



Pengalaman dan Pemaknaan Mahasiswa Psikologi dalam Menggunakan Jasa Tarot

Unique Lecyana Arraudah¹, Zain Darin Zalfaa², Dwi Hardani Oktawirawan^{3*}

^{1,2,3*}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

Email: ¹uniquelecyana@students.undip.ac.id, ²zaindarinzalfaa@students.undip.ac.id,

^{3*}oktawirawan@live.undip.ac.id

Abstrak

Penggunaan tarot saat ini tidak hanya dimaknai sebagai praktik peramalan, melainkan sebagai media refleksi diri dan pencarian makna personal. Fenomena ini menjadi menarik ketika ditemukan pada mahasiswa psikologi yang secara akademik dibekali dengan pendekatan ilmiah dan pemikiran empiris. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman subjektif mahasiswa psikologi dalam menggunakan jasa pembacaan tarot serta cara mereka memaknai praktik tersebut di tengah latar belakang akademik yang berbasis sains. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis interpretatif fenomenologis (IPA). Partisipan penelitian berjumlah tiga orang mahasiswa psikologi yang pernah menggunakan jasa pembacaan tarot. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis sesuai prosedur IPA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tarot digunakan dalam konteks permasalahan romantik dan dilema personal, serta berfungsi sebagai penguat penilaian, panduan dalam menentukan sikap, media refleksi diri, dan sumber validasi serta ketenangan emosional. Meskipun secara epistemologis berbeda dari ilmu psikologi, partisipan memaknai tarot dan ilmu psikologi sebagai dua ranah yang terpisah dan dapat berjalan berdampingan dalam pengalaman personal. Temuan ini memperkuat gagasan bahwa individu dapat mengelola lebih dari satu kerangka pemaknaan secara bersamaan demi menjaga koherensi pengalaman dan keyakinan dalam kehidupan sehari-hari. Temuan ini mengimplikasikan bahwa dalam konteks kehidupan kontemporer, mahasiswa psikologi mampu menegosiasikan pengetahuan ilmiah dengan praktik pemaknaan personal sebagai bagian dari pengelolaan pengalaman hidupnya.

Kata Kunci: Divinasi, Mahasiswa Psikologi, Refleksi Diri, Tarot.

Abstract

The contemporary utilization of tarot extends beyond its traditional role in fortune-telling, serving also as a tool for self-reflection and the pursuit of personal meaning. This phenomenon is particularly intriguing when observed among psychology students, who are academically trained in scientific methodologies and empirical reasoning. This study seeks to explore the subjective experiences of psychology students who engage with tarot reading services and to understand how they reconcile this practice with their science-based academic training. Employing a qualitative research design, the study utilizes the interpretative phenomenological analysis (IPA) method. The participants comprised three psychology students who had previously engaged with tarot reading services. Data were gathered through semi-structured interviews and analyzed following IPA procedures. The findings indicate that tarot is employed in contexts involving romantic issues and personal dilemmas, functioning as a means to reinforce evaluations, guide decision-making, facilitate self-reflection, and provide validation and emotional reassurance. Despite being epistemologically distinct from psychology, participants perceive tarot and psychology as two separate domains that can coexist within personal experience. These findings underscore the capacity of individuals to navigate multiple frameworks of meaning simultaneously, thereby maintaining coherence between experience and belief in daily life. The implications suggest that, within the context of contemporary life, psychology students are adept at negotiating scientific knowledge alongside practices of personal meaning as part of managing their life experiences.

Keywords: Divination, Psychology Student, Self-reflection, Tarot.

PENDAHULUAN

Praktik-praktik divinasi seperti pembacaan kartu tarot mengalami perubahan fungsi dan makna dalam dekade terakhir. Secara historis, tarot merupakan set kartu bergambar yang dipahami sebagai sistem simbolik yang berkembang dari praktik ramalan dan permainan di Eropa (Pollack, 2017). Seiring waktu, praktik ini tidak lagi hanya dipahami sebagai alat peramal, tetapi juga sebagai medium simbolik yang digunakan untuk memperoleh wawasan mengenai pengalaman personal (Au-Yeung, 2025). Kartu-kartu yang terpilih dipahami berkaitan dengan keadaan psikis pengguna yang kemudian diinterpretasikan dan dinarasikan oleh pembaca berdasarkan intuisi dan pengetahuannya untuk menciptakan makna (Fink, 2022). Proses pemaknaan tersebut melibatkan interaksi antara simbol pada kartu dengan pengalaman psikologis penggunaannya serta konteks kehidupan yang dialaminya, seperti dalam proses pencarian makna hidup dan krisis identitas (Nasrulloh & Bahagia, 2025; Pollack, 2017). Kemudian, makna dieksplorasi lebih dalam melalui pertanyaan-pertanyaan spesifik yang diajukan kepada pembaca tarot sehingga memungkinkan adanya interpretasi yang lebih reflektif (Fink, 2022). Perkembangan fungsi ini kian diperkuat dengan penelitian-penelitian berikutnya mengenai tarot dalam konteks psikologis. Gupta (2024) menyatakan tarot dapat dipandang sebagai salah satu sarana yang membantu individu memahami pengalaman hidup dan menghadapi kompleksitas dinamika kehidupan sehari-hari. Selain itu, Mehta (2024) melalui tinjauan sistematisnya menemukan bahwa pembacaan tarot dapat meningkatkan kesadaran diri dengan mendorong individu untuk merefleksikan emosi, pikiran, dan situasi kehidupannya sehingga memfasilitasi pemahaman yang lebih jelas mengenai dinamika personalnya sekaligus memberikan validasi emosional melalui resonansi antara interpretasi kartu dan pengalaman individu. Dalam konteks ini, tarot berfungsi bukan hanya sebagai praktik mistik, tetapi juga sebagai media untuk memahami diri dan kehidupan yang dihadapi.

