

Membangun Spiritualitas Kristen sebagai Resistensi terhadap Kecanduan Media Sosial dan Krisis Identitas Kaum Muda

Clartje Silvia E. Awulle
Sekolah Tinggi Teologi IKAT, Jakarta
Correspondence: clartjeawulle@sttikat.ac.id

Abstract

The digital age has brought significant changes to human life, particularly among young people living in an era of unlimited information flow. Social media, while offering spaces for social networking and relationships, also brings negative impacts such as addiction, deterioration in the quality of social and spiritual relationships, and identity crises resulting from self-identity formation shaped by virtual standards. This reality indicates that Christian spirituality is beginning to be marginalized and replaced by instant values and false images constructed through social media. The phenomenon of increasing anxiety among young people is due to the loss of self-identity. This study aims to formulate Christian spirituality as a form of resistance against social media addiction and identity crises. Qualitative methods were used in this study with a literature review approach. The conclusions of this study indicate that Christian spirituality serves as a foundation for shaping self-identity amid the overwhelming tide of digital culture. In addressing the impacts of social media addiction and identity crises, spirituality acts as a force of resistance against instant culture and digital narcissism. Therefore, spiritual education needs to be strategically integrated into digital faith formation to guide young people toward spiritual maturity and the steadfastness of Christian identity.

Keywords: Christian spirituality; identity crisis; social media addiction; theological resistance; young people

Abstrak

Era digital telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan manusia, terutama di kalangan kaum muda yang hidup dalam arus informasi tanpa batas. Media sosial, meskipun menawarkan ruang jejaring sosial dan relasi, juga menghadirkan dampak negatif berupa kecanduan, penurunan kualitas hubungan sosial dan rohani, serta krisis identitas akibat pencarian jati diri yang dibentuk oleh standar virtual. Realitas ini menunjukkan bahwa spiritualitas Kristen mulai terpinggirkan dan tergantikan oleh nilai-nilai instan dan citra palsu yang dikonstruksi melalui media sosial. Fenomena meningkatnya kecemasan di kalangan kaum muda karena kehilangan identitas diri. Penelitian ini bertujuan untuk merumuskan spiritualitas Kristen sebagai bentuk resistensi terhadap kecanduan media sosial dan krisis identitas. Metode kualitatif digunakan dalam penelitian ini dengan pendekatan studi literatur. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa spiritualitas Kristen adalah fondasi dalam membentuk identitas diri di tengah derasnya arus digital. Dalam menghadapi dampak kecanduan media sosial dan krisis identitas, spiritualitas berperan sebagai kekuatan resistensi terhadap budaya instan dan narsisme digital. Oleh karena itu, pendidikan spiritualitas perlu diintegrasikan secara strategis dalam formasi iman digital guna menuntun kaum muda pada kedewasaan rohani dan keteguhan identitas Kristiani.

Kata Kunci: kaum muda; kecanduan media sosial; krisis identitas; resistensi teologis; spiritualitas Kristen

PENDAHULUAN

Di tengah derasnya arus digitalisasi dan perkembangan teknologi komunikasi yang begitu pesat, dunia mengalami transformasi sosial yang sangat signifikan. Hal ini terjadi karena, keberadaan manusia yang merupakan makhluk cerdas yang senantiasa berupaya meningkatkan kemampuannya guna mempermudah berbagai aktivitas. Beragam alat dan teknologi dicoba serta dimanfaatkan untuk mencapai efisiensi dan efektivitas dalam setiap tindakan, dengan harapan memperoleh hasil maksimal dengan usaha seminimal mungkin. Perkembangan ini bermula dari kebutuhan dasar dalam kehidupan sehari-hari hingga upaya memenuhi kepuasan sebagai individu maupun sebagai makhluk sosial. Seiring waktu, kemajuan teknologi terus mengalami transformasi signifikan, mulai dari era teknologi pertanian, industri, dan informasi hingga era teknologi komunikasi dan informasi.

Dinamika ini membawa dampak yang luas dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa, dan bernegara, sehingga mendorong setiap individu untuk memanfaatkan kemajuan tersebut secara aktif.¹ Bahkan, fakta lapangan di mana penggunaan media sosial berupa internet di Indonesia menunjukkan bahwa perkembangan teknologi mengalami kemajuan yang pesat.² Namun, dalam aktivitas penggunaan media sosial di Indonesia didominasi oleh kalangan remaja. Media sosial memberikan dampak negatif pada remaja, salah satunya adalah kecanduan.³ Kaum muda dewasa ini lebih menyukai perubahan sikap yang ditunjukkan setelah mereka kecanduan jejaring sosial, seperti mereka menjadi malas karena terlalu asyik dengan jejaring sosial mereka.⁴ Oleh sebab itu, kemajuan teknologi, khususnya media sosial, meskipun membawa banyak manfaat, juga menimbulkan dampak negatif yang signifikan bagi remaja, terutama dalam bentuk kecanduan dan perubahan perilaku.

