretive Sociology*, 23.

²¹ Weber, *Economy and Society: An Outline of Interpretive Sociology*, 24.

Tipe pertama yang Weber uraikan adalah *traditional behaviour* atau tindakan tradisional. Tindakan ini dapat dikenali dari orientasinya yang bertumpu pada kebiasaan yang telah mengakar, sehingga dilakukan hampir secara otomatis sebagai bagian dari rutinitas, tanpa banyak mempertanyakan makna maupun tujuan dari tindakannya. Weber menegaskan bahwa tindakan tradisional sebenarnya berada sangat dekat dengan batas antara tindakan sosial yang bermakna dan sekedar perilaku yang berlangsung secara otomatis.

Tipe kedua adalah *affectual behaviour* atau tindakan afektif, yaitu tindakan yang didorong oleh keadaan emosional yang sedang dialami pelaku. Tindakan afektif ditandai oleh dominannya emosi sebagai dasar bertindak, sehingga pelaku bertindak secara spontan tanpa pertimbangan rasional mengenai tujuan maupun nilai yang ingin dicapai. Sama halnya dengan tindakan tradisional, tindakan ini juga berada pada batas antara tindakan sosial yang bermakna dan perilaku yang dilandasi luapan emosi spontan.

Tipe ketiga adalah *value-rational action* atau tindakan rasional berorientasi nilai, yaitu tindakan yang dilandasi pada keyakinan yang disadari secara penuh terhadap suatu nilai-nilai utama yang menjadi pedoman bertindak, serta diarahkan secara konsisten sesuai dengan nilai-nilai tersebut, baik berupa nilai etis, religius, estetis, maupun bentuk nilai lainnya, tanpa memperhitungkan konsekuensi dibalik tindakan tersebut.

Tindakan keempat yaitu *instrumental-rational action* atau rasionalitas instrumental, yakni tindakan yang dilakukan dengan mempertimbangkan secara rasional tujuan yang hendak dicapai, sarana yang akan digunakan, serta berbagai konsekuensi yang timbul dari tindakan tersebut. Dalam tindakan ini, pelaku memperkirakan bagaimana orang lain maupun kondisi di sekitarnya bertindak, kemudian menggunakan perkiraan tersebut sebagai dasar dalam memilih cara yang paling efektif untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkannya.

Jika melihat fenomena dekonversi agama, setidaknya dari keempat klasifikasi tipe tindakan Weber tersebut, ada dua tipe yang paling mungkin hadir yaitu tindakan afektif, mengingat dekonversi agama sering didahului oleh pengalaman emosional yang berat, dan juga *value-rational action*, mengingat keputusan itu mengandung komitmen terhadap nilai tertentu. Sebagaimana Weber menegaskan bahwa dalam satu tindakan sosial dapat mengandung lebih dari satu tipe sekaligus, namun selalu ada orientasi yang lebih dominan dari yang lain. Dalam konteks dekonversi dari Islam yang membawa konsekuensi sosial dan hukum yang sangat berat, tindakan afektif saja tidak cukup untuk menjelaskannya, disebabkan dorongan emosional sesaat tidak akan mampu mendorong seseorang untuk menanggung risiko sebesar itu dalam jangka panjang. Dekonversi agama justru lebih layak dijelaskan melalui tipe *value-rational action*, karena hanya komitmen mendalam terhadap nilai yang diyakini benar yang dapat mendorong individu untuk tetap bertindak meskipun konsekuensinya sangat berat. Itulah mengapa dalam penelitian ini, *value-rational action* dipandang sebagai

motif yang paling dominan di balik tindakan dekonversi agama anggota forum r/exMuslim. Maka, dari keempat tipe tindakan sosial tersebut, penelitian ini secara khusus menggunakan *value-rational action* sebagai kerangka analisis untuk membaca motif anggota forum r/exmuslim meninggalkan agama.

