

PENGUNAAN TEKNOLOGI MENURUT IMAN KRISTEN DI ERA DIGITAL BAGI GEN Z

Oleh

(Kennedi Sihotang & Novantino Dangga Mesa)

Abtrak

Penggunaan teknologi di era digital telah menjadi bagian integral dalam kehidupan Generasi Z, yang dikenal sebagai generasi yang melek teknologi. Dalam perspektif iman Kristen, penggunaan teknologi menawarkan peluang sekaligus tantangan untuk memperkuat iman dan nilai-nilai spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana Generasi Z memanfaatkan teknologi, seperti media sosial, aplikasi rohani, dan platform digital, untuk mendukung pertumbuhan iman mereka, serta bagaimana mereka menghadapi tantangan seperti distraksi digital, konten negatif, dan kecenderungan individualisme. Pendekatan kualitatif dengan wawancara mendalam dan analisis konten digunakan untuk memahami pola penggunaan teknologi di kalangan Generasi Z Kristen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa teknologi dapat menjadi alat yang efektif untuk memperdalam hubungan dengan Tuhan melalui akses ke khotbah online, komunitas virtual, dan sumber daya rohani, tetapi juga memerlukan kedisiplinan dan kepekaan spiritual untuk menghindari dampak negatifnya. Penelitian ini menyarankan pendekatan seimbang yang mengintegrasikan iman Kristen dengan literasi digital untuk memaksimalkan manfaat teknologi bagi pertumbuhan rohani Generasi Z.

Kata Kunci: Teknologi, Iman Kristen, Generasi Z, Era Digital, Media Sosial, Literasi Digital, Pertumbuhan Rohani.

Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah melahirkan perubahan mendasar dalam hampir setiap aspek kehidupan manusia. Teknologi tidak lagi hanya dianggap sebagai alat bantu pelengkap, tetapi telah menjadi bagian integral dari struktur sosial dan eksistensi manusia modern. Inovasi seperti internet, media sosial, kecerdasan buatan, dan

perangkat pintar telah mengubah cara manusia berpikir, bekerja, berkomunikasi, belajar, dan bahkan membentuk identitas pribadi. Realitas baru ini menciptakan apa yang disebut sebagai *budaya digital*, yaitu cara hidup yang terbentuk dari ketergantungan terhadap teknologi informasi dan komunikasi yang serba cepat, interaktif, dan tanpa batas geografis. Teknologi kini tidak hanya bersifat fungsional, melainkan juga kultural dan spiritual karena memengaruhi nilai, kebiasaan, serta pandangan hidup manusia sehari-hari.¹

Sherry Turkle, seorang sosiolog dari MIT, menyebut kondisi ini sebagai masa ketika manusia hidup dalam paradoks: semakin terhubung secara digital, namun semakin terisolasi secara emosional dan spiritual. Ia menyebut era ini sebagai *alone together*, di mana konektivitas digital menciptakan kedekatan semu tetapi menghasilkan keterasingan yang nyata dalam relasi sosial dan batin manusia.² Teknologi yang semestinya menjadi alat, kini justru memengaruhi cara manusia memaknai diri, sesama, dan bahkan Tuhan.

Dalam konteks ini, kelompok usia yang paling terdampak oleh digitalisasi adalah Generasi Z, yaitu mereka yang lahir sekitar tahun 1997 hingga 2012.³ Berbeda dengan generasi sebelumnya yang mengalami transisi dari dunia analog ke digital, Gen Z lahir dan tumbuh besar dalam dunia yang sudah sepenuhnya terdigitalisasi. Oleh karena itu, mereka dikenal sebagai *digital natives*, yakni generasi yang menganggap teknologi sebagai bagian alami dari kehidupan mereka. Mereka memiliki ciri khas yang unik: sangat

¹Manuel Castells, *The Rise of the Network Society* (Oxford: Blackwell Publishers, 2000) 3-5.

²Sherry Turkle, *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other* (New York: Basic Books, 2011) 1-3

³Pew Research Center, "Defining Generations: Where Millennials End and Gen Z Begins", *Pew Research*, 2019.

adaptif terhadap perangkat digital, terbiasa berpikir visual, cepat menyerap informasi, serta aktif di berbagai platform media sosial. Namun di balik kelebihan ini, terdapat sisi kerentanan yang tidak dapat diabaikan. Gen Z sangat rentan terhadap kecanduan teknologi, penurunan perhatian terhadap nilai-nilai rohani, gangguan kesehatan mental, serta pembentukan identitas yang sering kali dipengaruhi oleh budaya pencitraan dan validasi sosial di dunia maya.

Jean Twenge dalam bukunya *iGen* mengungkapkan bahwa Gen Z lebih jarang berinteraksi secara tatap muka dibandingkan generasi sebelumnya, dan lebih sering menghabiskan waktu dengan layar ponsel dibandingkan dengan membaca buku atau terlibat dalam kegiatan komunitas.⁴ Akibatnya, terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat kecemasan, depresi, dan perasaan kesepian di kalangan remaja dan dewasa muda. Mereka mungkin tampak aktif secara sosial di dunia maya, tetapi mengalami kehampaan emosional dan spiritual yang mendalam di dunia nyata.

Di tengah tantangan ini, iman Kristen hadir sebagai sumber nilai, pedoman, dan harapan yang dapat menolong Generasi Z menavigasi kehidupan digital dengan bijak. Iman Kristen tidak menolak kemajuan teknologi, tetapi mengajarkan agar segala sesuatu termasuk teknologi digunakan dalam kerangka yang memuliakan Allah. Prinsip seperti kasih terhadap sesama, kejujuran, kesetiaan, kesederhanaan, dan integritas merupakan nilai-nilai utama yang seharusnya menjadi penuntun dalam menggunakan teknologi. Alkitab secara eksplisit menegaskan, "Jika engkau makan atau jika engkau minum, atau jika engkau melakukan sesuatu yang lain,

⁴Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy and Completely Unprepared for Adulthood* (Network: Ataria Books, 2017) 32-38.

lakukanlah semuanya itu untuk kemuliaan Allah" (1 Korintus 10:31).⁵ Prinsip ini relevan untuk dunia digital masa kini: aktivitas online seperti membagikan konten, memberi komentar, atau menggunakan media sosial tidak boleh terlepas dari kesadaran bahwa semuanya itu juga harus mencerminkan iman dan ketaatan kepada Tuhan.