Perubahan perilaku tersebut tidak hanya terjadi dalam pola komunikasi dan relasi sosial, tetapi juga merasuk hingga ke dalam dimensi terdalam identitas manusia, termasuk identitas religius. Sebab, anak muda sebagai pribadi yang masih labil akan dengan mudah terdampak pengaruh buruk dari konten yang ditampilkan media sosial.⁵ Apalagi generasi muda, yang dikenal sebagai digital natives, hidup dalam lingkungan yang tidak terlepas dari media sosial. Bahkan seringkali, generasi anak muda ini, yang sebagian besar terdiri dari remaja, terjebak dalam budaya produksi konten yang keliru. Hal ini tercermin dari kebiasaan sebagian dari mereka yang mengunggah konten-konten yang menonjolkan kemewahan, bernuansa semi pornografi, dan minim nilai edukatif maupun inspiratif.⁶ Mirisnya, mereka tumbuh, berinteraksi, dan membentuk citra diri melalui platform digital seperti Instagram, TikTok, YouTube, dan lainnya. Keterlibatan intensif dengan media sosial tidak selalu membawa dampak positif. Dengan demikian, intensitas keterlibatan generasi muda dalam media sosial tanpa pendampingan nilai yang kuat beri-

¹ Muhamad Danuri, "Perkembangan Dan Transformasi Teknologi Digital," Infokam, 2019.

² Halen Dwistia et al., "Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Pendidikan Agama Islam," *Ar-Rusyd: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 2 (2022): 81–99, <https://doi.org/10.61094/arrusyd.2830-2281.33>.

³ Rizki Aprilia, Aat Sriati, and Sri Hendrawati, "Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja," *Journal of Nursing Care* 3, no. 1 (2020): 41–53.

⁴ Fany Mulyono, "Dampak Media Sosial Bagi Remaja," *Jurnal Simki Economic*, 2021, <https://doi.org/10.29407/jse.v4i1.66>.

⁵ Meilani Meilani and Andreas Fernando, "Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Di Era Digital Membangun Remaja Bijak Menggunakan Media Sosial," *Veritas Lux Mea (Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen)*, 2022, <https://doi.org/10.59177/veritas.v4i2.157>.

⁶ Ria Wuri Andary and Khairullah Khairullah, "MEDIA SOSIAL DAN EKSISTENSI REMAJA," *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2023, <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i3.676>.

siko merusak identitas diri, termasuk identitas religius, dan mendorong mereka pada perilaku yang menyimpang dari nilai-nilai etis dan spiritual.

Perubahan perilaku dari kecanduan media sosial telah menjadi fenomena yang mengkhawatirkan. Fenomena ini juga memunculkan tantangan teologis. Realitas ini menuntut gereja dan pendidikan teologi untuk mengambil langkah serius dalam membangun spiritualitas Kristen sebagai bentuk resistensi terhadap tekanan budaya digital. Fenomena ini juga menunjukkan adanya reduksi nilai-nilai spiritualitas Kristen yang menekankan kedalaman relasi dengan Allah dan disiplin rohani karena kecanduan media sosial dalam pencarian diri. Sebab budaya media sosial cenderung memproduksi identitas semu yang dibentuk melalui validasi eksternal berupa likes, views, dan komentar. Identitas iman yang seharusnya bertumpu pada pengenalan akan Kristus sering kali digeser oleh pencarian akan pengakuan sosial digital. Dalam konteks inilah, spiritualitas Kristen harus dimaknai ulang sebagai kekuatan transformatif yang mampu membentuk daya tahan (resistensi) terhadap pengaruh destruktif media sosial.

Berkaitan dengan penelitian tema ini, pernah diteliti oleh Saryuti dan Haerani Nur dalam kajiannya yang menekankan bahwa media sosial memiliki peran ganda bagi remaja sebagai sarana ekspresi diri dan pembentukan identitas, namun juga membawa risiko krisis identitas, tekanan sosial, dan gangguan kesehatan mental. Ketidakseimbangan dalam penggunaan media sosial serta rendahnya literasi digital memperburuk kerentanan remaja dalam membentuk identitas yang otentik.⁷ Penelitian lain yang senada juga diteliti oleh Denny Rope yang membahas bahwa media sosial menjadi ruang perjumpaan yang membentuk identitas melalui interaksi sosial dan perbandingan nilai antar individu, terutama pada usia remaja yang rentan terhadap pengaruh eksternal.

Meskipun pengaruh media sosial terhadap emosi terbukti lemah secara statistik, nilai-nilai yang diserap melalui media dapat memengaruhi kepercayaan dan orientasi hidup seseorang. Oleh karena itu, nilai kepercayaan yang sejati hanya akan bermakna ketika diselaraskan dengan dimensi spiritualitas dan keyakinan kepada Tuhan.⁸ Begitu juga dengan Ghaitsaa Zahraa Kathrina Sanjaya, Gladiolla Dian Celvianna Putri, Jesbon, dan Nalla Taquysha Pasaribu, yang meneliti tentang globalisasi dan media sosial yang telah memperluas wawasan generasi muda, namun juga memicu krisis identitas akibat benturan antara nilai-nilai lokal dan global.⁹ Ketertarikan pada budaya asing serta tekanan sosial dari media digital menyebabkan generasi muda mengalami kebingungan dalam menentukan jati diri yang autentik. Akibatnya, mereka rentan kehilangan akar budaya, mengalami gangguan psikologis, dan melemahnya rasa nasionalisme. Krisis identitas ini berdampak serius pada kesehatan mental, motivasi belajar, dan partisipasi sosial generasi muda.¹⁰

Berdasarkan uraian latar belakang dan penelitian tersebut, terdapat celah kajian yang menjadi kebaruan penelitian ini. Penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan merumuskan pembangunan spiritualitas Kristen sebagai strategi teologis sekaligus praksis untuk melawan kecanduan media sosial dan mengatasi krisis identitas kaum muda da-

⁷ Saryuti Saryuti and Haerani Nur, "Identitas Di Era Maya: Pencarian Jati Diri Remaja Dalam Labirin Media Sosial," *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 2, no. 02 (2025): 13–23.