Meluasnya fenomena tarot pada masyarakat umum dibuktikan melalui berbagai data empiris, diantaranya adalah survei Pew Research Center (2025) yang menemukan bahwa sekitar 30% orang dewasa di Amerika Serikat menyatakan percaya pada astrologi, kartu tarot, atau peramal guna mendapatkan *personal insight*. Temuan serupa datang dari laporan Springtide Research Institute (2021) yang menunjukkan bahwa 51% responden berusia 13-25 tahun di Amerika Serikat terlibat dalam praktik tarot atau *fortune-telling* dalam berbagai frekuensi. Angka tersebut menegaskan bahwa praktik semacamnya telah menjadi bagian dari dinamika individu dalam mencari makna dan menata ketidakpastian hidup.

Fenomena praktik tarot ini tidak hanya marak di Amerika Serikat, tetapi juga di Indonesia melalui berbagai metode. Praktik tarot dapat dilakukan dengan berbagai cara, baik secara luring maupun daring melalui media sosial (Tiananda dkk., 2022). Hal ini dapat dilihat salah satunya melalui aplikasi TikTok yang telah menjadi *platform* bagi *tarot reader* untuk membacakan hasil ramalan tarot sekaligus menjadi tempat bagi individu untuk membagikan pengalaman pribadinya saat menggunakan jasa pembacaan tarot. Bahkan, beberapa kota besar di Indonesia, seperti Surabaya dan Semarang memiliki komunitas bagi penggemar kartu tarot dengan usia yang variatif (AP, 2021; Tiananda dkk., 2022). Meskipun begitu, berbagai penemuan menunjukkan bahwa tarot cukup marak terkhususnya pada generasi Z atau mahasiswa (Al Ansori, 2026; Kamalintan & Hidayat, 2024).

Salah satu fakta yang menarik adalah adanya mahasiswa psikologi juga merupakan pengguna tarot terlepas latar belakang akademik yang dimiliki. Meskipun belum terdapat survei yang secara eksplisit menunjukkan prevalensi penggunaan tarot di kalangan mahasiswa psikologi Indonesia, penelitian terdahulu menemukan sejumlah 105 mahasiswa psikologi di Yogyakarta diketahui meyakini gejala paranormal termasuk tarot (Widyaningrum & Hastjarjo, 2020). Selain itu, ditemukan adanya narasi informal yang relevan dari sebuah ruang diskusi daring yang menunjukkan bahwa terdapat individu berlatar belakang psikologi yang menggunakan tarot sebagai sarana refleksi diri.

Ilmu tarot dan psikologi dapat dianggap sebagai dua ranah yang secara epistemologis saling bertentangan. Mahasiswa psikologi diajarkan teori-teori yang didasarkan pada penelitian yang valid, reliabel, dan sistematis. Mereka secara tidak langsung terlatih untuk dapat berpikir secara logis dan berbasis bukti. Dalam berbagai mata kuliah, mereka dibiasakan untuk menilai suatu klaim berdasarkan data objektif yang dapat diuji secara empiris. Meskipun mahasiswa psikologi juga mempelajari fenomena non-ilmiah seperti zodiak atau praktik divinasi lainnya, pembahasan tersebut ditempatkan sebagai objek kajian psikologis, bukan sebagai kebenaran ilmiah. Sementara itu, praktik tarot bersifat personal, subjektif, serta tidak memiliki dasar metodologis yang dapat diverifikasi secara ilmiah (Chandra dkk., 2025).

Permasalahan timbul ketika kepercayaan akan pseudosains, termasuk praktik divinasi, berhubungan dengan performa kognitif individu yang relatif lebih rendah (Dean dkk., 2024). Dalam tinjauan sistematis terhadap 71 penelitian tersebut, hasil temuan yang paling konsisten menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kepercayaan paranormal yang lebih tinggi berhubungan dengan gaya berpikir yang lebih intuitif,

kecenderungan bias konfirmasi dalam mengevaluasi informasi, kemampuan penalaran kondisional yang lebih lemah, dan kesulitan dalam dalam mempersepsi pola acak secara akurat. Penemuan ini menjadi krusial dengan mempertimbangkan bahwa mahasiswa psikologi dipersiapkan untuk menempuh profesi yang menuntut kemampuan berpikir kritis, mengevaluasi data secara objektif, serta mengambil keputusan berbasis pendekatan ilmiah guna memenuhi kompetensi dan akuntabilitas mereka sebagai ahli atau praktisi.

Meskipun sudah banyak penelitian mengenai dampak praktik tarot terhadap kondisi psikologis individu, penelitian terdahulu belum banyak mengkaji mengenai pengalaman penggunaan tarot secara spesifik pada mahasiswa psikologi, termasuk dinamika yang terjadi ketika pengetahuan ilmiah yang dimiliki bersinggungan dengan praktik simbolik yang bersifat subjektif dan personal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali dan mengkaji secara mendalam pengalaman serta pemaknaan mahasiswa psikologi terhadap tarot, termasuk bagaimana mereka menempatkan praktik tersebut dalam kaitannya dengan latar belakang identitas pendidikan dan tuntutan ekspektasi yang menyertainya.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan studi kualitatif fenomenologis dengan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)* dengan tujuan penelitian yaitu memahami dan menafsirkan pengalaman subjektif mahasiswa psikologi yang menggunakan jasa tarot. Fenomenologi bertujuan untuk menggali esensi dari pengalaman hidup yang dialami secara sadar oleh individu atau partisipan (Creswell & Poth, 2018). Kemudian melalui pendekatan interpretatif, makna subjektif dari pengalaman unik tiap partisipan tersebut ditafsirkan dan dieksplorasi hubungannya antar partisipan (La Kahija, 2017). Dengan demikian, tidak hanya berupaya untuk menggambarkan pengalaman mahasiswa psikologi yang menggunakan jasa tarot secara deskriptif, penelitian ini juga berusaha menelusuri bagaimana proses negosiasi ketegangan antara latar belakang akademik dengan praktik non-empiris seperti penggunaan jasa tarot.