Sebagaimana yang dijelaskan oleh Weber, orientasi *value-rational action* tidak berpusat pada hasil yang hendak dicapai, melainkan pada pelaksanaan tindakan itu sendiri sebagai bentuk pengabdian terhadap nilai yang dianggap benar. Tindakan ini selalu didasari oleh tuntutan atau kewajiban yang dipandang mengikat oleh pelaku, seperti kehormatan, kesetiaan, kebebasan, maupun prinsip moral tertentu. Itulah mengapa jika dilihat dari sudut pandang *instrumental-rational action* yang memilih cara terbaik dalam mencapai tujuan, *value-rational action* tampak kurang rasional karena mengutamakan kesetiaan pada nilai daripada memperhitungkan hasil atau akibat dari tindakannya. Semakin suatu nilai dipandang sebagai suatu yang mutlak dan mengikat, semakin kecil perhatian pelaku terhadap konsekuensi praktis yang mungkin muncul.²² *Value-rational action* berlandaskan pada komitmen sadar terhadap nilai yang diyakini benar, sehingga untuk mewujudkan nilai tersebut, tindakan akan tetap dilakukan meskipun tidak menghasilkan keuntungan atau bahkan menimbulkan konsekuensi yang merugikan.

²² Weber, *Economy and Society: An Outline of Interpretive Sociology*, 26.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis wacana kritis (*critical discourse analysis*) yang dikembangkan oleh Norman Fairclough. Analisis wacana kritis dilakukan dipilih karena memungkinkan peneliti untuk tidak hanya membaca narasi sebagai teks biasa, melainkan sebagai wacana yang di dalamnya tertanam relasi kuasa, ideologi, dan konteks sosial yang membentuk cara individu mengungkapkan pengalaman dan tujuannya.²³ Dalam penelitian ini, metode tersebut digunakan untuk memahami narasi-narasi yang ditulis oleh anggota forum r/exmuslim sebagai sebuah praktik wacana yang tidak bisa dilepaskan dari kondisi sosial, tekanan komunitas, dan relasi kuasa antara individu dengan otoritas keagamaan yang pernah mereka jalani.

Analisis dilakukan melalui tiga dimensi, yaitu dimensi teks, dimensi praktik wacana, dan dimensi praktik sosial. Pada dimensi teks, analisis dilakukan dengan menemukan kata dan kalimat di dalam narasi yang menunjukkan penyebab dan gejala trauma keagamaan dengan menggunakan indikator *Religious Trauma Syndrome* sebagai alat pemetaan narasi yang mengandung perbincangan adanya trauma. Pada dimensi praktik wacana, analisis dilakukan dengan menemukan unsur teks keagamaan yang bekerja di dalam narasi, yang dibaca melalui konsep Intertekstualitas. Landasan dari

²³ Norman Fairclough, *Critical Discourse Analysis: The Critical Study of Language* (Longman, 1995), 36.

pembacaan ini adalah pandangan bahwa setiap teks terbentuk melalui penyerapan dan transformasi dari teks lain dan saling berhubungan. Sementara pada dimensi praktik sosial, analisis dilakukan dengan menemukan wacana dan kalimat yang menunjukkan abjeksi, yaitu penolakan narator terhadap hal yang sebelumnya membentuk dirinya.

2. Sumber Data

Berdasarkan panduan etika penelitian internet dari *Association of Internet Research (AoIR)* tahun 2020, konten yang tersedia secara terbuka di platform publik dapat digunakan sebagai data penelitian tanpa harus *informed consent* atau memperoleh persetujuan dari setiap individu secara langsung, selama identitas personal pengguna tidak diungkapkan.²⁴ Selain itu, anonimitas para pengunggah dapat meningkatkan validitas data karena memungkinkan mereka menyampaikan pengalaman yang bersifat sensitif secara lebih jujur dibandingkan jika diungkapkan dalam situasi nyata.²⁵ Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini memanfaatkan dua jenis sumber data, yakni sumber data primer dan sumber data sekunder yang saling berkaitan.

a) Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini berupa narasi yang mengandung perbincangan tentang adanya trauma keagamaan dan pengalaman meninggalkan

²⁴ Aline Shakti Franzke dkk., *Internet Research: Ethical Guidelines 3.0* (Association of Internet Researchers, 2020), 10, diakses 17 Juli 2026, <https://aoir.org/reports/ethics3.pdf>.