⁸ Denny Rope, "Hubungan Media Sosial Terhadap Krisis Identitas Remaja: Studi Kualitatif," *Jurnal Kala Nea* 3, no. 1 (2022): 44–54.

⁹ Ghaitsaa Zahraa Kathrina Sanjaya et al., "Krisis Identitas Pada Generasi Muda Karena Dampak Globalisasi Dan Media Sosial," *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humaniora* 3, no. 01 (2025).

¹⁰ Sanjaya et al.

lam konteks budaya digital. Oleh sebab itu, penelitian membahas dan mengkaji hal tersebut. Dimana kajian ini, hendak menyoroti bagaimana teologi spiritualitas dapat memberi jawaban praksis dalam pembentukan karakter, kedewasaan iman, dan kesadaran diri spiritual di tengah terpaan budaya digital yang menyesatkan. Dalam terang pemahaman ini, gereja dipanggil bukan sekadar menyampaikan doktrin, melainkan membentuk kehidupan spiritual yang bersumber pada relasi dengan Kristus.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk melakukan telaah konseptual dan refleksi teologis terhadap isu krisis identitas dan kecanduan media sosial dari perspektif spiritualitas Kristen. Data dikumpulkan dari berbagai sumber literatur teologis, termasuk buku akademik, jurnal nasional bereputasi, ataupun jurnal internasional bereputasi. Langkah-langkah dalam penelitian ini diawali dengan mengkaji spiritualitas Kristen sebagai fondasi dalam pembentukan identitas diri generasi muda di tengah arus digital. Selanjutnya, peneliti menganalisis dampak kecanduan media sosial dan krisis identitas, serta mengeksplorasi peran spiritualitas Kristen sebagai resistensi terhadap budaya instan dan narsisisme digital. Langkah akhir dilakukan dengan merumuskan pendidikan spiritualitas sebagai strategi gereja dalam membentuk formasi iman digital yang berkelanjutan.

PEMBAHASAN

Spiritualitas Kristen sebagai Fondasi Identitas

Dalam dunia yang terus berubah dan terdigitalisasi secara masif, manusia, khususnya generasi muda, menghadapi tantangan eksistensial dalam memahami siapa dirinya sebenarnya. Walaupun mereka memiliki kecerdasan intelektual yang tinggi, itu saja tidak cukup untuk meraih dan memahami siapa dirinya dengan baik tanpa disertai karakter yang baik. Saat ini, krisis karakter dapat dialami oleh siapa saja, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa, dan sering kali terlihat dari munculnya perilaku yang menyimpang dan merugikan diri sendiri maupun orang lain. Salah satu penyebab utamanya adalah ketidaktahuan, penolakan, atau penyalahgunaan terhadap identitas diri. Remaja, yang sedang dalam masa pencarian jati diri, menjadi kelompok yang paling rentan mengalami krisis ini.

Menjadi remaja Kristen tidak cukup hanya dengan status, tetapi harus disertai dengan pemahaman yang sungguh-sungguh tentang identitasnya sebagai pengikut Kristus.¹¹ Sebab, tidak mengenal atau salah mengenal diri dapat membawa berbagai dampak negatif, baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Hal ini bisa memicu keputusan yang keliru, hubungan yang rusak, serta sikap yang merugikan lingkungan sekitar. Lebih dari itu, kesalahan dalam memahami identitas diri juga dapat menggoyahkan iman dan menjauhkan seseorang dari relasinya yang sejati dengan Tuhan.¹² Oleh sebab itu, pemahaman tentang identitas diri dalam Kristus menjadi kunci utama bagi remaja Kristen un-

¹¹ S Matondang, "Memahami Identitas Diri Remaja Dalam Kristus Menurut Efesus 2:1-10," ILLUMINATE: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen 1, no. 1 (2018): 105–24, <http://sttbaptis-medan.ac.id/e-journal/index.php/illuminate/article/view/2>.

¹² Neri Astriana Koehuan, Dylmoon Hidayat, and Chrissy Apitula, "Penanaman Konsep Identitas Diri Berdasarkan Iman Kristen Melalui Peranan Pendidikan Kristen," Academy of Education Journal 13, no. 1 (2022): 63–73, <https://doi.org/10.47200/aoej.v13i1.966>.

tuk membentuk karakter yang kokoh, menghindari krisis identitas, serta menjalani hidup yang selaras dengan iman dan panggilannya di tengah tantangan dunia digital.