Partisipan Penelitian

Dalam penelitian dengan pendekatan IPA yang menekankan kualitas analisis terhadap pengalaman individu, penggunaan jumlah tiga partisipan dinilai memadai untuk memungkinkan peneliti melakukan eksplorasi pengalaman secara mendalam sekaligus mengidentifikasi kesamaan dan perbedaan makna antarpartisipan (La Kahija, 2017; Smith dkk., 2009). Sehubungan atas hal tersebut, partisipan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang yaitu mahasiswa aktif Program Sarjana Psikologi Universitas X yang pernah menggunakan jasa pembacaan kartu tarot setidaknya satu kali baik secara luring maupun daring. Ketiga partisipan tersebut selanjutnya diberi inisial A, N, dan G untuk menjaga kerahasiaan identitas serta memudahkan proses analisis dan penyajian data.

Pengambilan Data

Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan wawancara semi-terstruktur. Wawancara disusun berdasarkan tujuan penelitian dan mencakup topik-topik seperti latar belakang dan motivasi partisipan dalam menggunakan jasa tarot, pengalaman emosional dan kognitif selama maupun setelah sesi tarot, refleksi pribadi terhadap hasil pembacaan tarot, serta makna yang mereka berikan terhadap pengalaman tersebut. Seluruh wawancara direkam dengan persetujuan partisipan dan ditranskrip secara verbatim untuk keperluan analisis data.

Analisis Data

Dalam pendekatan IPA, proses analisis melibatkan prinsip double hermeneutic, yakni ketika partisipan memaknai pengalaman hidupnya dan peneliti menafsirkan bagaimana partisipan memaknai pengalaman tersebut (Smith dkk., 2009). Proses analisis diawali dengan transkripsi verbatim seluruh hasil wawancara, kemudian transkrip dibaca secara berulang untuk memahami konteks pengalaman partisipan secara menyeluruh. Selanjutnya, peneliti melakukan pembacaan aktif dengan menyusun catatan eksploratif yang mencakup komentar deskriptif, linguistik, dan konseptual untuk menangkap makna pengalaman yang diungkapkan partisipan. Berdasarkan catatan tersebut, peneliti mengembangkan tema-tema emergen yang merepresentasikan pengalaman subjektif partisipan, kemudian mengelompokkan tema-tema yang memiliki keterkaitan makna ke dalam tema superordinat. Contoh proses pembentukan tema dari kutipan verbatim hingga tema superordinat dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 1.

Analisis dilakukan secara idiografis dengan menelaah setiap kasus secara mendalam sebelum melakukan perbandingan antarkasus untuk mengidentifikasi kesamaan dan perbedaan pola pengalaman antarpartisipan.

Tahap akhir analisis dilakukan melalui perbandingan lintas kasus untuk mengidentifikasi kesamaan dan perbedaan pola pengalaman antar partisipan.

Prinsip double hermeneutic dalam IPA mengharuskan peneliti menerapkan reflektivitas dengan menyadari posisi dan asumsi pribadi serta secara konsisten merujuk kembali pada narasi partisipan selama proses interpretasi agar makna yang dihasilkan tetap berakar pada pengalaman partisipan. Keabsahan data dijaga melalui penerapan prinsip *trustworthiness* dengan melakukan *member checking* kepada partisipan serta reflektivitas peneliti untuk meminimalkan bias dalam proses interpretasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan Tarot untuk Permasalahan Romantik

Terdapat pola kesamaan penggunaan tarot oleh subjek A dan N. Keduanya secara konsisten banyak berkaitan dengan permasalahan romantik yang sedang dialami. Tarot cenderung digunakan ketika subjek A berada dalam kondisi tertekan secara emosional dan merasa putus asa terhadap hubungan yang dijalani. Penggunaan tarot pada subjek A bersifat situasional dan muncul sebagai respons terhadap tekanan emosional dalam hubungan romantik atau untuk meminta gambaran perjalanan hubungan romantiknya di masa depan.

"I need tarot when I think I'm desperate about my love life." [Subjek A]

Tabel 1. Contoh proses pembentukan tema dalam analisis IPA

Verbatim	Catatan Eksploratif	Tema Emergen	Tema Superordinat
<i>"I need tarot when I think I'm desperate about my love life."</i>	menggunakan tarot untuk masalah hubungan	tarot sebagai <i>coping</i> permasalahan romantik	Penggunaan tarot untuk permasalahan romantik
"Kayak, gue lagi gak stabil, gue lagi bingung. Terus dikasih afirmasi sama tukang tarot kayak, oh ngerasa terafirmasi aja sih."	mencari afirmasi emosional	tarot sebagai sumber validasi	Fungsi tarot
"...dia kayak ngasih arah gitu loh kalo kamu tuh kurang yakin sama diri kamu..."	membantu memahami diri	tarot sebagai refleksi diri	Fungsi tarot
"Langkah kecil nih lebih murah juga daripada psikolog."	alternatif sebelum psikolog	bantuan psikologis informal	Fungsi tarot
"Gue tuh kadang ngerasa <i>guilty</i> gitu loh kalo misalkan pake tarot. Sedangkan gue tau ilmunya tuh dari psikologi tuh nggak kayak gini."	sadar tidak ilmiah	pemisahan tarot dan psikologi	Makna tarot bagi mahasiswa psikologi

Di sisi lain, tarot digunakan oleh subjek N untuk merespons kecemasan dan kecemburuan dalam hubungan, misalnya ketika subjek mempertanyakan kesetiaan pasangan. Tarot menjadi ruang bagi subjek untuk membahas dan memberikan jawaban atas kekhawatiran yang muncul dalam hubungan romantik agar dapat mereduksi kekhawatiran tersebut.

"Sebenarnya aku kalo tarot gitu lebih ke kalo misalnya aku cemburu gitu loh. Jadi aku nanyain tarotnya lebih ke kayak bener ga sih kalo dia ga selingkuh gitu?" [Subjek N]

Hasil pembacaan tarot turut membantu subjek dalam menyikapi hubungan secara lebih reflektif. Subjek A menyatakan bahwa hasil tarot membuatnya lebih menerima kondisi pasangan dan situasi hubungan yang ada. Namun, subjek A tetap menyadari bahwa pemahaman terhadap hubungan tidak sepenuhnya bergantung pada tarot, melainkan dikaitkan dengan pengalaman nyata dalam relasi, seperti perilaku dan komunikasi pasangan.