²⁵ John Suler, "The Online Disinhibition Effect," *CyberPsychology & Behavior* 7, no. 3 (2004), 1, diakses pada 17 Juli 2026, <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>.

agama yang telah dipublikasikan oleh anggota forum r/exmuslim di platform Reddit. Data tersebut diperoleh dari *Megathread* dengan judul “*Why We Left Islam*”, tepatnya *Megathread 5.0 - Megathread 7.0* yang diunggah sejak tahun 2020 hingga 2026 dan dapat diakses melalui *Resources* pada halaman utama forum r/exmuslim. Selain *Megathread* tersebut, sumber data primer juga diperoleh melalui penelusuran menggunakan kata kunci yang relevan melalui fitur pencarian internal Reddit (*Reddit Search*) dalam forum r/exmuslim, di antaranya: *left Islam* dan *religious trauma*.

b) Sumber data sekunder

Sumber data sekunder merupakan data pelengkap yang digunakan untuk mendukung, memperkuat dan memberikan konteks terhadap data yang diperoleh dari sumber primer. Sumber data sekunder dalam penelitian ini meliputi berbagai literatur yang relevan seperti buku, artikel jurnal ilmiah, hasil penelitian terdahulu, yang membahas terkait trauma keagamaan dan motif dekonversi agama. Berbagai sumber tersebut digunakan untuk menyusun landasan teori, mengembangkan tinjauan pustaka, serta membangun kerangka analisis untuk memahami dan menafsirkan data primer.

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan terhadap narasi-narasi yang diunggah oleh anggota forum r/exMuslim yang tersedia secara publik di platform Reddit dengan menggunakan dua tahapan teknik, yaitu teknik dokumentasi, dan *purposive sampling*. Teknik dokumentasi, berupa mengumpulkan narasi-narasi yang diunggah secara publik oleh anggota forum r/exmuslim Reddit, khususnya dari

tujuh seri *megathreads* dan penelusuran kata kunci yang telah ditetapkan secara relevan.

Tahap kedua adalah teknik *purposive sampling*, dari narasi-narasi yang telah didokumentasikan akan diseleksi berdasarkan kriteria data yang dibutuhkan, yaitu narasi-narasi yang secara eksplisit mengandung perbincangan trauma keagamaan dan mengungkapkan motif di balik dekonversi agama. Melalui proses ini, dipilih sekitar 8-10 narasi sebagai data utama yang akan dikaji untuk menjelaskan arsitektur trauma keagamaan yang dialami anggota forum, lalu dari narasi-narasi yang telah dikaji tersebut, akan dipilih kembali yaitu narasi yang memungkinkan dianalisis dengan teori *value-ratioball action*. Sementara narasi lainnya berfungsi sebagai pendukung untuk memperkuat konsistensi pola temuan.

3. Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui konsep intertekstualitas Julia Kristeva, yaitu dengan menemukan wacana, kata, dan kalimat yang menunjukkan abjeksi di dalam narasi. Landasan teori ini adalah pandangan bahwa setiap teks merupakan mosaik kutipan, yaitu terbentuk melalui proses penyerapan dan transformasi dari berbagai teks lain. Makna dari suatu teks tidak dapat dipahami secara terpisah, melainkan harus ditafsirkan dalam hubungan dengan teks-teks yang melatarbelakangi dan membentuknya.²⁶ Sebagaimana dalam penelitian ini, narasi

²⁶ Julia Kristeva, "Word, Dialogue and Novel," dalam *The Kristeva Reader*, ed. oleh Toril Moi (Columbia University Press, 1986), 34.

dekonversi yang dipublikasikan oleh anggota forum r/exmuslim dipahami sebagai hasil dari relasi intertekstual tersebut. Setiap dari narasi tidak hanya merefleksikan penyerapan dan transformasi terhadap teks-teks keagamaan yang sebelumnya membentuk pengalaman narator, seperti ayat Al-Qur'an, hadis, khotbah, maupun doktrin keagamaan, akan tetapi juga berinteraksi dengan narasi-narasi dekonversi lain yang berkembang.