Lebih jauh, gereja dan lembaga pendidikan Kristen memiliki tanggung jawab besar untuk mempersiapkan dan membina generasi muda dalam menghadapi dunia digital yang kompleks ini. Pembinaan yang dimaksud bukan hanya berbicara soal dogma, melainkan juga menyentuh aspek formasi karakter, literasi digital yang sehat, dan pemahaman etika penggunaan teknologi dari perspektif iman. Gereja tidak boleh ketinggalan dalam memahami budaya digital, tetapi harus masuk dan hadir secara aktif untuk menjadi suara profetik dan pastoral di tengah masyarakat digital. Pendidikan iman harus dikontekstualisasikan agar relevan dengan kehidupan Gen Z tanpa mengorbankan nilai-nilai Alkitabiah yang murni.

Dengan demikian, teknologi tidak boleh menjadi tuan atas kehidupan manusia, tetapi harus ditaklukkan di bawah ketaatan kepada Kristus. Teknologi harus dikembalikan ke tempat semula sebagai alat yang dipakai untuk melayani, membangun, dan memuliakan Tuhan. Di sinilah iman Kristen memainkan peran transformasional, bukan hanya dalam ruang ibadah, tetapi juga dalam dunia digital yang menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari.

Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan orientasi reflektif-teologis. Pendekatan ini dipilih karena isu yang diteliti bersifat kontekstual, kompleks, dan erat kaitannya dengan nilai-nilai subjektif

⁵Alkitab, 1 Korintus 10:31 (LAI, Terjemahan Baru).

yang berkembang dalam kehidupan rohani individu maupun komunitas. Penelitian kualitatif dianggap paling relevan untuk memahami makna, pengalaman, dan refleksi iman yang tidak dapat diukur melalui data kuantitatif. Dalam konteks ini, penggunaan teknologi oleh Generasi Z dipahami tidak sekadar sebagai gejala sosial, tetapi juga sebagai fenomena spiritual yang memerlukan pendekatan interpretatif. Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menyelami realitas pengalaman Gen Z dalam ruang digital dari sudut pandang iman Kristen, serta menafsirkan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya secara kritis dan konstruktif.⁶

Jenis penelitian yang digunakan adalah studi literatur (library research), yaitu penelitian yang dilakukan dengan menggali berbagai sumber pustaka yang relevan dan kredibel untuk mengkaji topik secara mendalam. Sumber-sumber tersebut mencakup buku-buku teologis, artikel ilmiah, laporan penelitian sosiologis, dokumen Alkitab, serta sumber digital terkini yang berkaitan dengan Generasi Z, media sosial, literasi digital, dan prinsip-prinsip iman Kristen. Dengan studi literatur, peneliti tidak hanya menghimpun informasi yang sudah tersedia, tetapi juga melakukan dialog antar-ide yang dapat memperkaya pemahaman terhadap pokok permasalahan yang diteliti. Studi ini secara khusus tidak mengandalkan pengumpulan data lapangan (field research), namun tetap mempertimbangkan data-data empiris dari penelitian sebelumnya sebagai bagian dari penguatan argumen dan validasi konteks.⁷

Sumber data utama dalam penelitian ini adalah literatur yang memuat analisis teoritis maupun deskriptif mengenai perkembangan teknologi digital di kalangan Gen Z serta tanggapan teologis terhadap fenomena tersebut. Buku

⁶Moleong Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017) 6-7.

⁷Mestika Zed, *Metode Penelitian Keputasakaan* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2004) 3-5.

seperti *Digital Religion* karya Heidi A. Campbell memberikan pemahaman mendalam tentang cara praktik keagamaan berkembang dalam dunia digital, sementara karya Jean Twenge berjudul *iGen* menjadi dasar untuk memahami karakteristik dan tantangan psikologis yang dihadapi generasi muda yang sangat tergantung pada media sosial.⁸ Selain itu, dokumen-dokumen Alkitab digunakan sebagai sumber normatif dalam menyusun kerangka etik Kristen dalam penggunaan teknologi, terutama teks-teks yang berkaitan dengan hikmat, penggunaan waktu, kekudusan, dan integritas hidup.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pencarian sumber pustaka digital dan cetak yang memuat kata kunci yang relevan, seperti "teknologi digital," "Generasi Z," "iman Kristen," "media sosial," dan "literasi digital rohani." Peneliti menggunakan berbagai platform akademik seperti Google Scholar, JSTOR, dan ATLA Religion Database untuk mengakses artikel jurnal dan publikasi ilmiah yang valid. Setiap sumber dikaji secara kritis, baik dari sisi isi maupun relevansinya terhadap fokus penelitian. Selain itu, peneliti melakukan studi teks Alkitabiah dengan menggunakan metode eksegesis sederhana untuk menafsirkan ayat-ayat yang memiliki hubungan kontekstual dengan perilaku digital umat masa kini, seperti Efesus 5:15-17, Kolose 3:17, dan Filipi 4:8.