"Kalo yang keluar jelek, aku mikirnya kayak, oh ya berarti emang bener dia orangnya kayak gitu. Kalo engga, emang bener kalo ini diterusin hubungan gue jadinya begini. Jadi biar aku gak ngeyel aja gitu." [Subjek A]

“...aku akan mencoba memahami dia dan itu tuh gak serta-merta sepenuhnya dari tarot itu tapi dari a compile of his action, his words, anything about him yang aku hubungin sama tarot ini gitu.” [Subjek A]

Temuan ini menunjukkan bahwa tarot dimaknai sebagai sarana refleksi yang membantu subjek menata perasaan dan memahami dinamika hubungan romantik, tanpa menggantikan pertimbangan pribadi sepenuhnya. Di sisi lain, ditemukan perbedaan penggunaan tarot pada subjek G. Ia menggunakan tarot dengan tujuan yang lebih umum, yaitu ketika subjek mengalami krisis dan kebingungan dalam hidupnya.

“Kayaknya waktu itu lagi bingung gitu loh hidupnya mau dibawa kemana. Terus kayak akhirnya coba tarot kayak, nanti aku dimasa depan tuh kayak gimana? Dan apa yang harus aku lakuin saat ini?” [Subjek G]

Sementara itu, subjek G menunjukkan pola penggunaan yang lebih terbatas. Ia hanya menggunakan jasa pembacaan tarot satu kali, sementara selebihnya melakukan pengambilan kartu secara mandiri sebagai bentuk hiburan dan afirmasi diri.

“Tarot itu menurut gue tempat buat having fun aja sih. Bukan buat kayak hidup gue harus diatur sama tarot, apapun yang gue lakuin itu harus berdasarkan tarot. Cuma kayak yaudah itu buat having fun aja.” [Subjek G]

Meskipun ketiga subjek menunjukkan ketertarikan terhadap praktik tarot, frekuensi dan intensitas penggunaannya bervariasi. Pada subjek N dan G, penggunaan tarot cenderung bersifat jarang, situasional, dan tidak berulang secara intens. Subjek N menyatakan bahwa ia menggunakan jasa tarot sekitar empat kali dan tidak menjadikannya sebagai acuan utama dalam pengambilan keputusan. Ia menekankan bahwa hasil tarot “kadang akurat, kadang tidak”, sehingga digunakan secara selektif dan lebih sebagai sarana untuk memperoleh ketenangan dan validasi emosional ketika merasa cemas atau tidak percaya diri.

Fungsi dan Dampak Positif Penggunaan Tarot

Hasil analisis menunjukkan bahwa salah satu fungsi utama tarot bagi subjek adalah sebagai penguat terhadap penilaian dan pemikiran yang telah dimiliki sebelumnya. Subjek tidak memaknai tarot sebagai sumber informasi yang sepenuhnya baru, melainkan sebagai sarana untuk menegaskan intuisi dan gambaran awal yang sudah ada. Kesesuaian antara hasil tarot dan pemikiran awal tersebut membuat subjek merasa lebih yakin terhadap penilaiannya sendiri.

“...aku udah punya gambaran dulu. Terus ketika tarotnya keluar kayak, oh berarti kurang lebih apa yang gue pikirin, itu emang bener.” [Subjek A]

Selain sebagai penguat penilaian, tarot juga diposisikan sebagai panduan dalam menentukan sikap terhadap orang lain dan situasi yang dihadapi serta dimaknai sebagai petunjuk atau arah yang membantu subjek mengambil keputusan dalam konteks relasional.

“...tapi karena tarot told me to do that, I do that.” [Subjek A]

“Tarot for my life, maybe a little guide, untuk petunjuk...” [Subjek A]

“Itu ngebantu aku mahamin gimana dinamika hubungan aku sama orang.” [Subjek A]

Tarot juga berfungsi sebagai alat bantu refleksi yang memengaruhi sikap dan respons subjek terhadap orang lain. Pada subjek N, penggunaan tarot berkaitan erat dengan kebutuhan akan validasi emosional dan ketenangan. Tarot ia gunakan ketika merasa cemas dan kurang yakin terhadap diri sendiri. Subjek N mempersepsikan tarot sebagai suatu arahan dan validasi. Di sisi lain, subjek G juga mengalami pengalaman yang positif. Ia merasa mendapatkan afirmasi dan dorongan untuk terus melanjutkan hidup dari penggunaan tarot.

“Iya lebih ke cemas sih, lebih butuh validasi.” [Subjek N]

“...dia kayak ngasih arah gitu loh kalo kamu tuh kurang yakin sama diri kamu...” [Subjek N]

“Jadi kayak ngobrol sama diri sendiri aja sih lewat kartu-kartu itu.” [Subjek N].

“Kayak, gue lagi gak stabil, gue lagi bingung. Terus dikasih afirmasi sama tukang tarot kayak, ‘Nggak apa-apa lo emang lagi di masa krisis. Tapi lo bisa lewatinnya dengan cara lo buka kesempatan buat banyak hal’. Terus kayak, oh ngerasa terafirmasi aja sih.” [Subjek G]

Tarot diposisikan sebagai bantuan psikologis yang membantu subjek merefleksikan diri. Hal ini dibuktikan dari pernyataan kesetujuan subjek N ketika menjawab pertanyaan konfirmasi bahwa tarot merupakan media yang digunakan untuk refleksi diri oleh subjek N. Selain itu, dampak dari penggunaan tarot ini dirasakan oleh subjek N dalam bentuk peningkatan pemahaman terhadap perasaan diri.