Tahap pertama adalah melakukan perbandingan antar narasi, yakni seluruh narasi dalam korpus dibaca dan dibandingkan secara sistematis untuk mengidentifikasi narasi yang mengandung pengalaman trauma keagamaan di antara keseluruhan narasi dekonversi. Proses identifikasi tersebut didasarkan pada indikator konsep *Religious Trauma Syndrome* yang meliputi faktor penyebab trauma yang berupa ajaran yang menimbulkan ketakutan, praktik keagamaan yang bersifat mengekang, serta pengalaman meninggalkan agama yang memiliki konsekuensi berat. Selain itu, identifikasi juga mempertimbangkan gejala trauma yang muncul dalam empat ranah, berupa kognitif, afektif, fungsional, dan sosial.²⁷

Tahap kedua merupakan penelusuran terhadap kutipan-kutipan tersembunyi dalam narasi traumatis yang telah diidentifikasi pada tahap pertama.²⁸ Analisis difokuskan pada jejak teks-teks keagamaan yang diserap, diproduksi, atau ditransformasikan ke dalam narasi sebagai representasi pengalaman traumatis. Jejak

²⁷ Winell, "Religious Trauma Syndrome: It's Time To Recognise It.", 17.

²⁸ Kristeva, "Word, Dialogue and Novel.", 37.

tersebut dapat berupa, pertama adalah pengutipan ulang teks keagamaan dengan makna yang telah bergeser, misalnya ayat tentang neraka yang tidak lagi berfungsi sebagai peringatan, melainkan sebagai bukti ketakutan. Kedua adalah gema doktrin, yaitu ketika ajaran agama tidak dikutip secara langsung, tetapi hadir dalam bentuk pertanyaan atau gugatan. Ketiga, pemunculan kembali istilah atau ungkapan keagamaan dengan nuansa emosional yang berbeda. Keempat, pembalikan atau parodi makna, yakni penempatan kembali teks keagamaan dalam konteks yang menghasilkan makna berlawanan. Dalam satu narasi biasanya dapat memuat lebih dari satu bentuk kutipan tersembunyi sekaligus. Penelusuran kutipan tersembunyi ini hanya mampu menunjukkan bagaimana jejak trauma bekerja di dalam narasi.

Tahap ketiga adalah proses pemaknaan abjeksi, yaitu dari narasi-narasi traumatis yang telah diidentifikasi beserta kutipan tersembunyi yang menyertai, analisis kemudian diarahkan untuk menemukan makna emosional berupa abjeksi atau penolakan terhadap sesuatu yang sebelumnya menjadi bagian dari diri tetapi kemudian ditolak sebagai upaya membangun identitas baru. Dalam penelitian ini, abjeksi dipahami sebagai muara dari pengalaman trauma keagamaan sekaligus sebagai titik masuk untuk memahami motif dekonversi.²⁹ Makna abjeksi beserta muatan emosional yang telah terungkap selanjutnya akan dianalisis menggunakan tipologi tindakan sosial *value-rational action* sebagai kerangka utama analisis.

²⁹ Julia Kristeva, *Powers of Horror: An Essay on Abjection*, trans. oleh Leon S. Roudiez, *European Perspectives* (New York, 1982), 5.