Data yang telah terkumpul dianalisis dengan metode analisis isi (content analysis) dan pendekatan reflektif-teologis. Analisis isi dilakukan untuk mengidentifikasi tema-tema penting dari berbagai literatur yang dikaji, seperti pola penggunaan media sosial, pengaruhnya terhadap kehidupan rohani, serta strategi gereja dalam menjawab tantangan digital. Setelah tema-tema utama ditemukan, peneliti kemudian menyusun kerangka refleksi

⁸Heidi A. Campbell, *Understanding Religious Practice in New Media Worlds* (New York: Ataria Books, 2017) 77-85.

seperti *Digital Religion* karya Heidi A. Campbell memberikan pemahaman mendalam tentang cara praktik keagamaan berkembang dalam dunia digital, sementara karya Jean Twenge berjudul *iGen* menjadi dasar untuk memahami karakteristik dan tantangan psikologis yang dihadapi generasi muda yang sangat tergantung pada media sosial.⁸ Selain itu, dokumen-dokumen Alkitab digunakan sebagai sumber normatif dalam menyusun kerangka etik Kristen dalam penggunaan teknologi, terutama teks-teks yang berkaitan dengan hikmat, penggunaan waktu, kekudusan, dan integritas hidup.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pencarian sumber pustaka digital dan cetak yang memuat kata kunci yang relevan, seperti "teknologi digital," "Generasi Z," "iman Kristen," "media sosial," dan "literasi digital rohani." Peneliti menggunakan berbagai platform akademik seperti Google Scholar, JSTOR, dan ATLA Religion Database untuk mengakses artikel jurnal dan publikasi ilmiah yang valid. Setiap sumber dikaji secara kritis, baik dari sisi isi maupun relevansinya terhadap fokus penelitian. Selain itu, peneliti melakukan studi teks Alkitabiah dengan menggunakan metode eksegesis sederhana untuk menafsirkan ayat-ayat yang memiliki hubungan kontekstual dengan perilaku digital umat masa kini, seperti Efesus 5:15-17, Kolose 3:17, dan Filipi 4:8.

Data yang telah terkumpul dianalisis dengan metode analisis isi (content analysis) dan pendekatan reflektif-teologis. Analisis isi dilakukan untuk mengidentifikasi tema-tema penting dari berbagai literatur yang dikaji, seperti pola penggunaan media sosial, pengaruhnya terhadap kehidupan rohani, serta strategi gereja dalam menjawab tantangan digital. Setelah tema-tema utama ditemukan, peneliti kemudian menyusun kerangka refleksi

⁸Heidi A. Campbell, *Understanding Religious Practice in New Media Worlds* (New York: Ataria Books, 2017) 77-85.

teologis dengan cara mengaitkan temuan tersebut dengan prinsip-prinsip iman Kristen yang bersumber dari Kitab Suci dan ajaran gereja. Dengan demikian, setiap pembacaan terhadap fenomena digital disandingkan secara kritis dengan nilai-nilai spiritual yang bertujuan membangun kedewasaan iman dalam konteks zaman.

Keterbatasan penelitian ini perlu diakui, antara lain karena studi ini tidak melakukan pengumpulan data secara langsung melalui observasi atau wawancara dengan responden dari kalangan Generasi Z. Keterbatasan lainnya adalah ketergantungan terhadap literatur yang telah tersedia, sehingga tidak semua dinamika kontekstual yang terjadi dalam masyarakat digital Indonesia dapat tergambarkan secara lengkap. Namun, hal ini tidak mengurangi nilai reflektif dan normatif dari penelitian ini, karena tujuan utama penelitian bukanlah generalisasi statistik, melainkan penggalian makna teologis dan etis yang relevan dengan kehidupan rohani dalam era digital. Di sisi lain, penelitian ini membuka ruang untuk studi lanjutan yang bersifat lebih empiris dengan melibatkan partisipasi langsung dari Gen Z di berbagai konteks gereja dan pendidikan Kristen.⁹

Dengan demikian, metodologi yang digunakan dalam penelitian ini bertumpu pada pendekatan reflektif dan interpretatif, yang berupaya merumuskan pemahaman yang menyeluruh tentang bagaimana iman Kristen dapat membimbing Generasi Z dalam menggunakan teknologi secara bertanggung jawab. Penelitian ini tidak hanya bersifat deskriptif, tetapi juga normatif-transformasional, yakni bertujuan untuk memberi arah dan pedoman bagi pertumbuhan rohani di tengah era digital.

⁹Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2016) 222-225.

Hasil Pembahasan

A. Teknologi: Alat Netral yang Mencerminkan Nilai

Teknologi, dalam pengertian dasarnya, adalah alat yang diciptakan manusia untuk mempermudah kehidupan. Namun, dalam era digital yang begitu kompleks dan cepat berkembang seperti sekarang, peran teknologi tidak lagi sekadar sebagai alat bantu teknis, melainkan telah menjadi ruang interaksi sosial, ekspresi identitas, bahkan pembentukan nilai. Dalam konteks ini, penting untuk dipahami bahwa teknologi pada hakikatnya bersifat netral; yang menjadikannya berdampak positif atau negatif tergantung pada nilai-nilai yang dibawa dan cara penggunaannya oleh manusia.

Salah satu pendekatan teoretis yang menegaskan kenetralan teknologi datang dari pandangan filsuf Jacques Ellul. Dalam bukunya *The Technological Society*, Ellul menyatakan bahwa teknologi tidak memiliki moralitas pada dirinya sendiri teknologi hanya menjadi perpanjangan dari kehendak manusia yang menggunakannya.¹⁰ Dengan kata lain, teknologi tidak secara inheren baik atau buruk, tetapi mencerminkan nilai-nilai moral, sosial, dan spiritual dari penggunanya. Prinsip ini menjadi landasan penting ketika meninjau penggunaan teknologi oleh Generasi Z, kelompok usia yang paling banyak berinteraksi dengan perkembangan digital saat ini.

1. Kecerdasan Buatan (Artificial Intelligence): Potensi Ganda

Kecerdasan buatan (AI) merupakan salah satu contoh utama teknologi yang sangat tergantung pada bagaimana manusia merancang dan menggunakannya. Di satu sisi, AI dapat membawa kemajuan besar dalam bidang kesehatan, pendidikan, dan efisiensi industri. Misalnya, dalam dunia kesehatan, AI telah digunakan untuk mendeteksi penyakit sejak dini dengan

¹⁰Jacques Ellul, *The Technological Society* (New York: Vintage Books, 1964) 5-6.

untuk menyampaikan nilai dan membangun komunitas yang sehat secara digital.¹⁴

Namun, seperti dua sisi mata uang, TikTok juga dapat menjadi sumber distraksi yang merusak produktivitas dan kesehatan mental. Studi menunjukkan bahwa konsumsi konten singkat secara terus-menerus dapat menurunkan kemampuan fokus dan mempercepat kelelahan kognitif.¹⁵ Lebih lanjut, algoritma TikTok yang dirancang untuk mempertahankan perhatian pengguna seringkali mendorong konten sensasional, yang belum tentu mendidik atau membangun. Dengan kata lain, teknologi ini dapat menjadi instrumen penyebaran nilai-nilai dangkal atau bahkan destruktif, tergantung pada siapa yang menggunakannya dan untuk tujuan apa.

Secara etis dan spiritual, ini mengingatkan kita akan pentingnya kebijaksanaan dalam menggunakan teknologi. Seperti yang dikatakan dalam Amsal 4:23, "Jagalah hatimu dengan segala kewaspadaan, karena dari situlah terpancar kehidupan." Maka, penggunaan TikTok perlu diarahkan pada hal-hal yang membangun karakter dan komunitas, bukan semata-mata hiburan tanpa makna.

3. Algoritma YouTube: Cermin dari Keinginan Manusia

Algoritma YouTube menjadi contoh lain dari bagaimana teknologi yang netral bisa membawa hasil yang sangat berbeda tergantung penggunaan dan sistem nilainya. Algoritma ini dirancang untuk merekomendasikan konten berdasarkan riwayat tontonan pengguna, dengan tujuan meningkatkan waktu tayang dan keterlibatan. Dalam praktiknya, ini berarti pengguna akan lebih

¹⁴Jonathan Haidt, *The Anxious Generation* (Network: Penguin Press. 2024) 114-115.

¹⁵Nir Eyal, *Indistractable: How to Control Your Attention and Choose Your life* (Dellas: BenBella Books, 2019) 71-73.

sering disuguhkan konten yang sesuai dengan minat atau emosi mereka sebelumnya baik itu motivasi, hiburan rohani, atau bahkan teori konspirasi.¹⁶

Salah satu dampak yang cukup mengkhawatirkan dari sistem ini adalah fenomena *echo chamber* atau ruang gema, di mana pengguna hanya menerima informasi yang memperkuat pandangan mereka sendiri, tanpa keterbukaan terhadap perspektif lain. Ini dapat memperkuat polarisasi sosial dan menurunkan kemampuan berpikir kritis. Di sisi lain, jika digunakan secara bijak, YouTube dapat menjadi sumber pembelajaran, pertumbuhan rohani, bahkan penyebaran nilai-nilai iman Kristen kepada jutaan orang secara global.

Dalam kerangka teologis, algoritma ini mencerminkan sebuah prinsip dasar: "di mana hartamu berada, di situ juga hatimu berada" (Matius 6:21). Algoritma hanyalah alat yang memfasilitasi kecenderungan hati manusia. Oleh karena itu, tanggung jawab etis dan rohani terletak pada individu, komunitas, dan pembuat teknologi untuk menggunakan serta merancang sistem algoritma yang menjunjung tinggi nilai kebenaran dan kasih.

Ketiga contoh di atas AI, TikTok, dan algoritma YouTube menunjukkan bahwa teknologi memang bersifat netral secara struktural, tetapi akan mencerminkan nilai-nilai dari para penggunanya. Dengan kata lain, teknologi adalah cermin yang memantulkan kondisi etika, moral, dan spiritual masyarakat yang menggunakannya.

Bagi Gen Z yang lahir dan besar dalam ekosistem digital, pemahaman ini sangat penting. Mereka tidak hanya menjadi konsumen teknologi, tetapi juga pencipta dan penyebar nilai melalui teknologi. Oleh karena itu, pendekatan iman Kristen sangat diperlukan untuk memberi kerangka nilai yang kuat dalam menggunakan teknologi bukan sebagai

¹⁶Safiya Umoja Noble, *Algorithms of Oppressions* (New York: NYU Press, 2018) 43-45.

penguasa yang memanipulasi, tetapi sebagai pelayan yang membawa kasih, kebenaran, dan keadilan melalui medium digital.

B. Iman Kristen: Dasar Etika dalam Penggunaan Teknologi

Perkembangan teknologi digital yang pesat memberikan berbagai kemudahan dalam kehidupan manusia, namun juga menghadirkan tantangan etis yang tidak bisa diabaikan. Dalam konteks penggunaan teknologi oleh Generasi Z, iman Kristen dapat berfungsi sebagai fondasi moral dan etika yang menuntun perilaku digital agar tetap selaras dengan kehendak Allah. Iman Kristen bukan hanya berkaitan dengan ibadah dan kehidupan spiritual, tetapi juga menjadi dasar tindakan sehari-hari, termasuk dalam dunia digital. Dua nilai utama yang terus ditekankan dalam ajaran Kristiani adalah **kasih** dan **kebenaran**. Nilai-nilai ini menjadi penuntun dalam menilai perilaku digital seperti penyebaran informasi, penggunaan media sosial, hingga pembentukan identitas daring.

1. Prinsip Kebenaran: Menolak Penyebaran Hoaks

Dalam Alkitab, kebenaran menempati posisi yang sangat penting. Yesus sendiri menyatakan bahwa Ia adalah "jalan, kebenaran, dan hidup" (Yohanes 14:6). Dalam konteks penggunaan teknologi, terutama media sosial, kebenaran menjadi aspek yang sering dikompromikan. Salah satu bentuknya adalah penyebaran hoaks informasi palsu yang disebar tanpa verifikasi kebenaran, sering kali demi kepentingan pribadi, hiburan, atau sensasi.

Penyebaran hoaks secara digital sangat mudah karena sifat platform yang terbuka dan kecepatan distribusi yang tinggi. Banyak pengguna tidak menyadari bahwa dengan satu klik "bagikan", mereka dapat menjadi bagian dari rantai penyebaran kebohongan. Dalam konteks ini, iman Kristen

menuntut tanggung jawab moral yang tinggi terhadap apa yang dikatakan dan disebarluaskan. Kitab Amsal memperingatkan, "Lidah dusta adalah kekejian bagi TUHAN" (Amsal 12:22). Ini menunjukkan bahwa menyebarkan informasi yang salah bukan hanya kesalahan sosial, tetapi juga pelanggaran terhadap prinsip etis iman.

Fenomena hoaks di Indonesia menjadi perhatian serius. Data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika menunjukkan bahwa sejak tahun 2019 hingga 2022, jumlah konten hoaks yang teridentifikasi mencapai lebih dari 11.000 kasus, mencakup isu politik, kesehatan, hingga agama.¹⁷ Sebagian besar hoaks menyebar melalui WhatsApp, Facebook, dan Twitter. Dalam hal ini, umat Kristen dipanggil untuk menjadi agen penyaring, bukan pengganda hoaks. Mereka dituntut untuk meneliti segala sesuatu (1 Tesalonika 5:21) dan menyampaikan hanya yang benar.

Etika digital Kristen menuntut setiap individu mempraktikkan integritas dalam komunikasi digital. Ini bukan hanya tanggung jawab moral, tetapi juga spiritual. Seperti yang dikatakan oleh Thomas Jay Oord, kasih tidak bisa dilepaskan dari kebenaran.¹⁸ Menyebarkan informasi palsu, walau tanpa niat jahat, tetap melanggar prinsip kasih karena berpotensi merusak sesama.

2. Prinsip Kerendahan Hati: Melawan Budaya Narsisme Digital

Budaya digital masa kini mendorong individu untuk terus-menerus memamerkan kehidupan mereka melalui media sosial. Fenomena ini dikenal sebagai narsisme digital di mana pengguna media sosial terdorong untuk menampilkan diri secara berlebihan demi validasi sosial. Dalam pandangan

¹⁷Kementrian komunikasi dan Infomatika Republik Indonesia, *Laporan Tahunan Pengadilan Hoaks Digital*, 2022, hlm 7.

¹⁸Thomas Jay Oord, *Theologians and Philosophers Using Sicial Media* (San Diego: ScraSage Press, 2017) 89.

Kristen, ini bertentangan dengan prinsip kerendahan hati yang diajarkan oleh Kristus.

Yesus mengajarkan bahwa mereka yang ingin menjadi besar harus menjadi pelayan (Markus 10:43-45). Sementara itu, media sosial justru mendorong pencitraan dan kompetisi popularitas melalui jumlah "like", "follower", dan komentar. Fenomena ini bukan hanya mengganggu identitas diri, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental. Penelitian oleh Psikolog Indonesia, Ratih Ibrahim, menyebutkan bahwa media sosial dapat memperparah gangguan harga diri, terutama di kalangan remaja, karena pengguna cenderung membandingkan diri mereka dengan standar kehidupan yang tidak realistis.¹⁹

Narsisme digital berpotensi menjerumuskan seseorang ke dalam kesombongan rohani terselubung. Ketika pelayanan atau kesaksian iman dibagikan hanya demi perhatian, bukan demi kemuliaan Tuhan, maka esensi kerohanian telah tergeser. Dalam konteks ini, ajaran Rasul Paulus menjadi relevan: "Apa pun juga yang kamu perbuat, perbuatlah dengan segenap hatimu seperti untuk Tuhan dan bukan untuk manusia" (Kolose 3:23).

Iman Kristen memanggil para pengguna teknologi untuk membangun identitas digital yang sehat berdasarkan pengakuan bahwa nilai diri tidak ditentukan oleh tampilan luar atau validasi sosial, tetapi oleh relasi dengan Kristus. Membangun "persona" daring yang palsu demi popularitas hanya akan mengikis integritas pribadi. Oleh karena itu, etika digital Kristen tidak hanya menekankan apa yang dibagikan, tetapi juga motivasi di baliknya.

3. Menjadi Garam dan Terang di Dunia Digital

¹⁹Ratih Ibrahim, *Generasi Digital: Psikologi Remaja dalam Era Digital* (Jakarta: Grasindo, 2020) 102-104.

Prinsip kasih dan kebenaran tidak berhenti pada larangan atau pembatasan perilaku negatif. Iman Kristen juga mendorong para pengikut Kristus untuk aktif menjadi garam dan terang di dunia (Matius 5:13-16) termasuk di ruang digital. Ini berarti kehadiran digital orang percaya harus menjadi kesaksian hidup yang menghadirkan nilai-nilai kerajaan Allah di tengah arus informasi dan konten yang sering kali bersifat dangkal atau bahkan merusak.

Menjadi terang berarti menghadirkan konten yang membangun, mencerahkan, dan membawa harapan. Banyak contoh nyata di Indonesia, seperti komunitas digital Kristen yang menghadirkan renungan harian, edukasi iman, hingga diskusi teologis secara daring. Di sisi lain, menjadi garam berarti menghadirkan pengaruh yang mampu mencegah kerusakan moral di dunia digital. Ini bisa berarti berani menyuarakan kebenaran di tengah budaya kebohongan, bersikap sopan saat berdebat, atau menolak ikut serta dalam ujaran kebencian.

Tindakan-tindakan kecil seperti memilih kata yang bijak, memverifikasi informasi sebelum membagikannya, dan tidak tergoda untuk ikut dalam budaya "flexing" (pamer diri) merupakan wujud nyata dari etika iman Kristen dalam dunia digital. Menurut Yusak B. Setyawan, dalam bukunya *Etika dan Media Baru*, "Kehadiran orang percaya di dunia digital bukan sekadar keberadaan pasif, tetapi harus menjadi kehadiran yang bermakna, mencerminkan karakter Kristus".²⁰

Dalam dunia yang semakin terdigitalisasi, iman Kristen menjadi kompas moral yang menuntun generasi muda dalam menggunakan teknologi dengan bijak. Nilai kasih dan kebenaran bukan hanya menjadi slogan religius,

²⁰Yusak B. Setyawan, *Etika dan Media Baru: Refleksi Teologis dan praktis di Era Digital* (Yogyakarta: Kanisius, 2019) 56-58.

tetapi prinsip hidup yang harus diterapkan dalam setiap interaksi digital baik dalam menyaring informasi, membentuk identitas, maupun menyampaikan pendapat.

Menyebarkan hoaks berarti mengkhianati kebenaran yang adalah inti dari pribadi Kristus. Menjalani budaya narsisme digital berarti menyimpang dari panggilan untuk hidup dalam kerendahan hati. Sebaliknya, ketika teknologi digunakan dengan kasih dan kebenaran, maka dunia digital pun bisa menjadi ladang pelayanan dan kesaksian yang luar biasa.

C. Generasi Z: Tantangan dan Potensi

Generasi Z, yang lahir antara pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an, merupakan generasi pertama yang tumbuh besar dalam lingkungan yang sepenuhnya digital. Mereka dikenal sebagai *digital natives*, yaitu individu yang sejak kecil sudah terbiasa menggunakan internet, media sosial, dan perangkat teknologi.²¹ Ciri khas ini memberikan potensi besar, tetapi sekaligus menghadirkan tantangan yang kompleks dalam hal psikologi, spiritualitas, dan sosial.

Salah satu tantangan utama Generasi Z adalah meningkatnya tingkat kecemasan, kesepian, dan depresi. Jean Twenge, dalam bukunya *iGen*, menyatakan bahwa generasi ini mengalami lonjakan gangguan kesehatan mental sejak kemunculan smartphone dan media sosial.²² Studi Twenge menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi berkorelasi dengan meningkatnya rasa tidak puas terhadap diri sendiri, terutama karena budaya

²¹Marc Prensky, *Digital Natives, Digital Immigrants, on the Horizontal* Vol. 9, No. 5 (2001) 1-6.

²²Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy and Completely Unprepared for Adulthood* (New York: Atria Books, 2017) 78-81.

perbandingan sosial yang sangat kuat di dunia maya. Pew Research Center juga melaporkan bahwa lebih dari 70% remaja merasa media sosial membawa tekanan untuk tampil sempurna dan selalu bahagi.²³ Ini menjadi indikasi bahwa teknologi, bila tidak dibarengi dengan pemahaman etika dan spiritualitas yang sehat, dapat memperburuk kondisi psikologis mereka.

Namun demikian, Generasi Z juga memiliki potensi luar biasa. Mereka lebih terbuka terhadap isu-isu global seperti keadilan sosial, lingkungan, dan kesetaraan gender. Mereka cenderung melek informasi dan memiliki kepekaan tinggi terhadap isu kemanusiaan. Dalam konteks iman Kristen, ini adalah peluang strategis untuk membentuk generasi yang peduli, partisipatif, dan siap menjadi agen perubahan melalui media digital. Menurut studi dari Rhenald Kasali, Generasi Z adalah generasi yang mampu belajar cepat, beradaptasi tinggi, dan memiliki dorongan kuat untuk mencari makna dalam kehidupan.²⁴ Maka, pendekatan pendidikan dan pembinaan rohani terhadap mereka harus relevan, terbuka, dan berbasis dialog.

Tantangan utama Gereja dan masyarakat adalah menjembatani potensi digital Gen Z dengan kerangka nilai yang kokoh. Jika tidak diarahkan dengan baik, kepekaan mereka dapat berubah menjadi aktivisme yang dangkal atau sinisme terhadap institusi. Namun bila dibina dalam semangat kasih, kebenaran, dan kerendahan hati, Generasi Z berpotensi menjadi generasi yang membawa terang Kristus di tengah dunia yang terus berubah.

D. Media Sosial: Ruang Ekspresi dan Ladang Misi

²³Pew Research Center, *Teens, Social Media and Technology*, 2018, diakses pada 6 Agustus 2025 Pkl. 15:32 <https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018>

²⁴Rhenald Kasali, *Disruption* (Jakarta: Penerbit Mizan, 2017) 207-210.

Media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan Generasi Z. Platform seperti Instagram, YouTube, TikTok, dan X (sebelumnya Twitter) bukan hanya digunakan untuk hiburan atau komunikasi, tetapi juga menjadi ruang ekspresi diri dan pengembangan komunitas. Dalam konteks kekristenan, media sosial tidak dapat dipandang sekadar sebagai alat komunikasi modern, tetapi juga sebagai sarana strategis untuk menjangkau jiwa danewartakan Injil.

Secara historis, gereja selalu beradaptasi dengan media komunikasi dari tulisan tangan, percetakan, radio, hingga televisi. Kini, media sosial menjadi medium yang dominan. Generasi Z lebih tertarik pada konten visual, narasi pribadi, dan komunikasi dua arah, yang semua itu difasilitasi secara optimal oleh media sosial⁽¹⁾. Maka dari itu, pemanfaatan platform ini bukanlah pilihan tambahan, melainkan keharusan misi gereja masa kini.

Salah satu studi kasus keberhasilan pelayanan digital adalah akun Instagram **@PemudaKristenID**, sebuah komunitas rohani yang menysasar anak muda Kristen Indonesia. Akun ini rutin membagikan renungan singkat, ilustrasi Alkitab, dan refleksi keseharian yang dikemas secara kreatif. Dalam kurun waktu tiga tahun, akun ini berhasil menjangkau lebih dari 150.000 pengikut dan menjadi ruang interaksi yang aktif melalui kolom komentar dan sesi tanya-jawab. Strategi mereka sederhana: menyampaikan kebenaran Alkitab dalam bahasa visual dan emosional yang dekat dengan keseharian Gen Z. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa pelayanan tidak lagi dibatasi oleh tembok gereja, melainkan meluas ke ruang digital tempat anak muda menghabiskan sebagian besar waktunya.²⁵ Selain komunitas tersebut,

²⁵Budiman, Arief Subagyo, *Komunikasi di Era Digital: Peluang dan Tantangan bagi Gereja* (Yogyakarta: Andi, 2020), hlm. 112-113.

beberapa gereja lokal juga telah sukses memanfaatkan Instagram dan YouTube untuk membangun keterlibatan jemaat muda.

Namun, penggunaan media sosial sebagai ladang misi tetap membutuhkan kedewasaan spiritual dan kebijaksanaan etis. Tantangan seperti *cyber bullying*, polarisasi opini, hingga konten yang dangkal dapat mengganggu tujuan pelayanan jika tidak diatur dengan jelas. Oleh karena itu, prinsip kasih dan kebenaran tetap menjadi fondasi utama dalam pelayanan digital.

Sebagai kesimpulan, media sosial adalah ruang potensial untuk mengekspresikan iman dan menjadi terang di tengah dunia digital. Dengan strategi yang relevan, konten yang bermakna, dan motivasi yang murni, media sosial dapat menjadi ladang misi baru di abad ke-21.

E. Pertumbuhan Rohani: Tujuan Akhir Penggunaan Teknologi

Dalam era digital, teknologi telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk dalam kehidupan rohani umat Kristen. Namun, keberadaan teknologi tidak boleh dilihat hanya sebagai alat bantu atau hiburan semata, melainkan sebagai sarana yang memiliki potensi untuk memperkuat pertumbuhan iman dan kedekatan dengan Tuhan. Prinsip dasar iman Kristen menuntun kita untuk menjadikan setiap aspek hidup termasuk penggunaan teknologi sebagai bentuk ibadah. Rasul Paulus menyatakan, "Jika engkau makan atau jika engkau minum, atau jika engkau melakukan sesuatu yang lain, lakukanlah semuanya itu untuk kemuliaan Allah" (1 Korintus 10:31).²⁶ Pernyataan ini memberi pedoman bahwa tidak ada aktivitas yang

²⁶Lembaga Alkitab Indonesia, *Alkitab Terjemahan Baru* (Jakarta: LAI 2004) 1 Korintus 10:31.

netral secara rohani; semuanya seharusnya diarahkan pada tujuan yang mulia, yaitu memuliakan Tuhan.

Generasi Z sebagai pengguna aktif media sosial dan teknologi digital, memiliki peluang besar untuk menjadikan dunia maya sebagai tempat pertumbuhan rohani. Berbagai aplikasi seperti Alkitab digital, renungan harian, dan podcast rohani menjadi sarana yang mempermudah akses terhadap firman Tuhan. Namun, di tengah limpahan informasi dan hiburan, terdapat tantangan serius, yakni tergelincir dalam pola konsumsi digital yang bersifat dangkal dan memalingkan perhatian dari hal-hal rohani. Karena itu, prinsip dari Kolose 3:2 menjadi sangat relevan: "Pikirkanlah perkara yang di atas, bukan yang di bumi".²⁷ Ayat ini mengajak umat untuk mengarahkan pikiran kepada nilai-nilai kekekalan, bukan sekadar kesenangan sesaat.

Dalam praktiknya, pertumbuhan rohani melalui teknologi memerlukan disiplin dan niat yang sungguh. Pdt. Stephen Tong mengingatkan bahwa salah satu bahaya teknologi adalah saat manusia menjadi pasif secara rohani karena terlalu sibuk dalam arus informasi dan hiburan yang terus-menerus, sehingga kehilangan waktu untuk bersekutu dengan Tuhan.²⁸ Di sisi lain, jika digunakan dengan kesadaran penuh, teknologi bisa menjadi alat untuk memperluas pengaruh kekristenan. Seorang pemuda yang membagikan ayat atau renungan di Instagram, misalnya, sedang menabur benih firman Tuhan kepada ribuan pengikutnya. Ini menunjukkan bahwa pertumbuhan rohani bukan hanya bersifat pribadi, tetapi juga misi: membagikan terang Kristus kepada dunia digital.

Oleh karena itu, penting bagi umat Kristen, khususnya Generasi Z, untuk menempatkan pertumbuhan rohani sebagai tujuan akhir dari interaksi

²⁷Ibid Kolose 3:2

²⁸Stephen Tong, *Kehidupan Kristen dan Tantangan Zaman Modern* (Jakarta: Reformed Injili Press, 2019) 97-98.

digital. Menggunakan teknologi bukan hanya untuk informasi atau hiburan, melainkan sebagai sarana transformasi spiritual. Setiap unggahan, komentar, dan konten yang dibagikan dapat menjadi refleksi dari karakter Kristus, apabila dilakukan dalam kasih, kebenaran, dan kerendahan hati.²⁹ Teknologi tidak menggantikan persekutuan dengan Tuhan, tetapi dapat menjadi jembatan yang memperdalamnya bila digunakan dengan bijak.

Kesimpulan

Perkembangan teknologi digital di era kontemporer telah membawa dampak besar dalam kehidupan manusia, termasuk dalam dinamika iman dan spiritualitas. Teknologi tidak seharusnya dipandang sebagai musuh iman, melainkan sebagai alat netral yang mencerminkan nilai dan motivasi dari penggunaannya. Dalam terang iman Kristen, teknologi menjadi sarana potensial untuk membangun kehidupan yang bermakna apabila digunakan sesuai dengan prinsip kasih dan kebenaran. Ajaran Alkitab memberikan pedoman bahwa setiap aktivitas, termasuk dalam ruang digital, hendaknya dilakukan untuk kemuliaan Allah (1 Korintus 10:31). Maka, penggunaan teknologi semestinya tidak lepas dari pertimbangan etis dan spiritual yang mendalam.

Generasi Z, sebagai kelompok usia yang paling intens berinteraksi dengan teknologi, berada pada persimpangan penting. Di satu sisi, mereka menghadapi tantangan berupa arus informasi yang tak terbendung, budaya narsisme digital, dan bahaya penyebaran hoaks yang dapat merusak integritas pribadi dan komunitas. Namun di sisi lain, Gen Z memiliki potensi luar biasa sebagai agen perubahan yang mampu menggunakan teknologi untuk pertumbuhan rohani, pembentukan karakter, serta perluasan misi kekristenan

²⁹Yusak B. Setiawan, *Etika dan Media Baru: Refleksi Teologis dan Praktis di Era Digital* (Yogyakarta: Kanisius, 2019) 65-67.

di ruang digital. Kepekaan sosial, kemampuan adaptasi tinggi, dan semangat kolaboratif menjadi kekuatan yang jika dibingkai dengan nilai iman, dapat membawa dampak positif yang luas.

Hasil pembahasan menunjukkan bahwa media sosial bukan hanya arena ekspresi diri, tetapi juga ladang misi yang luas. Ketika generasi muda memanfaatkan Instagram, YouTube, atau TikTok untuk menyampaikan nilai-nilai Kristiani dengan cara yang kreatif dan kontekstual, mereka sesungguhnya sedang menghadirkan terang Kristus di tengah dunia maya. Namun, untuk mencapai tujuan itu, perlu pendampingan yang konsisten dari gereja, komunitas rohani, dan keluarga agar Gen Z mampu memilah konten, mengelola waktu secara bijak, dan menjaga integritas dalam dunia digital.

Pada akhirnya, iman Kristen tidak bertentangan dengan kemajuan teknologi, melainkan memberikan kerangka moral yang kokoh dalam menghadapinya. Teknologi dapat menjadi alat untuk memperdalam relasi dengan Tuhan, memperluas pelayanan, dan menanamkan pengaruh positif bagi masyarakat digital. Dengan membentuk generasi yang tidak hanya melek digital tetapi juga dewasa secara spiritual, gereja dan masyarakat Kristen dapat menghadirkan perubahan nyata di era digital.

Daftar Pustaka

- Alkitab, 1 Korintus 10:31 (LAI, Terjemahan Baru).
Campbell, Heidi A. (2017). *Understanding Religious Practice in New Media Worlds* New York: Ataria Books.
Castells, Manuel, *The Rise of the Network Society* (Oxford: Blackwell Publishers, 2000).
Dyer, John, *From the Garden to the City: The Redeeming and Corrupting Power of Technology* (Grand Rapids: Kregel Publications, 2011) 55.

Ellu, Jacques, (1964). *The Technological Society* New York: Vintange Books.

Eyal, Nir, (2019). *Indistractable: How to Control Your Attention and Choose Your life* Dellas: BenBella Books.

Haidit, Jonathan, (2024). *The Anxuius Generasion Network*: Penguin Press.

Ibrahim, Ratih, (2020). *Generasi Digital: Psikologi Remaja dalam Era Digital* Jakarta: Grasindo.

Kasali, Rhenald, (2017). *Distruption* Jakarta: Penerbit Mizan.

Kementrian komunikasi dan Infomatika Republik Indonesia, (2022). *Laporan Tahunan Pengadilan Hoaks Digital*,

Moleong Lexy J. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif* Bandung: PT Remaja Rosdakarya,

Oord, Thomas Jay, (2017). *Theologians and Philosophers Using Sicial Media* (San Diego: ScraSage Press.

Pew Research Center, (2019). "Difining Generations: Where Molennials End and Gen Z Begins", *Pew Research*.

Pew Research Center, *Teens, Social Media and Technology*, 2018, (Agustus 2025)

<https://www.pewresearch.org/internet/2018/05/31/teens-social-media-technology-2018>

Prensky, Marc, (2001). *Digital Netives, Digital Immigrants, on the Horizontal* Vol. 9, No. 5.

Safiya Umoja Noble, (2018). *Algorithms of Oppressions* New York: NYU Press.

Setiawan, Yusak B. (2019). *Etika dan Media Baru: Refleksi Teologis dan Praktis di Era Digital* Yogyakarta: Kanisius,

Stuart Russell & Peter Norving, (2021). *Artificial IntelligenceL A Modern Approach*, 4th ed. Person,

Subagyo, Budiman, Arief, (2020). *Komunikasi di Era Digital: Peluang dan Tantangan bagi Gereja* Yogyakarta: Andi.

Sugiyono, (2016). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* Bandung: Alfabeta.

Tong, Stephen, (2019). *Kehidupan Kristen dan Tantangan Zaman Modern* Jakarta: Reformed Injili Press.

- Turkle, Sherry, (2011). *Alone Together: Why We Expect More from Technology and Less from Each Other* New York: Basic Books.
- Twenge, Jean M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy and Completely Unprepared for Adulthood* New York: Ataria Books.
- Zed, Mestika, (2004). *Metode Penelitian Keputasakaan* Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Zuboff, Shoshana, (2019). *the Age of Surveillance Capitalism* New York: PublicAffairs