"Paling bermakna, menurut aku sih jadi lebih terbuka sih sama perasaan aku sendiri gitu. Karena kan itu yang aku bilang, karena dia kayak ngasih arah terus aku jadi kayak, oh iya ya kayak gini ya, oh iya ya harusnya kayak gini gitu loh. Jadi aku kayak jadi lebih apa ya, paham gitu loh sama perasaan aku sendiri." [Subjek N]

Subjek N menjelaskan bahwa tarot digunakan ketika subjek membutuhkan arahan untuk memahami keadaan diri, sementara bantuan psikolog dipertimbangkan apabila permasalahan dirasa lebih serius dan butuh penanganan lebih akurat. Hal serupa terlihat pada subjek G yang menyatakan bahwa penggunaan tarot dilakukan setelah berbagai strategi *coping* dicoba terlebih dahulu, seperti dukungan teman, pasangan, atau *Artificial Intelligence* sebelum akhirnya menggunakan tarot sebagai alternatif *coping*. Selain itu, tarot juga dipersepsikan sebagai hal yang lebih mudah diakses karena biaya yang lebih terjangkau dibandingkan layanan psikolog profesional.

"Kayak lu mempertanyakan diri lu atau keadaan lu dan lu cuma butuh kayak arahan, itu menurut aku bisa pakai tarot gitu. Cuma kalau misalnya gak membantu terus lu bener-bener butuh yang hasilnya tuh akurat tuh ya ke psikolog." [Subjek N]

"Ini langkah kecil nih lebih murah juga daripada psikolog." [Subjek N]

"Gue akan lebih pilih ke yang lain dulu sih. Terus kalau misalkan yang lain tidak memberikan yang menurut gue itu memuaskan, gue akan pilihnya ke tarot." [Subjek G]

Persepsi Mahasiswa Psikologi terhadap Pemaknaan Tarot dan Ilmu Psikologi

Ketiga subjek memaknai tarot dan ilmu psikologi sebagai dua ranah yang berbeda tetapi dapat berjalan berdampingan. Hal ini terlihat menonjol pada subjek A dan N, tetapi terlihat inkonsisten dan ragu pada subjek G. Subjek A dan N tidak melihat penggunaan tarot sebagai sesuatu yang bertentangan dengan pengetahuan psikologi yang dipelajari, melainkan sebagai pengalaman yang berada pada domain yang berbeda.

"Iya dan menurutku juga dia gak mempengaruhi ilmu pengetahuan yang aku tahu dan gak mempengaruhi psikologisku in a bad way." [Subjek A]

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa keberadaan tarot tidak dirasakan mengganggu pemahaman akademik subjek sebagai mahasiswa psikologi. Subjek secara jelas membedakan dasar yang melandasi psikologi dan tarot. Subjek N dan A memaknai psikologi sebagai ilmu yang berbasis teori dan penelitian empiris, sedangkan tarot dimaknai sebagai bentuk kepercayaan atau pengalaman spiritual personal. Meskipun demikian, perbedaan ini tidak dipahami sebagai pertentangan, melainkan sebagai dua hal yang memang memiliki karakteristik dan fungsi yang berbeda menurut kedua subjek.

"Sebenarnya kan kayak kita mahasiswa psikologi itu belajar tuh kayak based on teori penelitian yang benar-benar udah terbukti gitu kan. Nah sedangkan kalau tarot kan menurut aku sih lebih ke spiritual kepercayaan kamu aja akan tarot itu kan. Jadi sebenarnya kalau dibilang bertentangan sih bukan bertentangan tapi kayak itu emang udah dua hal yang berbeda gitu loh." [Subjek N]

Lebih lanjut, subjek N menunjukkan adanya pemisahan antara peran sebagai mahasiswa psikologi dan pengalaman pribadi dalam menggunakan tarot. Tarot diposisikan sebagai sarana personal yang dapat digunakan ketika subjek membutuhkan arahan atau refleksi diri, sementara psikologi dipandang sebagai rujukan utama ketika membutuhkan bantuan yang lebih akurat dan profesional.

"...kalau lu cuma ingin mempertanyakan diri lu atau keadaan lu dan lu cuma butuh kayak arahan, itu menurut aku bisa pakai tarot. Cuma kalau misalnya, apa ya, kayak ga membantu gitu terus lu bener-bener butuh yang hasilnya tuh akurat tuh ya ke psikolog." [Subjek N]

Meskipun demikian, subjek G sebagai mahasiswa psikologi menunjukkan pengalaman yang berbeda, karena meskipun ia menyatakan dapat menoleransi keterkaitan tarot dengan psikologi timur, ia tetap merasakan perasaan bersalah dan keraguan terhadap keterkaitan tarot dengan bidang psikologi lainnya. Pernyataan ini mengindikasikan adanya ketidakkonsistenan dalam persepsi subjek G terhadap posisi tarot

dan psikologi, sekaligus menunjukkan kesadarannya bahwa tarot tidak memiliki dasar ilmiah yang setara dengan psikologi.

“Jujur janggal. Karena kayak kan psikologi kan kita punya ilmunya sendiri ya. Sebenarnya kan tarot itu abstrak banget dan enggak ada ilmunya sama sekali, dan itu enggak ada teorinya. Itu bener-bener abstrak...” [Subjek G]

“Gue tuh kadang ngerasa guilty gitu loh kalo misalkan pake tarot. Sedangkan gue tau ilmunya tuh dari psikologi tuh nggak kayak gini. Cuma kayak gue tuh tetap pake tarot tuh buat memuaskan hati gue aja. Buat afirmasi diri gue aja.” [Subjek G]

“Karena menurut gue tuh ilmu psikologi tuh nggak sebercanda itu buat disandingin sama tarot. Yang which is kan tarot tuh tentang energi dan kayak ini kalo misalkan dia mau disangkutin sama psikologi timur oke. Tapi kalo misalkan disangkutin sama psikologi lainnya tuh nggak oke banget. Karena kan kalo psikologi lain tuh ada teorinya ada gini-gininya. Sedangkan, kalo si tarot sendiri kan based on energi kadang based on zodiak kayak gitu kan.” [Subjek G]