G. Sistematika Pembahasan

Untuk menjelaskan dan menguraikan hasil penelitian, perlu disusun sistematika penulisan yang menggambarkan alur pembahasan secara keseluruhan. Sistematika penulisan tesis ini terdiri dari bagian awal, bagian utama, dan bagian akhir. Bagian utama tesis ini diuraikan dalam lima bab yang disusun sebagai berikut:

Bab I merupakan pendahuluan yang berfungsi sebagai fondasi keseluruhan penelitian. Bab ini memuat latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan dan kegunaan penelitian, tinjauan pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

Bab II menyajikan konteks komunitas virtual sebagai ruang yang aman untuk berbagi pengalaman dekonversi serta tinjauan umum objek penelitian, meliputi deskripsi Reddit dan subreddit r/exmuslim sebagai ruang digital tempat narasi diproduksi, *megathread 'Why We Left Islam'* sebagai sumber data utama, serta konteks sosial dekonversi dari Islam yang melatarbelakangi terbentuknya narasi tersebut.

Bab III menyajikan hasil pemetaan dan analisis terhadap arsitektur trauma keagamaan yang dialami oleh anggota komunitas r/exmuslim di platform Reddit, melalui perbincangan dalam narasi-narasi yang dipublikasikan dalam forum tersebut secara terbuka.

Bab IV menyajikan analisis terhadap motif dominan dekonversi agama yang ter-artikulasikan dalam tiap narasi anggota komunitas r/exmuslim menggunakan kerangka *value-rational action* Max Weber, sekaligus mendiskusikan dan mengkritisi

batas-batas penjelasan teori tersebut ketika dihadapkan pada kompleksitas tindakan yang ditemukan dalam data.

Bab V merupakan penutup yang berisi kesimpulan dari seluruh rangkaian pembahasan penelitian, serta saran akademis bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengembangkan kajian dekonversi agama, trauma keagamaan, maupun kajian tentang fenomena keagamaan dalam ruang digital. Bagian akhir tesis ini memuat daftar pustaka dan lampiran-lampiran terkait.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Arsitektur trauma keagamaan yang dialami anggota forum r/exmuslim tersusun sebagai struktur yang bertahap dan berkaitan. Fondasi utama dari struktur tersebut adalah praktik keagamaan yang bersifat mengekang yang berupa kendali penuh terhadap hampir seluruh kehidupan sehari-hari, mulai dari ibadah yang dipaksakan, cara berpakaian yang ditentukan, hingga pembatasan terhadap relasi sosial. Pengekangan tersebut kemudian diperkuat oleh ajaran yang menumbuhkan rasa takut mengenai hukuman Ilahi yang menanti setelah kematian, sehingga membuat keraguan terhadapnya sulit untuk diungkapkan dan cenderung dipendam secara pribadi. Di sisi lain, fondasi tersebut juga ditopang oleh konsekuensi berat yang bekerja dalam dua arah sekaligus, yakni sebagai hukuman atas ketidakpatuhan terhadap aturan keagamaan dan sebagai risiko yang dihadapi akibat dari meninggalkan agama.

Dari fondasi tersebut kemudian tersusun berbagai gejala yang berkembang secara bertingkat. Tahap awal ditandai dengan munculnya keraguan terhadap kebenaran ajaran agama. Namun, karena rasa takut yang telah ditanamkan oleh ajaran tersebut, keraguan tersebut tidak dapat disampaikan secara terbuka dan pada akhirnya berkembang menjadi rasa takut, rasa bersalah, serta rasa sedih yang berlangsung dalam waktu lama, dan ini merupakan tahap kedua. Tahap ketiga, ketika perasaan-perasaan tersebut tidak dapat diekspresikan dan selalu dipendam, relasi dengan keluarga dan

lingkungan sosialnya perlahan mengalami kerenggangan. Pada tahap keempat, akumulasi dari gejala tersebut dapat berkembang hingga mengganggu kemampuan untuk menjalankan aktivitas kehidupan sehari-hari.