Identitas diri yang diperkenalkan keluarga atau gereja, yang dahulu dibentuk melalui proses relasi mendalam dengan iman, kini semakin dikonstruksi oleh narasi digital yang sering kali superficial, instan, dan tidak berakar. Memang diakui bahwa media sosial memang mempermudah dalam mengakses informasi dan berkomunikasi dengan orang di seluruh dunia, namun di sisi lain, juga membawa dampak negatif seperti menciptakan jarak antar individu, menyebarkan konten yang tidak sehat, dan membuat penggunaanya jadi kecanduan.¹³

Dalam penelitian ini spiritualitas Kristen hadir bukan sekadar sebagai sistem kepercayaan, melainkan sebagai jalan hidup yang memulihkan, membentuk, dan meneguhkan kembali martabat manusia sebagai makhluk yang diciptakan segambar dan serupa dengan Allah. Karena sejatinya, spiritualitas Kristen meletakkan identitas bukan pada pencapaian, pengakuan, atau validasi dari dunia luar, melainkan pada relasi yang mendalam dan personal dengan Allah melalui Kristus. Ini menjadi fondasi yang kokoh, terlebih ketika dunia digital terus-menerus menawarkan identitas alternatif yang didasarkan pada penampilan semu dan popularitas dunia maya tanpa adanya kejelasan. Relasi ini bukan relasi yang transaksional, seperti yang sering dijumpai di media sosial, di mana kehadiran dihargai sejauh dari seberapa banyak orang menyukai sebuah postingan dan seberapa banyak orang yang mengikuti akun seseorang. Terlebih mencakup semua bentuk interaksi pengguna, seperti *likes*, komentar, *share*, dan klik. Relasi dalam Kristus adalah relasi yang mengakar pada kasih yang tidak bersyarat, yang menerima manusia apa adanya dan mengundangnya untuk bertumbuh dalam kebenaran.

Namun dalam kenyataan hari ini, generasi muda sangat mudah terjebak dalam budaya instan dan narsisisme digital. Media sosial, seperti platform media sosial seperti Facebook, Twitter, dan Instagram, menjadi tempat yang subur untuk menampilkan diri, di mana orang-orang kerap membagikan unggahan yang menunjukkan kecenderungan narsistik.¹⁴ Sehingga, ini membuat banyak pemuda yang mengukur harga dirinya dari bagaimana ia dipandang secara daring, bukan dari bagaimana ia dipandang oleh Allah. Hal ini melahirkan krisis identitas, kecemasan, bahkan keterasingan spiritual yang mendalam. Remaja yang mengalami krisis identitas ketika mereka kesulitan mengendalikan emosi, tidak mampu bergaul dengan baik bersama teman sebaya, merasa tidak percaya diri dengan penampilan, dan tidak memiliki panutan yang tepat untuk membentuk jati diri yang sehat. Dalam kondisi ini, mereka cenderung menunjukkan perilaku negatif atau merusak.¹⁵

Di sinilah spiritualitas Kristen perlu dihadirkan sebagai bentuk resistensi, bukan dengan sikap anti teknologi, tetapi dengan menyadari kembali bahwa inti keberadaan manusia bukanlah tampilan luarnya, melainkan siapa dirinya di hadapan Allah. Spiritualitas Kristen mengajarkan hidup dalam pimpinan Roh, yaitu hidup yang dituntun bukan oleh keinginan daging atau hasrat popularitas, tetapi oleh kehendak Allah yang membebaskan. Dalam hidup yang demikian, manusia tidak perlu lagi berpura-pura atau

¹³ Meilisa Ani Nurhayati et al., "Islam Dan Tantangan Dalam Era Digital: Mengembangkan Koneksi Spiritual Dalam Dunia Maya," *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman*, 2023, <https://doi.org/10.32665/alaufa.v5i1.1618>.

¹⁴ Fakhra Jabeen, Charlotte Gerritsen, and Jan Treur, "'I Ain't Like You' A Complex Network Model of Digital Narcissism," in *Studies in Computational Intelligence*, vol. 882 SCI (Springer, Cham, 2020), 337–49, https://doi.org/10.1007/978-3-030-36683-4_28.

¹⁵ Huriati and Nur Hidayah, "Krisis Identitas Diri Pada Remaja," Sulesana, 2016.

membangun topeng digital demi diterima, karena ia telah lebih dahulu diterima dan dikasihi oleh Allah. Dengan demikian, membangun identitas melalui spiritualitas Kristen bukan hanya tindakan iman, tetapi juga bentuk keberanian untuk melawan arus zaman.

Dampak Kecanduan Media Sosial dan Krisis identitas

Di era digital dengan akses yang cepat, konten yang menarik, dan interaksi instan, media sosial menjadi ruang sosial baru yang membentuk kebudayaan baru yang bisa saja berdampak pada kecanduan. Kecanduan terhadap gadget dapat memicu berbagai masalah psikologis dan sosial, seperti menurunnya kemampuan mengingat, merasa senang berlebihan saat terhubung ke internet, penggunaan internet yang tak terkendali, serta kecenderungan untuk menjauh dari interaksi sosial. Ketika tidak dapat mengakses internet, individu bisa merasa cemas atau bahkan mengalami depresi. Remaja yang terikat erat dengan gadget cenderung sulit mengendalikan emosinya, mengabaikan lingkungan sekitar, dan sering menunda permintaan orang tua dengan jawaban "nanti." Akibatnya, mereka menjadi kurang memiliki empati dan kepekaan terhadap orang-orang di sekitarnya,¹⁶ sehingga banyak remaja dan pemuda Kristen lebih sering menghabiskan waktu untuk scroll konten digital dibanding berelasi secara mendalam dengan Tuhan. Kecanduan media sosial tidak hanya memengaruhi aspek psikologis, tetapi juga memberi pengaruh mendalam terhadap spiritualitas dan identitas kaum muda, khususnya dalam konteks iman Kristen.