Pembahasan

Pengalaman penggunaan tarot dalam menghadapi permasalahan dalam hidup subjek dapat dijelaskan dari penelitian terdahulu. Tarot memungkinkan terciptanya percakapan yang cenderung bersifat pribadi seperti kesulitan psikologis atau masalah relasi romantik melalui simbol-simbol yang memiliki makna tersendiri (Au-Yeung, 2025). Selain itu, pembacaan tarot yang menggunakan teknik dan pendekatan psikologis, seperti teknik *mirroring* dan *“passing and leading”* memungkinkan subjek merasa nyaman serta mudah dalam berkomunikasi dengan pembaca tarot (Gouw & Nomleni, 2025). Penemuan ini sejalan dengan pengalaman subjek A dan N yang menggunakan tarot untuk menghadapi dinamika hubungan romantisnya. Subjek A menggunakan solusi dari hasil tarot untuk menyelesaikan permasalahan dalam hubungannya, sedangkan subjek N menggunakan tarot untuk mempertanyakan kekhawatirannya akan keterlibatan perempuan lain dalam hubungannya. Ketika kekhawatiran yang dialami subjek N tidak tervalidasi oleh hasil dari tarot, subjek N mengakui bahwa ia terdorong untuk melakukan refleksi dan mengafirmasi dirinya. Di sisi lain, subjek G menggunakan tarot untuk menghadapi kecemasannya akan hidup. Tarot membantunya untuk meyakini kembali akan pilihan yang dijalannya serta peluang yang tersedia. Pengalaman ini relevan dengan penelitian serupa terhadap generasi Z yang menemukan bahwa salah satu motif penggunaan tarot adalah untuk mengurangi kecemasan dan mengatasi rasa kehilangan arah hidup (Bahagia & Nasrulloh, 2025).

Selain itu, pola penggunaan tarot pada subjek N dan G memperlihatkan bahwa ketertarikan awal terhadap tarot lebih bersifat eksploratif dan situasional. Hal ini sejalan dengan temuan Astuti dan Virgonita (2024) yang menyatakan bahwa *curiosity* tidak berpengaruh signifikan terhadap kecenderungan adiksi tarot, meskipun dapat meningkatkan keterlibatan kognitif individu terhadap praktik tersebut. Pada subjek N dan G, tarot digunakan secara terbatas sebagai sarana memperoleh ketenangan dan refleksi diri, tanpa menggeser kontrol pengambilan keputusan dari individu kepada tarot. Dengan demikian, penggunaan tarot pada kedua subjek lebih tepat dipahami sebagai bentuk *coping* emosional sementara, bukan perilaku adiktif.

Penggunaan tarot oleh subjek dalam penelitian ini dimaknai sebagai sarana refleksi diri dan pengelolaan emosi, bukan sebagai alat peramal yang mutlak. Pada subjek N, ia mengakui menjadi lebih terbuka dan memahami perasaannya setelah pembacaan tarot. Ketika subjek N mendapati bahwa kekhawatirannya tidak sesuai dengan hasil pembacaan tarot, hasil tersebut menenangkan dirinya sekaligus menjadi bahan introspeksi atau refleksi bagi subjek N. Persepsi dan pengalaman ini dapat dijelaskan melalui penelitian Au-Yeung (2025) yang menemukan bahwa interaksi antara subjek dengan simbol tarot dapat menghubungkan subjek dengan aspek-aspek jiwa yang mungkin tidak disadari sebelumnya oleh subjek. Kegunaan tarot sebagai media refleksi diri ini kemudian dapat meningkatkan *mindfulness* dan *perceived control* sehingga perannya lebih menyerupai bantuan psikologis informal daripada sumber pengambilan keputusan utama (Krow dkk., 2025). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tarot tidak digunakan sebagai prediksi literal, tetapi berguna sebagai alat bantu individu untuk memaknai peristiwa atau dinamika yang dialami subjek melalui dorongan, afirmasi, validasi, dan media refleksi yang diberikan. Tarot membantu individu memahami perasaan, mereduksi kecemasan, serta memberikan rasa kendali subjektif dalam menghadapi situasi yang tidak pasti.

Pemaknaan tarot oleh subjek sebagai mahasiswa psikologi menunjukkan adanya pemisahan yang jelas antara ranah kepercayaan dan ilmu pengetahuan. Tarot dipahami sebagai praktik simbolik yang bersifat personal, sementara psikologi diposisikan sebagai disiplin ilmiah berbasis penelitian. Pemaknaan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menemukan bahwa generasi muda dapat memaknai praktik tarot sebagai

pengalaman yang membantu secara emosional, berkaitan dengan proses refleksi dan pencarian makna diri, tanpa harus memiliki keyakinan yang kuat terhadap aspek supranatural praktik tarot (Bahagia & Nasrulloh, 2025; Brooks dkk., 2025). Kepercayaan terhadap praktik tarot ini dipengaruhi oleh mekanisme psikologis seperti *collective unconscious*, *cognitive bias*, dan kebutuhan akan makna serta kontrol. Beberapa individu mempercayai bahwa mereka dapat menggunakan tarot sebagai alat untuk mengendalikan hidup mereka secara stabil, terutama bagi individu yang merasa kurang percaya diri. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa kepercayaan terhadap tarot tidak selalu berangkat dari penolakan terhadap ilmu pengetahuan, melainkan dari kebutuhan psikologis untuk memahami diri dan menghadapi ketidakpastian (Wang, 2025).

Selain dipahami sebagai refleksi diri dan pengelolaan emosi, pengalaman subjek juga menunjukkan bahwa pemilihan tarot tidak terlepas dari pertimbangan praktis dan kebutuhan emosional yang dirasakan. Pada subjek N, tarot dipilih sebagai langkah awal ketika individu hanya membutuhkan arahan atau validasi terhadap situasi yang sedang dihadapi. Faktor aksesibilitas, khususnya biaya yang lebih terjangkau dibandingkan konsultasi psikolog profesional, turut memengaruhi pilihan tersebut. Keputusan penggunaan tarot ini dapat dipahami sebagai konflik pada level proses dalam kerangka *epistemic conflict of interest*, ketika individu memilih cara yang lebih mudah diakses untuk memperoleh arahan meskipun sumber tersebut tidak memiliki dasar ilmiah yang kuat dibanding layanan psikologis profesional (Müller, 2022).

Di sisi lain, penggunaan tarot juga berkaitan dengan kebutuhan emosional partisipan untuk memperoleh validasi dan afirmasi serta membantu memahami perasaan subjek terhadap situasi yang sedang dialami. Dalam kerangka yang sama, kondisi ini dipahami sebagai konflik pada level konten, yaitu ketika praktik tertentu dipertahankan karena memberikan manfaat psikologis bagi individu meskipun tidak sepenuhnya sejalan dengan standar epistemik (Müller, 2022). Meskipun begitu, pengalaman subjek G mengindikasikan adanya kemungkinan disonansi kognitif yang dialami dan usaha untuk mereduksinya. Hal ini terlihat dari pengakuannya yang sering merasa bersalah ketika menggunakan tarot karena tidak sejalan dengan ilmu psikologi yang dipelajarinya. Perasaan bersalah tersebut kemudian direduksi dengan cara mengesampingkan pengetahuannya ketika menggunakan tarot. Kondisi ini dapat dijelaskan dengan penelitian oleh Tezcan dan Bogatekin (2025) yang menemukan bahwa individu cenderung mengalami disonansi kognitif ketika menyadari bahwa kehidupan yang dijalani tidak sesuai dengan keyakinan yang dipercayai.

Lebih lanjut, dinamika psikologis yang terjadi dipahami sebagai hubungan tarik-menarik antara tuntutan epistemik yang dimiliki oleh subjek G sebagai mahasiswa psikologi dengan kebutuhan emosional pribadinya untuk memperoleh afirmasi melalui tarot. Dalam beberapa situasi, hal ini dapat dijelaskan sebagaimana menurut Müller (2022) bahwa individu dapat mempertahankan keyakinan atau praktik tertentu karena manfaat psikologis yang dirasakan, meskipun hal tersebut tidak sepenuhnya sejalan dengan standar pengetahuan yang dianggap lebih valid secara epistemik. Kemudian, upaya reduksi yang dilakukan subjek G diidentifikasi sebagai upaya menjaga koherensi makna, konsistensi keyakinan, serta pemahaman diri melalui pengorganisasian pengalaman dan keyakinannya agar ia tetap merasa selaras secara internal (Myers & Twenge, 2021). Dengan demikian, penggunaan tarot oleh mahasiswa psikologi dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai bagian dari pengalaman personal yang berjalan berdampingan dengan pemahaman ilmiah yang telah dimiliki.

Dalam perspektif lintas budaya, temuan dalam penelitian ini menunjukkan adanya pola kesamaan fungsi praktik tarot dengan praktik astrologi di konteks budaya lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Clements (2022) menunjukkan bahwa masyarakat Barat modern menggunakan astrologi terutama dalam bentuk astrologi natal dan pembacaan horoskop personal yang didasarkan pada posisi planet ketika momen kelahiran individu. Interpretasi tersebut digunakan sebagai sarana peramalan masa depan serta alat refleksi diri yang membantu individu menafsirkan pengalaman hidup dan membangun narasi identitas diri. Sementara itu, astrologi pada konteks Asia lebih terintegrasi dengan praktik sosial dan religius masyarakat. Astrologi dalam tradisi Hindu di India digunakan untuk menilai kecocokan calon pasangan, *Janam Kundli*, serta menentukan waktu yang dianggap paling baik atau *muhurat* dalam pelaksanaan berbagai peristiwa penting seperti ritual keluarga, festival keagamaan, dan pernikahan (Doegar, 2025). Temuan dari kedua konteks tersebut sejalan dengan penggunaan tarot oleh partisipan yang memanfaatkan tarot untuk memenuhi kebutuhan emosional, memperoleh pemaknaan personal, dan konsultasi mengenai kehidupan sosial. Ketiga konteks memberikan pemahaman bahwa individu sebagai manusia, memiliki kecenderungan untuk mencari sarana bantuan dari luar diri dalam menghadapi berbagai peristiwa hidup meskipun jenis praktiknya bersifat variatif.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman subjektif mahasiswa psikologi dalam menggunakan jasa tarot di tengah latar belakang akademik yang menekankan pemikiran empiris. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tarot dimaknai bukan sebagai praktik peramalan semata, melainkan sebagai sarana refleksi diri yang berkaitan dengan kebutuhan emosional dan relasional, khususnya dalam permasalahan romantik. Dalam konteks ini, tarot berfungsi sebagai bantuan psikologis yang memberikan validasi emosional, menguatkan keyakinan terhadap suatu hal, serta ketenangan tanpa menggantikan pertimbangan pribadi. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa subjek sebagai mahasiswa psikologi memaknai dan menempatkan tarot serta ilmu psikologi sebagai dua ranah yang berbeda dan dapat berjalan berdampingan. Psikologi dipahami sebagai disiplin ilmiah berbasis teori sementara tarot dimaknai sebagai pengalaman spiritual personal. Pemisahan ini memungkinkan subjek menggunakan tarot secara reflektif tanpa merasakan konflik dengan identitas akademik mereka. Temuan ini memperkuat gagasan bahwa individu dapat mengelola lebih dari satu kerangka pemaknaan secara bersamaan demi menjaga koherensi pengalaman dan keyakinan dalam kehidupan sehari-hari. Sejalan dengan kesamaan hasil yang ditemukan pada ketiga partisipan, kajian mengenai penggunaan tarot pada penelitian selanjutnya dapat difokuskan pada peran rasa keterhubungan atau *relatability* terhadap hasil tarot dalam membentuk kepercayaan dan pemaknaannya. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa perasaan “*relate*” menjadi alasan utama tarot dianggap bermakna oleh subjek. Penelitian lanjutan dapat mengeksplorasi bagaimana faktor *relatability* ini memengaruhi cara individu mempercayai, mempertahankan, atau menegosiasikan hasil tarot dalam kehidupannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Ansori, A. N. (2026, Januari 19). *Tarot jadi pegangan baru Gen Z, yang dulu mistis kini punya fungsi psikologis*. Liputan6.com. <https://www.liputan6.com/health/read/6259631/tarot-jadi-pegangan-baru-gen-z-yang-dulu-mistis-kini-punya-fungsi-psikologis>
- AP, A. (2021, Agustus 1). *Tarot reader akan membaca sisi positifnya dulu*. Radar Semarang. <https://radarsemarang.jawapos.com/komunitas/721382522/tarot-reader-akan-membaca-sisi-positifnya-dulu>
- Astuti, P. & Virgonita, M. (2024). The curiosity effect with barnum effect on the tendency of tarot divination addiction in Tarot Lovers in Semarang. *Advances in Social Humanities Research*, 2(10), 1176–1178. <https://doi.org/10.46799/adv.v2i10.301>
- Au-Yeung, Y. K. (2025). The mirror, not the crystal ball: A psychological analysis of tarot as a self-reflection tool. *Global Review of Humanities, Arts, and Society*, 1(2), 53–59. <https://doi.org/10.63802/grhas.v1.i2.20>
- Brooks, T. R., Krow, M., & Chadborn, D. (2025). What’s belief got to do with it? A quantitative examination of the tarot, paranormal beliefs, and fantasy proneness. *Journal of Articles in Support of the Null Hypothesis* 22(1), 7-14. <https://www.jasnh.com/pdf/Vol22-No1-article2.pdf>
- Bahagia, A. F. N. F. P., & Nasrulloh. (2025). Makna pencarian jati diri generasi z melalui tarot dan self healing dalam prespektif Hadis dan Psikologis Islam. *Jiic: JURNAL INTELEK INSAN CENDIKIA*, 2(12), 18428-18437. <https://jicenusantara.com/index.php/jiic/article/view/5704>
- Chandra, J. A., Cahyani, A. Z., Inawan, D. D., & Saputra, R. B. (2025). Tarot antara ilmu dan pseudo-science: Perspektif dalam etika bisnis dan moralitas. *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humaniora*, 3(1). <https://journal.forikami.com/index.php/nusantara/article/view/906>
- Clements, P. (2022). Astrology, modernity and the project of self-identity. *Culture and Religion*, 23(3), 259–279. <https://doi.org/10.1080/14755610.2022.2093234>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (4th ed.)*. SAGE Publications.
- Dean, C. E., Akhtar, S., Gale, T. M., Irvine, K., Grohmann, D., & Laws, K. R. (2022). Paranormal beliefs and cognitive function: A systematic review and assessment of study quality across four decades of research. *PLOS ONE*, 17(5), e0267360. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0267360>
- Doegar, R. (2025). Celestial influences: The enduring and multidisciplinary impact of astrology over civilizations. *Journal of Student Research*, 14(1). <https://doi.org/10.47611/jsrhs.v14i1.8891>
- Fink, J. K. (2022). Archetypal tarot. *Jung Journal*, 16(2), 62-74. <https://doi.org/10.1080/19342039.2022.2053470>
- Gouw, A. T., & Nomleni, K. E. J. (2025). Konsep diri pembaca tarot dalam membangun kepercayaan customer generasi z di Jakarta. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(8), 9016-9020. <https://doi.org/10.54371/jiip.v8i8.9356>
- Gupta, D. S. (2024). Exploring tarot divination: Historical perspectives and contemporary practices. *Indian Journal of Astrology and Occult*, 1(1), 31–35. <https://ijastro.shodhsagar.co.in/index.php/ijao/article/view/7>

- Kamalintan, M., & Hidayah, S. (2024). *Popularitas tarot di mata mahasiswa FIB (Fakultas Ilmu Budaya) Universitas Gadjah Mada* [Skripsi, Universitas Gadjah Mada]. ETD UGM. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/233773>
- Krow, M., Brooks, T. R., Hernandez, A., & Allen, A. (2025). Tarot's influence on mindfulness, well-Being, and perceived control. *Spiritual Healing: Jurnal Tasawuf Dan Psikoterapi*, 6(2), 183–194. <https://doi.org/10.19109/sh.v2i6.27932>
- La Kahija, Y. F. (2017). *Penelitian fenomenologis: Jalan memahami pengalaman hidup*. Kanisius.
- Mehta, D. K. (2024). The psychological impact of tarot card readings: A systematic review of empirical studies. *Indian Journal of Astrology and Occult*, 1(1), 36-40. <https://ijastro.shodhsagar.co.in/index.php/ijao/article/view/8>
- Müller, B. (2022). Epistemic dependence, cognitive irrationality, and epistemic conflicts of interests: Why there is a need for social epistemic norms. *Logos and Episteme*, 13(3), 287–313. <https://doi.org/10.5840/logos-episteme202213324>
- Myers, D. G., & Twenge, J. M. (2021). *Social psychology (13th ed.)*. McGraw-Hill.
- Pew Research Center. (2025). 30% of Americans consult astrology, tarot cards or fortune tellers. <https://www.pewresearch.org/religion/2025/05/21/3-in-10-americans-consult-astrology-tarot-cards-or-fortune-tellers/>
- Pollack, R. (2017). *Tarot wisdom: Spiritual teachings and deeper meanings*. Weiser Books.
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method, and research*. SAGE Publications.
- Springtide. (2021). *In the news: Gen z doubles down on spirituality, combining tarot and traditional faith*. <https://springtideresearch.org/post/news/in-the-news-gen-z-doubles-down-on-spirituality-combining-tarot-and-traditional-faith>
- Tezcan, A. O., & Bogatekin, M. A. (2025). The role of cognitive dissonance in the dilemma of abandoning or reconstructing faith. *Idrak Journal*, 5(3), 167–178. <https://doi.org/10.62297/idrak.1714248>
- Tiananda, N. C., Alie, A., & Elanda, Y. (2022). Komersialisasi ramalan tarot oleh tarot reader di Kota Surabaya. *SOSEBI: Jurnal Penelitian Mahasiswa Ilmu Sosial Ekonomi dan Bisnis Islam*, 2(1), 68-81. <https://doi.org/10.21274/sosebi.v2i1.5405>
- Wang, L. (2025). Explore the reason why people deeply believe in occultism practice. *Arts Culture and Language*, 1(3). <https://doi.org/10.61173/atf7r554>
- Widyaningrum, A., & Hastjarjo, T. D. (2020). Penalaran probabilistik dan keyakinan terhadap gejala paranormal mahasiswa psikologi. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 6(1), 98-108. <https://doi.org/10.22146/gamajop.49900>