Seluruh unsur dalam struktur tersebut terikat oleh jejak teks keagamaan yang bekerja di dalamnya. Jejak tersebut menunjukkan bahwa pengekangan, ketakutan dan konsekuensi berat tersebut berlangsung di dalam relasi kuasa keagamaan, sehingga pengalaman yang terbentuk dapat dipahami sebagai trauma keagamaan. Titik akhir dari struktur tersebut, yakni ketika ajaran yang dahulu membentuk identitas diri, membangun cara berpikir, dan menjadi pedoman hidup dimaknai kembali sebagai sesuatu yang merusak diri dan karena itu harus disingkirkan. Namun, proses tersebut tidak pernah sepenuhnya selesai. Meski ajaran keagamaan dapat ditinggalkan melalui tindakan nyata, perasaan yang terbentuk melalui ajaran tersebut tetap membekas.

Dari proses tersebut dapat dipahami bahwa yang dipersoalkan bukanlah pengekangan atau kekerasan yang dilakukan oleh otoritas keagamaan yang menyebabkan trauma, melainkan ajaran keagamaan yang menjadi dasar atas tindakan tersebut. Dari titik ini kemudian muncul keyakinan terhadap suatu nilai yang diyakini benar, yang terbentuk akibat ketidakselarasan dengan nilai atau ajaran agama yang sebelumnya dianut. Dalam Narasi 05, Ajaran keagamaan yang membenarkan kekerasan telah merendahkan dan menjatuhkan martabat narator sebagai manusia, sehingga yang diperjuangkan adalah nilai spiritual dalam bentuk *human dignity*

(martabat diri), yakni bahwa sebagai manusia setiap orang berhak untuk dihargai dan dihormati. Sementara pada Narasi 09, Ajaran keagamaan yang dipaksakan kepada narator telah mengambil alih kewenangan dalam menentukan kehidupannya sendiri, sehingga nilai yang diperjuangkan adalah nilai spiritual dalam bentuk otonomi diri, yakni setiap orang berhak menentukan jalan hidupnya sesuai dengan kehendaknya sendiri. Komitmen terhadap nilai tersebut, pada akhirnya membuat tindakan dekonversi tetap ditempuh, sekalipun risiko yang menyertainya telah disadari.

B. Saran

1. Saran Akademis

Kajian mengenai trauma keagamaan perlu terus dikembangkan sebagai ruang refleksi bagi kehidupan beragama, agar cara ajaran keagamaan disampaikan dan dijalankan dapat ditinjau secara lebih obyektif tanpa merusak kemanusiaan dan kedaulatan manusia. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam menempatkan pengalaman meninggalkan agama sebagai bagian dari kajian keberagaman, dan bukan semata-mata sebagai penyimpangan dari norma keagamaan. Di samping itu, terdapat keterbatasan yang perlu diperhatikan pada penelitian lanjutan, karena yang menjadi objek penelitian ini adalah bagaimana pengalaman keagamaan itu dinarasikan dan dimaknai oleh para narator, bukan peristiwa yang dapat peneliti verifikasi secara langsung.

2. Saran bagi pengkaji dan Pendamping Isu Keagamaan

Pemahaman mengenai *Religious Trauma Syndrome* perlu dimiliki oleh para pendamping keagamaan sebagai upaya preventif dalam penanaman nilai agama dan pendidikan moral yang lebih kondusif, terutama agar penanaman tersebut tidak dijalankan melalui rasa takut, pemaksaan, maupun hukuman. Selain itu, pemahaman mengenai dampak buruk trauma keagamaan juga diperlukan agar pendampingan tetap dapat diberikan kepada umat yang mengalami trauma dalam kehidupan beragamanya. Hal ini menjadi penting mengingat temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa gejala trauma keagamaan yang paling merata justru berlangsung pada bagian diri yang tidak tampak dari luar, yakni pada cara berpikir dan keraguan yang dipendam bertahun-tahun, sehingga keberadaannya mudah luput dari perhatian orang-orang di sekitarnya.