Fenomena ini mengarah pada krisis identitas. Banyak dari mereka yang secara lahiriah tampak aktif secara rohani di media sosial, namun mengalami kekosongan batin dan krisis iman secara nyata. Tentunya, remaja yang berada dalam fase pencarian jati diri merupakan kelompok yang paling rentan terhadap krisis karakter akibat krisis identitas. Menjadi remaja Kristen saja tidaklah cukup tanpa pemahaman yang mendalam mengenai identitasnya sebagai pengikut Kristus. Hanya melalui pemahaman akan identitas tersebut, remaja Kristen dapat membentuk karakter yang tangguh, yakni karakter Kristus yang tercermin dalam setiap aspek kehidupannya.¹⁷ Maka dari itu, pemahaman mendalam terkait cara pandang kolektif kaum muda terhadap apa yang dianggap ideal dari pencarian identitas memengaruhi kehidupan di dunia nyata. Sebagaimana adanya, tubuh sempurna, gaya hidup mewah, dan kesuksesan instan menjadi standar baru yang secara halus menekan mereka untuk menyesuaikan diri. Tidak sedikit pemuda Kristen yang mengalami kecemasan, perbandingan sosial, hingga depresi karena merasa tidak cukup baik di tengah standar digital tersebut. Hal ini memperparah krisis identitas yang mereka alami, menjauhkan mereka dari pengenalan akan jati diri sejati di dalam Kristus.

Gereja, sebagai komunitas iman, sering kali belum cukup tanggap dalam membaca dan merespons dinamika ini. Pelayanan pemuda masih cenderung menggunakan pendekatan konvensional yang tidak menyentuh realitas digital yang mereka hadapi sehari-hari. Padahal, jika tidak segera disikapi secara serius, dampak kecanduan media sosial dapat menyebabkan keterasingan rohani yang berkepanjangan dan mengaburkan peran gereja sebagai tempat pembentukan iman. Oleh karena itu, anak muda memerlukan dukungan dari sosok dewasa yang memiliki wibawa, yang mampu membimbing mereka serta memberikan dorongan dan pengaruh positif, agar mereka dapat melewati dan mengatasi kri-

¹⁶ Ulfa Suryani and Velga Yazia, "Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Pada Remaja," *Jurnal Keperawatan*, 2023, <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i2.862>.

¹⁷ Sadadohape Matondang, "Memahami Identitas Diri Dalam Kristus Menurut Efesus 2:1-10," *Illuminate: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani*, 2018, <https://doi.org/10.54024/illuminate.v1i1.2>.

sis identitas yang sedang dihadapi.¹⁸ Para pemimpin Kristen memandang krisis identitas yang dialami kaum muda sebagai bagian dari permasalahan sosial yang lebih besar, sehingga mereka menekankan pentingnya menyelamatkan generasi muda demi menjaga keberlangsungan peradaban.¹⁹ Dengan demikian, perlu ada refleksi teologis yang mendalam mengenai bagaimana gaya hidup digital membentuk spiritualitas generasi muda. Gereja harus menjadi ruang yang mampu menampung pergumulan digital generasi masa kini dan membimbing mereka untuk menemukan kembali spiritualitas yang berakar pada kasih karunia, bukan pencitraan. Spiritualitas Kristen yang sejati harus mampu berdiri kokoh di tengah arus digital dan menjadi terang yang tidak terpadamkan oleh bayang-bayang dunia maya.

Spiritualitas Kristen sebagai Resistensi terhadap Budaya Instan dan Narcissisme Digital

Identitas diri generasi muda sering kali tidak lagi dibentuk oleh nilai-nilai pengenalan akan Tuhan dan relasi spiritual dengan Allah, melainkan oleh validasi eksternal yang bersifat semu dan mudah berubah. Validasi dan representasi dirinya itu bertujuan untuk membangun identitasnya hanya dengan satu gambar, dan hal itu mendapatkan pengakuan dari orang lain melalui unggahan.²⁰ Hal ini terjadi karena mereka hidup dalam ruang digital yang terus-menerus menuntut pengakuan, membentuk budaya media sosial yang menekankan narsisisme, pencitraan diri, dan kepuasan instan sebagai nilai-nilai utama.

Di tengah derasnya perkembangan teknologi digital, ini menciptakan tantangan serius terhadap keutuhan identitas dan spiritualitas kaum muda. Era digital telah melahirkan budaya di mana perilaku narsistik bukan hanya umum, tetapi juga dianggap sebagai sesuatu yang wajar. Fenomena ini dipengaruhi oleh nilai-nilai konsumtif dan individualistik yang mendominasi masyarakat modern, dan semakin diperkuat oleh kehadiran media digital.²¹ Apalagi, adanya budaya instan sangat kontras dengan nilai-nilai spiritualitas Kristen yang justru menekankan proses yang hidup dalam ughari dan melihat sebuah penderitaan adalah bagian dari kekristenan. Oleh karena itu, spiritualitas Kristen tidak hanya berfungsi sebagai praktik pribadi yang bersifat individualistik, tetapi sebagai bentuk perlawanan teologis terhadap sistem nilai yang merusak keutuhan identitas manusia sebagai gambar dan rupa Allah.

Salah satu aspek kunci dalam spiritualitas Kristen yang relevan sebagai respons terhadap budaya digital adalah penyangkalan diri. Di tengah godaan untuk selalu menonjolkan diri, spiritualitas Kristen mengajarkan untuk memikul salib dan menyangkal diri demi mengikuti Kristus (Luk. 9:23). Orang percaya harus mau menyangkal diri, memikul

¹⁸ Alfonsius Yoga Pratama, Antonius Denny Firmanto, and Nanik Wijiyati Aluwesia, "Urgensitas Pembinaan Orang Muda Katolik Terhadap Bahaya Krisis Identitas," *Vocat: Jurnal Pendidikan Katolik* 1, no. 2 (2022): 78–85, <https://doi.org/10.52075/vctjpk.v1i2.22>.

¹⁹ Thomas E Bergler, "Youth, Christianity, and the Crisis of Civilization, 1930–1945," *Religion and American Culture-a Journal of Interpretation* 24, no. 2 (2014): 259–96, <https://doi.org/10.1525/RAC.2014.24.2.259>.

²⁰ Winda Romaboida Situmorang and Hayati Rahma, "Media Sosial Instagram Sebagai Bentuk Validasi Dan Representasi Diri," *Jurnal Sosiologi Nusantara*, 2023.

²¹ Imogen Tyler, "From 'the Me Decade' to 'the Me Millennium': The Cultural History of Narcissism.," *International Journal of Cultural Studies* 10, no. 3 (2007): 343–63, <https://doi.org/10.1177/1367877907080148>.

salib setiap hari, dan mengikuti Yesus Kristus, yang adalah Tuhan dan Juruselamat.²² Ini bukan sekadar tindakan pasif, melainkan suatu keputusan sadar untuk menolak ego-sentrisme dan memilih hidup taat yang tidak mementingkan diri sendiri dan harus menyangkal diri, merelakan diri, dan hidupnya untuk melayani orang lain.²³

Selain itu, kesetiaan dalam penderitaan merupakan bentuk spiritualitas yang sangat relevan saat ini. Ketika budaya digital mendorong segala sesuatu untuk terjadi secara cepat dan instan, iman Kristen mengajarkan bahwa pertumbuhan sejati sering kali muncul melalui proses yang menyakitkan dan memerlukan ketekunan dan hidup dalam penyangkalan diri. Ini mengingatkan pada penderitaan dalam kehidupan orang percaya sejatinya merupakan cerminan dari pengalaman Ayub, di mana penderitaan menjadi sarana untuk membentuk ketangguhan dan keteguhan iman Kristen.²⁴ Oleh sebab itu, spiritualitas Kristen mengajak umat percaya untuk tetap setia dalam proses pembentukan iman yang tidak mudah, dan justru dalam penderitaan itulah karakter Kristus hidup dan terus berkarya (Rm. 5:3-5). Sebab ketekunan rohani juga menjadi fondasi penting dalam menghadapi gaya hidup digital yang dangkal dan terburu-buru. Dengan demikian gereja dan institusi pendidikan Kristen memiliki tanggung jawab besar untuk membentuk ulang praksis spiritualitas. Su-paya kedepannya para anak muda ini menjadi terang dan garam yang memberi arah dan makna sejati dalam kehidupan digital masa kini.

Pendidikan Spiritualitas sebagai Strategi Gereja dalam Formasi Iman Digital

Melihat dampak negatif yang banyak muncul terkait perkembangan zaman digital yang semakin kompleks, pendidikan iman di lingkungan gereja dan sekolah Kristen perlu mengalami pembaruan paradigma. Gereja harus secara kreatif mengemas kegiatan digital mereka untuk mendorong pertumbuhan spiritual dan mengaktualisasikan kekristenan di ruang virtual. Hal ini membutuhkan perubahan paradigma dalam memahami bagaimana Kekristenan dan spiritualitas dapat diintegrasikan ke dalam konteks digital.²⁵ Tidak dipungkiri selama ini, pendidikan gerejawi cenderung menitikberatkan pada aspek kognitif dan penguasaan doktrin, namun sering kali mengabaikan pembentukan spiritualitas yang mendalam dan relevan dengan konteks kehidupan digital masa kini. Padahal, tantangan iman yang dihadapi generasi muda saat ini tidak hanya berkaitan dengan pemahaman teologis, tetapi juga dengan bagaimana mereka menghayati iman dalam keseharian yang sangat dipengaruhi oleh teknologi digital. Pemimpin gereja memainkan peran penting dalam membimbing pembentukan iman digital.²⁶ Oleh karena itu, diperlukan sebuah pendekatan baru dalam pendidikan iman yang tidak hanya menanamkan pengetahuan, tetapi juga membentuk karakter spiritual. Pendekatan ini menekankan pentingnya

²² Danny Yonathan, "Memahami Konsep Menyangkal Diri, Memikul Salib Dan Mengikut Yesus: Sebuah Analisis Biblikal Lukas 9:23-26," *Jurnal Teologi Berita Hidup*, 2019, <https://doi.org/10.38189/jtbh.v1i2.14>.

²³ Ezra Tari and Talizaro Tafonao, "Konsep Hamba Berdasarkan Markus 10:44," *KENOSIS: Jurnal Kajian Teologi* 5, no. 1 (2019): 77–91, <https://doi.org/10.37196/kenosis.v5i1.57>.

²⁴ Yonatan Alex Arifianto, "Reflektif Penderitaan Ayub Sebagai Resiliensi Iman Kristen: Membangun Pondasi Kekristenan," *ELEOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 1 (2023): 20–31.

²⁵ Yonatan Alex Arifianto, Jirmia Dofi Suharijono, and Adi Sujaka, "Eksplorasi Rohani Sebagai Pertumbuhan Spiritualitas Dalam Ruang Virtual: Misi Kekristenan Di Era Digital," *Teleios* 4, no. 1 (2024): 64–72, <https://doi.org/10.53674/teleios.v4i1.98>.

²⁶ Roy Imbing and Remegises Daniah Yohanis Pandie, "Application of Shepherd Leadership to the Spiritual Growth of Christian Youth in the Digital Age," *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat* 7, no. 2 (2023): 177, <https://doi.org/10.46445/ejti.v7i2.668>.

integrasi antara nilai-nilai rohani yang bersumber dari iman Kristen dan penggunaan teknologi secara bijak.

Pendidikan spiritualitas perlu dirancang untuk membekali kaum muda dengan kemampuan reflektif dan kepekaan rohani dalam menghadapi realitas digital yang penuh godaan dan kecanduan, dan bahkan adanya informasi yang membingungkan yang bisa jadi membuat identitas diri tereduksi. Hal ini juga menyadarkan bahwa teknologi tidak dilihat sebagai ancaman mutlak, melainkan sebagai sarana yang bisa digunakan untuk pertumbuhan iman jika dikelola dengan hikmat. Selain itu, pendampingan rohani yang personal dan kontekstual menjadi elemen penting dalam model pendidikan ini. Remaja dan kaum muda membutuhkan figur rohani yang tidak hanya mengajarkan doktrin, tetapi juga hadir secara nyata dalam dinamika kehidupan mereka, termasuk dalam pergulatan iman di ruang digital. Pendidikan iman yang demikian akan menumbuhkan relasi yang hidup antara peserta didik dengan Allah, serta memperkuat identitas mereka sebagai murid Kristus di tengah dunia digital.

KESIMPULAN

Dalam era digital yang serba cepat dan penuh distraksi, krisis identitas di kalangan generasi muda menjadi tantangan serius yang tidak dapat diabaikan. Media sosial dan budaya digital telah membentuk pola pikir, perilaku, dan bahkan spiritualitas remaja dengan cara yang dangkal dan instan. Mereka lebih sering membangun identitas berdasarkan validasi eksternal dan citra semu di dunia maya, yang berujung pada kecemasan, keterasingan spiritual, dan krisis karakter. Dalam kondisi ini, spiritualitas Kristen memiliki peran yang sangat penting sebagai fondasi kokoh yang mengarahkan manusia kembali pada identitas sejatinya di dalam Kristus. Spiritualitas ini mengajarkan ketekunan, kesetiaan dalam penderitaan, penyangkalan diri, dan kasih yang tidak bersyarat, sebagai bentuk resistensi terhadap godaan budaya digital yang menyesatkan.

Oleh karena itu, gereja dan lembaga pendidikan Kristen perlu melakukan transformasi dalam pendekatan pembinaan iman. Pendidikan spiritualitas tidak boleh lagi hanya bersifat kognitif dan doktrinal, tetapi harus menyentuh pembentukan karakter dan relasi pribadi dengan Allah, yang relevan dalam konteks digital masa kini. Integrasi antara disiplin rohani klasik dan pemanfaatan teknologi secara bijak perlu dikembangkan dalam bentuk pendidikan iman yang kontekstual dan menyeluruh. Dengan membangun spiritualitas yang berakar dalam Kristus, generasi muda akan mampu mengenali jati diri sejatinya, bertahan dalam tekanan budaya digital, serta menjadi saksi yang hidup bagi kasih dan kebenaran Allah di tengah dunia yang terus berubah.

REFERENSI

- Andary, Ria Wuri, and Khairullah Khairullah. "Media Sosial dan Eksistensi Remaja." *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah* (2023). <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i3.676>.
- Aprilia, Rizki, Aat Sriati, and Sri Hendrawati. "Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja." *Journal of Nursing Care* 3, no. 1 (2020): 41–53.
- Arifianto, Yonatan Alex. "Reflektif Penderitaan Ayub Sebagai Resiliensi Iman Kristen: Membangun Pondasi Kekristenan." *ELEOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 1 (2023): 20–31.
- Arifianto, Yonatan Alex, Jirmia Dofi Suharijono, and Adi Sujaka. "Eksplorasi Rohani Sebagai Pertumbuhan Spiritualitas Dalam Ruang Virtual: Misi Kekristenan Di Era Digital." *Teleios* 4, no. 1 (2024): 64–72. <https://doi.org/10.53674/teleios.v4i1.98>.

- Bergler, Thomas E. "Youth, Christianity, and the Crisis of Civilization, 1930–1945." *Religion and American Culture: A Journal of Interpretation* 24, no. 2 (2014): 259–96. <https://doi.org/10.1525/RAC.2014.24.2.259>.
- Danuri, Muhamad. "Perkembangan Dan Transformasi Teknologi Digital." Infokam (2019).
- Dwistia, Halen, Meilisa Sajdah, Octa Awaliah, and Nisa Elfina. "Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Media Pembelajaran Pendidikan Agama Islam." *Ar-Rusyd: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 1, no. 2 (2022): 81–99. <https://doi.org/10.61094/arrusyd.2830-2281.33>.
- Huriati, and Nur Hidayah. "Krisis Identitas Diri Pada Remaja." Sulesana (2016).
- Imbing, Roy, and Remegises Danial Yohanis Pandie. "Application of Shepherd Leadership to the Spiritual Growth of Christian Youth in the Digital Age." *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat* 7, no. 2 (2023): 177. <https://doi.org/10.46445/ejti.v7i2.668>.
- Jabeen, Fakhra, Charlotte Gerritsen, and Jan Treur. "'I Ain't Like You' A Complex Network Model of Digital Narcissism." In *Studies in Computational Intelligence*, 882 SCI:337–49. Cham: Springer, 2020. https://doi.org/10.1007/978-3-030-36683-4_28.
- Koehuan, Neri Astriana, Dylmoon Hidayat, and Chrissya Apitula. "Penanaman Konsep Identitas Diri Berdasarkan Iman Kristen Melalui Peranan Pendidikan Kristen." *Academy of Education Journal* 13, no. 1 (2022): 63–73. <https://doi.org/10.47200/aoej.v13i1.966>.
- Matondang, S. "Memahami Identitas Diri Remaja Dalam Kristus Menurut Efesus 2:1-10." *ILLUMINATE: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 1 (2018): 105–24. <http://sttbaptis-medan.ac.id/e-journal/index.php/illuminate/article/view/2>.
- Matondang, Sadadohape. "Memahami Identitas Diri Dalam Kristus Menurut Efesus 2:1-10." *ILLUMINATE: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani* (2018). <https://doi.org/10.54024/illuminate.v1i1.2>.
- Meilani, Meilani, and Andreas Fernando. "Pendidikan Agama Kristen Dalam Keluarga Di Era Digital Membangun Remaja Bijak Menggunakan Media Sosial." *Veritas Lux Mea (Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen)* (2022). <https://doi.org/10.59177/veritas.v4i2.157>.
- Mulyono, Fany. "Dampak Media Sosial Bagi Remaja." *Jurnal Simki Economic* (2021). <https://doi.org/10.29407/jse.v4i1.66>.
- Nurhayati, Meilisa Ani, Abidin Pandu Wirayudha, Ahmad Fahrezi, Dayintasya Ratih Pasama, and Aditia Muhammad Noor. "Islam Dan Tantangan Dalam Era Digital: Mengembangkan Koneksi Spiritual Dalam Dunia Maya." *AL-AUFA: Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman* (2023). <https://doi.org/10.32665/alaufa.v5i1.1618>.
- Pratama, Alfonsius Yoga, Antonius Denny Firmanto, and Nanik Wijiyati Aluwesia. "Urgensitas Pembinaan Orang Muda Katolik Terhadap Bahaya Krisis Identitas." *Vocat: Jurnal Pendidikan Katolik* 1, no. 2 (2022): 78–85. <https://doi.org/10.52075/vctjpk.v1i2.22>.
- Rope, Denny. "Hubungan Media Sosial Terhadap Krisis Identitas Remaja: Studi Kualitatif." *Jurnal Kala Nea* 3, no. 1 (2022): 44–54.
- Sanjaya, Ghaitasaa Zahraa Kathrina, Gladiolla Dian Celvianna Putri, Nalla Taquysha Pasaribu, and others. "Krisis Identitas Pada Generasi Muda Karena Dampak Globalisasi Dan Media Sosial." *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humaniora* 3, no. 01 (2025).
- Saryuti, Saryuti, and Haerani Nur. "Identitas Di Era Maya: Pencarian Jati Diri Remaja Dalam Labirin Media Sosial." *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 2, no. 02 (2025): 13–23.

- Situmorang, Winda Romaboida, and Hayati Rahma. "Media Sosial Instagram Sebagai Bentuk Validasi Dan Representasi Diri." *Jurnal Sosiologi Nusantara* (2023).
- Suryani, Ulfa, and Velga Yazia. "Hubungan Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Pada Remaja." *Jurnal Keperawatan* (2023).
<https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i2.862>.
- Tari, Ezra, and Talizaro Tafonao. "Konsep Hamba Berdasarkan Markus 10:44." *KENOSIS: Jurnal Kajian Teologi* 5, no. 1 (2019): 77–91.
<https://doi.org/10.37196/kenosis.v5i1.57>.
- Tyler, Imogen. "From 'the Me Decade' to 'the Me Millennium': The Cultural History of Narcissism." *International Journal of Cultural Studies* 10, no. 3 (2007): 343–63.
<https://doi.org/10.1177/1367877907080148>.
- Yonathan, Danny. "Memahami Konsep Menyangkal Diri, Memikul Salib Dan Mengikut Yesus: Sebuah Analisis Biblikal Lukas 9:23-26." *Jurnal Teologi Berita Hidup* (2019).
<https://doi.org/10.38189/jtbh.v1i2.14>.