DAFTAR PUSTAKA

Buku dan Artikel

- Aebi-Mytton, Jill. "A Narrative Exploration of the Lived Experience of Being Born, Raised in, and Leaving a Cultic Group: The Case of the Exclusive Brethren." Doctorate in Psychotherapy by Professional Studies, Middlesex University / Metanoia Institute, 2017.
- Björkmark, Maria, Malin Andtfolk, dan Linda Susanne Estman. "When Life Turns around – Exploring Experiences of the Turning Point for Individuals Who Have Disaffiliated from a Religious Community." *Journal for the Study of Spirituality*, 12 Oktober 2025, 1–16. <https://doi.org/10.1080/20440243.2025.2553183>.
- Fairclough, Norman. *Critical Discourse Analysis: The Critical Study of Language*. Longman, 1995.
- Fazzino, Lori L. "Leaving the Church Behind: Applying a Deconversion Perspective to Evangelical Exit Narratives." *Journal of Contemporary Religion* 29, no. 2 (2014): 249–266. <https://doi.org/10.1080/13537903.2014.903664>.
- franzke, Aline Shakti, Anja Bechmann, Michael Zimmer, dan Charles Ess. *Internet Research: Ethical Guidelines 3.0*. Association of Internet Researchers, 2020. <https://aoir.org/reports/ethics3.pdf>.
- Jubilee Campaign. *The Death Penalty for Apostasy & Blasphemy*. United Nations Office of the High Commissioner for Human Rights, 2022. <https://www.ohchr.org/sites/default/files/2022-05/jubilee-campaign-reply-dp.pdf>.
- Kristeva, Julia. *Powers of Horror: An Essay on Abjection*. Diterjemahkan oleh Leon S. Roudiez. European Perspectives. New York, 1982.
- Kristeva, Julia. "Word, Dialogue and Novel." Dalam *The Kristeva Reader*, disunting oleh Toril Moi. Columbia University Press, 1986.
- Ma'rief, Muammar Iqbal, dan Relung Fajar Sukmawati. "Religious Trauma Syndrome (RTS): Examining the Origins of Trauma in Religious Practice and Pathways to Recovery." *Abrahamic Religions: Jurnal Studi Agama-Agama* 5, no. 2 (2025): 145–156. <https://doi.org/10.22373/arj.v5i2.31759>.
- Proferes, Nicholas, Naiyan Jones, Sarah Gilbert, Casey Fiesler, dan Michael Zimmer.

“Studying Reddit: A Systematic Overview of Disciplines, Approaches, Methods, and Ethics.” *Social Media + Society* 7, no. 2 (2021): 205. <https://doi.org/10.1177/20563051211019004>.

Scheler, Max. *Formalism in Ethics and Non-Formal Ethics of Values: A New Attempt Toward the Foundation of an Ethical Personalism*. Terjemahan dari edisi Jerman kelima. Diterjemahkan oleh Manfred S. Frings dan Roger L. Funk. Northwestern University Studies in Phenomenology and Existential Philosophy. Northwestern University Press, 1973.

Suler, John. “The Online Disinhibition Effect.” *CyberPsychology & Behavior* 7, no. 3 (2004): 321–26. <https://doi.org/10.1089/1094931041291295>.

Wright, Bradley R. E., Dina Giovanelli, Emily G. Dolan, dan Mark Evan Edwards. “Explaining Deconversion from Christianity.” *Journal of Religion & Society* 13 (2011): 17.

Sumber Elektronik

Komnas Perempuan. *Siaran Pers Komnas Perempuan: Memastikan Ketidakberulangan Kekerasan Seksual di Lembaga Pendidikan Pesantren*. Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan, 2024. <https://komnasperempuan.go.id/>.

r/ex-Muslim, Reddit. “Megathread Why We Left Islam.” Megathread. 2016. https://www.reddit.com/r/exmuslim/comments/m21trj/meta_why_we_left_islam_megathread_60/.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA