

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA DAN KAJIAN TEORI

A. Pandangan Alkitab Tentang Teknologi

1. Perjanjian Baru

Dalam Matius 24:1-3 juga dikisahkan bagaimana Yesus mengatakan kepada murid-murid bahwa Bait Allah akan diruntuhkan. Bangunan mewah yang dibangun dan dibiayai dari pemberian persembahan, bangunan yang dikagumi banyak orang karena kemegahannya, murid-murid berharap bahwa Yesus juga akan terhibur dengan melihat Bait Allah yang megah itu, namun ternyata Yesus malah ingin meruntuhkannya, mengapa Yesus mengatakan bahwa tidak ada satupun batu yang akan dibiarkan terletak, karena kemuliaanya telah dinodai dan dicemarkan dengan dosa-dosa para imam, dan juga ajaran Farisi yang cenderung menyukai emas dari Bait Allah itu sendiri, lebih mengagumi kemegahan bangunan Bait Allah daripada Kristus itu sendiri. Hal ini sekaitan dengan teknologi dimana pembangun Bait Allah tidak terlepas dari peran teknologi, namun Tuhan tidak menghendaki hal itu karena Bait Allah yang dibangun tidak memuliakan nama-Nya.¹¹ Sama

¹¹ Alfius Areng Mutak, *Pentingnya Formasi Spiritualitas Bagi Pendidikan Pembinaan Iman Warga Gereja* (Malang: Media Nusa Creative, 2017), 31-32.

halnya dengan teknologi, teknologi jika digunakan dengan motivasi dan tujuan yang salah hal itu tidak diperkenankan Tuhan.

2. Perjanjian Lama

Dalam Perjanjian Lama ada beberapa kisah yang menceritakan adanya teknologi yang berperan, meskipun tidak secanggih teknologi zaman sekarang.

Kejadian 11 : 1-9 menjadi salah satu kisah penggunaan teknologi, ketika Menara Babel akan dibangun. Pembangunan Menara Babel tidak terlepas dari penggunaan pengetahuan dan *skill*. Pemilihan bahan-bahan dan proses pembangunan. Tanah Sinear adalah tanah yang datar dan disana tidak ditemukan batu atau yang lainnya.¹² Pada *ayat 3* “ *marilah kita membuat batu bata dan ter gala-gala sebagai tanah liat*”, pengetahuan yang digunakan membuat batu bata dan bahan lainnya menjadi bukti sebuah teknologi. Tuhan tidak menentang penggunaan teknologi, namun Tuhan tidak berkenan kepada penyalahgunaan teknologi, seperti dalam Kejadian 11:1-9, Tuhan memporak-porandakan menara Babel karena motivasi pembangunan Menara Babel yang salah, untuk mencari nama dan mau menyaingi Tuhan.¹³

¹² Matthew Henry, *Tafsiran Matthew Henry Kitab Kejadian*, ed. Stevy W.Tilaar johnny Tjia, Barry Van Der Schoot (Surabaya: Momentum, 2014), 269.

¹³ Djoys Anneke Rantung and Fredik Melkias Boiliu, “Teknologi Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Kristen Yang Antisipatif Di Era Revolusi Industri 4.0,” *Shanan* 4, no. 1 (2020): 52-53.

B. Generasi Z

1. Pengertian Generasi Z

Generasi Z atau Gen-Net adalah Generasi yang hadir dalam kondisi kekuatan akses dan okomodasi informasi yang sangat luar biasa bahkan Generasi Z menjadi generasi yang hidupnya sangat bergantung dan mengandalkan teknologi untuk berkomunikasi dan terlebih bersosialisasi.¹⁴ Ada beberapa tokoh yang mencoba mengklasifikasi umur generasi Z namun dalam penelitian ini akan menggunakan klasifikasi White, yang berpendapat bahwa Generasi Z adalah generasi yang lahir pada 1995-2010.¹⁵

Pada 2012 Palley dan Turner melakukan sebuah penelitian yang melibatkan Generasi Z sebagai responden, dan hasilnya menyatakan bahwa 60% responden yang adalah Generasi Z lebih sering berinteraksi dengan orang-orang di media sosial, dan ada 50% yang lebih senang berkomunikasi secara online dibandingkan dengan berkomunikasi secara langsung dalam kehidupan nyata, dan juga ditemukan 70% Generasi Z cenderung lebih nyaman berkomunikasi dengan teman-teman secara online.¹⁶ Jika kita melihat di sekitar hampir semua Generasi Z yang

¹⁴ Komisi Kateketik KWI, *Hidup Di Era Digital* (Yogyakarta: PT.Kanisius, 2015), 23-24.

¹⁵ James Emery White, *Meet Generation Z: Understanding and Reaching the New Post-Christian World* (Amerika Serikat: Baker Books, 2017), 38.

¹⁶ Anthony Turner, "Generation Z: Technology and Social Interest," *The Journal of Individual Psychology* 71, no. 2 (2015): 103–113, https://www.researchgate.net/publication/281960661_Generation_Z_Technology_and_Social_Interest.

notabene pada saat ini telah SMA dan Kuliah, hampir semua memiliki *smartphone*, baik yang tingkat ekonominya kurang, sedang dan tinggi. Dalam artian bahwa Generasi Z hampir setiap hari memegang *smartphone*. Bahkan jika melihat di sekitar, anak-anak muda sekarang sudah tidak tertarik lagi pada televisi, dan ada satu fenomena juga, Generasi Z mungkin lebih gelisah ketika tidak dapat mengakses internet dibandingkan ketika mereka kehilangan uang jajan mereka.¹⁷

2. Karakteristik Generasi Z

a. *Digital Native*

Generasi Z lahir dalam situasi perkembangan teknologi dan tumbuh dengan dunia digital, jadi dari kecil sudah terkoneksi dengan dunia digital. Generasi Z adalah generasi yang mahir dalam digitalisasi. Mereka akan sangat mudah mengakses informasi-informasi yang dibutuhkan.¹⁸

¹⁷Lasti Yossi Hastini, Rahmi Fahmi, and Hendra Lukito, "Apakah Pembelajaran Menggunakan Teknologi Dapat Meningkatkan Literasi Manusia Pada Generasi Z Di Indonesia?," *JAMIKA: Jurnal Manajemen Informatika* 10, no. 1 (2020): 12–28, https://www.researchgate.net/publication/340903952_Apakah_Pembelajaran_Menggunakan_Teknologi_dapat_Meningkatkan_Literasi_Manusia_pada_Generasi_Z_di_Indonesia.

¹⁸Hadion Wijoyo et al., "Generasi Z & Revolusi Industri 4.0," *Pena Persada*, last modified 2020, accessed March 26, 2023, 1. https://www.researchgate.net/publication/343416519_GENERASI_Z_REVOLUSI_INDUSTRI_40.

b. Tidak Konsisten (*fast switcher*)

Generasi Z juga dikenal sebagai generasi yang tidak konsisten atau *fast switcher*, mengapa dikatakan seperti ini, karena Generasi Z akan sangat mudah dan cepat berpindah pemikiran atau pilihan dari satu pemikiran ke pemikiran lain dan juga pekerjaan ke pekerjaan lain .¹⁹

c. Serba Instan

Generasi Z jika dibandingkan dengan Generasi di atasnya yaitu Generasi Milenial, Generasi Z jauh lebih instan dari pada Generasi Milenial, Generasi Z ingin cepat dan cenderung mengesampingkan proses. Fenomena hidup instan menjadi salah satu ciri yang sangat melekat pada Generasi Z. Semua hal bisa diakses hanya dengan menggunakan media sosial.²⁰

d. Berjiwa Bebas

Tumbuh dalam keadaan bebas berpendapat melalui berbagai media membuat Generasi Z sulit berada di lingkungan otoriter. Dalam kehidupan setiap hari hak bebas menjadi salah satu hal yang dimiliki setiap orang. Bebas melakukan hal-hal tertentu, hal ini membuat Generasi Z memiliki jiwa yang bebas.

¹⁹ *Ibid*, 1.

²⁰ *Ibid*, 29.

e. Kreatif

Generasi Z adalah generasi yang kreatif, Gen Z sangat tertarik melakukan berbagai hal yang kreatif, kreatifitas Gen Z yang tinggi disebabkan juga karena Gen Z aktif menggunakan media sosial. ²¹ Gen Z mengekspresikan diri dalam bidang kesenian, musik dan media sosial seperti TikTok, Instagram, Facebook dan lainnya. ²²

C. Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Kesehatan mental memiliki banyak definisi namun secara etimologisnya, "mental" yang berasal dari kata "mens" atau "mentis" yang jika diartikan berarti jiwa atau nyawa. Dalam bahasa Yunani kesehatan dapat diartikan dengan kata "hygiene", yang berarti ilmu kesehatan.²³

Isu kesehatan mental sudah tidak asing lagi di kalangan mahasiswa. Sudah banyak platform yang mengangkat isu ini, dan bahkan tidak sedikit ada orang-orang yang kesehatan mentalnya sedang tidak baik. Kesehatan Mental adalah ketika manusia mampu menyesuaikan diri

²¹ Syahrudin et al., *Fenomena Komunikasi Di Era Virtualitas , Sebuah Transisi Sosial Sebagai Dampak Eksistensi Media Sosial* (CV Green Publisher Indonesia, 2023), 19-20.

²² Igea Siswanto, "Generation To Generation : Kebangkitan Gen Z," in *Satu Tubuh Satu Visi* (Yogyakarta: Bahana, 2023), 12.

²³ Indra Adityawarman, "Sejarah Perkembangan Gerakan Kesehatan Mental," *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah dan Komunikasi* 4, no. 1 (1970): 91-110, <https://www.neliti.com/publication/144551/sejarah-perkembangan-gerakan-kesehatan-mental>.

dengan kehidupan, diri sendiri dengan orang lain dan diri sendiri dengan masyarakat dan lingkungan.²⁴

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam menjamin kesehatan secara menyeluruh.²⁵ Kesehatan mental dapat diartikan juga sebagai tidak adanya keluhan dari seseorang mengenai usahanya untuk mengenal dirinya dan orang lain.²⁶ Ada banyak gangguan perasaan yang kerap kali dirasakan akibat terganggunya kesehatan mental, seperti emosi yang tidak terkontrol, cemas berlebihan, rasa iri yang berlebihan, dan selalu merasa sedih atau tidak sukacita, merasa rendah diri dan lain sebagainya.

Dari pengertian di atas, dapat dipahami bahwa kesehatan mental adalah adanya keharmonisan yang dirasakan oleh jiwa, dan juga sanggup untuk mengenal diri sendiri.

2. Pentingnya Kesehatan Mental

Menurut Reski Amelia kesehatan fisik dan mental adalah dua hal sangat penting. Kesehatan fisik akan mendukung tubuh berfungsi dengan baik, dan kesehatan mental akan memungkinkan setiap individu memiliki

²⁴Zainal Aqib, *Psikologi Konseling & Kesehatan Mental* (Yogyakarta: Pustaka Referensi, 2021), 37.

²⁵Ilham Akhsanu Ridlo, "Pandemi COVID-19 Dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental Di Indonesia," *INSAN: Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 5, no. 2 (2020): 155–164, <http://e-journal.unair.ac.id/JPKM/article/view/22778>.

²⁶Abdul Hamid, "Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi Agama," *jurnal Kesehatan Tadulako* 3, no. 1 (2017): 1–14, <https://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/HealthyTadulako/article/wiew/8714>.

emosional yang baik, kehidupan psikologis yang baik dan juga memiliki kehidupan sosial yang baik. Kesehatan mental penting baik bagi anak-anak, remaja hingga dewasa.²⁷ Saat ini kesehatan mental cenderung sebagai hal yang biasa dan tidak penting, namun anggapan seperti inilah yang kerap kali membuat banyak orang lengah sehingga tidak peduli pada kesehatan mental.

Kesehatan mental bagian dari kehidupan yang sangatlah penting, sehat mental dapat berarti bahwa manusia dapat hidup dalam kehidupan yang berkualitas dan bahkan memiliki motivasi untuk hidup secara berkualitas. Kesehatan mental terkait dengan beberapa hal (1) bagaimana mempresentasikan pikiran, perasaan dan kegiatan yang dilakukan dengan baik, (2) bagaimana kita dapat menerima, melihat dan menghargai keberadaan diri kita sendiri dan juga keberadaan orang lain, (3) apakah kita mampu mengambil keputusan bagi kehidupan kita.²⁸

3. Karakter Mental yang Sehat

Ketika melihat pengertian kesehatan mental yang telah dipaparkan di atas, maka kita akan melihat karakter mental sehat yaitu:

a. Dapat Menyesuaikan Diri (*Self adjustment*)

Penyesuaian diri merupakan sebuah proses dimana manusia dapat mengatasi stres dengan baik, konflik, serta gangguan lainnya

²⁷Reski Amelia, *Pentingkah Kesehatan Mental* (Jakarta: Pustaka Taman Ilmu, 2020), 29.

²⁸Syamsu Yusuf, *Kesehatan Mental* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2018), 27.

menggunakan langkah-langkah tertentu.²⁹ Orang yang mampu menyesuaikan diri ketika mampu menempatkan diri dimanapun dia berada bahkan mampu bersosialisasi dengan baik dengan hal-hal yang ada di sekitarnya.

b. Mengembangkan Potensi Semaksimal Mungkin

Seseorang yang mampu mengembangkan bakat atau potensi yang dimiliki dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif menjadi salah satu karakter seseorang yang sehat mental. Bahkan menjadikan hal-hal negatif menjadi sebuah motivasi untuk mengembangkan diri.³⁰

Seseorang dengan mental yang sehat akan mengenali potensi yang ada pada dirinya dan tidak hanya sekedar dikenali namun juga mampu mengembangkan potensi tersebut

c. Tercapai Kebahagiaan Pribadi dan Orang Lain

Seseorang dengan mental yang sehat akan selalu menampilkan perilaku yang positif terhadap dirinya maupun terhadap orang lain. Mampu memberikan hal-hal positif kepada orang-orang yang ditemuinya.³¹ Dalam hal ini seseorang yang memiliki mental yang sehat cenderung memberi banyak dampak yang baik juga terhadap kehidupan orang lain.

²⁹ *Ibid*, 40.

³⁰ *Ibid*, 42.

³¹ *Ibid*, 43-44.

D. Spiritual

1. Pengertian Spiritual

Spiritual berasal dari kata benda “*Spirit*” dan imbuhan “*ualis*” sehingga terbentuk kata sifat yaitu *spiritualis*, yang berarti rohani, batin, kejiwaan dan makna. Kata ini lalu digunakan menjadi sebutan yang kerap kali digunakan sebagai bentuk kualitas kehidupan keagamaan.³²

Spiritualitas berhubungan pada proses untuk memiliki kehidupan religius yang baik.³³ Spiritualitas tidak bisa dipisahkan dari kehidupan beragama, ketika membahas mengenai agama maka spiritual juga akan menjadi bagian di dalamnya. Namun seiring berjalannya waktu kehidupan spiritual tidak lagi menjadi hal yang betul-betul dibutuhkan. Joe Holland berpendapat tentang fenomena kristen spiritualitas yang terjadi, Holland mengatakan bahwa kita adalah anugerah Allah yang memiliki energi kreatif yang membuat kita menjadi “*cocreator*”.³⁴

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa spiritualitas adalah semua hal yang mencakup kehidupan baik secara individu yang mampu membawa kita memiliki relasi atau hubungan yang baik dengan hal-hal yang ada di sekitar.

³²Karl Rahner, *Encyclopedia Of Theology* (London: ST Pauls, 1977), 1624.

³³Aliester E. McGrath, *Spiritualitas Kristen* (Medan: Bina Media Perintis, 2007), 2.

³⁴Joe Holland, “A Postmodern Vision of Spirituality And Society,” in *Spirituality of Society Post Modern Vision*, ed. David Ray Griffin (New York: State University Press, 1988), 41.

2. Spiritual Check Up

a. Disiplin Rohani yang baik

Disiplin rohani adalah sarana-sarana yang ditetapkan Tuhan, yang menolong kita mendekat kepada Tuhan, mengalami-Nya, dan diubahkannya makin serupa dengan Kristus, disiplin rohani menolong kita memiliki kehidupan spiritual yang baik dan memiliki hubungan yang baik dengan Tuhan. Disiplin rohani bukan hanya dilakukan secara pribadi saja seperti saat teduh, *bible reading*, pendalaman Alkitab, puasa. Disiplin rohani juga dapat dilakukan bersama seperti persekutuan, pendalaman Alkitab dalam kelompok dan lainnya.

b. Iman dan Ketaatan

Sebagai seorang Kristen, salah satu konsep Teologi Kristen adalah tentang kepercayaan dan ketaatan. Konsep inilah yang dapat menggambarkan beberapa tokoh Alkitab yang memegang hal ini, seperti Abraham, iman dan ketaatan Abraham dalam kehidupannya menjadi teladan yang luar biasa bagaimana kehidupan spiritualnya selalu terjaga dengan baik, bagaimana relasi dengan Tuhan selalu intim. Iman dan ketaatan Abraham membuat Abraham memperoleh sukacita luar biasa dari Tuhan.³⁵

³⁵ Alfius Areng Mutak, *Pentingnya Formasi Spiritualitas Bagi Pendidikan Pembinaan Iman Warga Gereja* (Malang: Media Nusa Creative, 2017), 31-32.

E. TikTok

1. Pengertian TikTok

Aplikasi TikTok adalah *platform* yang saat ini digemari pengguna media sosial. TikTok merupakan aplikasi yang dapat digunakan dengan mudah untuk membuat video pendek yang kreatif dan dapat menarik perhatian para penggunanya. TikTok adalah aplikasi yang dirilis pada September 2016 oleh Zhang Yiming dan kemudian memasuki Indonesia pada September 2017, setelah masuk ke Indonesia aplikasi TikTok menjadi aplikasi yang sangat digemari, namun secara resmi pada tanggal 3 Juli 2018 kementerian dengan resmi memblokir aplikasi TikTok dari Indonesia, hal ini dilakukan bukan tanpa alasan namun ada hal-hal tertentu yang menjadi pertimbangan, salah satu alasannya karena pada saat itu masih belum ada pengaturan batasan umur sehingga akses menonton video-video tertentu belum terkontrol dengan baik, pada saat itu ada 2.853 komentar negatif dari warga Indonesia mengenai aplikasi TikTok. Setelah pemblokiran ini, pendiri aplikasi TikTok mendatangi Indonesia dan menyelesaikan masalah yang dialami, dan pada akhir tahun 2018 pihak pendiri TikTok merekrut 200 orang untuk mengawasi konten-konten di Indonesia.

Pengguna aplikasi ini bukan hanya dari kalangan orang biasa namun orang-orang terkenal pun menggunakan aplikasi ini. Aplikasi TikTok berhasil menggabungkan beberapa sosial media, hal ini yang

menjadikan TikTok sebagai aplikasi favorit saat ini. Awalnya TikTok ini diciptakan untuk mengakomodir pengguna yang memiliki bakat bernyanyi, menari dan lain-lain. Hampir sama dengan layanan aplikasi sosial media lainnya, TikTok juga menyimpan potensi besar akan hal-hal yang kurang baik, seperti *pornografi*, *bullying* dan hal negatif lainnya.

Menurut Mulyana, dalam menggunakan aplikasi TikTok ada dua faktor yang mempengaruhi penggunaan aplikasi Tiktok, yaitu, Faktor Internal (dari dalam) dan Faktor Eksternal (dari luar). Faktor dari dalam seperti perasaan, karakter dari setiap individu, keinginan, minat, motivasi dan lain sebagainya, sedangkan Faktor dari luar seperti latar belakang kehidupan baik dari keluarga atau lingkungan, informasi yang boleh didapatkan dan juga hal-hal baru yang bisa didapatkan.³⁶

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa TikTok merupakan *platform* yang sangat menarik, bukan hanya pada kalangan muda namun juga pada kalangan orang tua dan anak. TikTok memuat konten kreatif yang dapat memberi motivasi dan hal-hal lainnya.

2. Dampak Negatif Tiktok

a. Lupa waktu

TikTok yang pada dasarnya menyediakan *short Video* membuat penggunaanya tidak jenuh, hal ini menyebabkan kerap kali pengguna

³⁶ Deby Mulyana, *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005), 167.

TikTok lupa waktu, terlalu asik pada video yang ditonton, bermalasan, sehingga cenderung menyia-nyiakan waktu yang ada. Lupa waktu juga berdampak pada kegiatan lainnya, salah satu contohnya adalah menurunnya minat baca.

b. Mengurangi Kepekaan Sosial

Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya bahwa TikTok membuat para penggunanya lupa waktu, karena hal ini pengguna TikTok kadang kurang peka dengan kondisi sosial, terlalu banyak waktu untuk menghibur diri dan kurang peka terhadap keadaan sekitar.³⁷ Teknologi kerap kali membuat penggunanya tunduk pada layar dan cenderung mengabaikan hal-hal lainnya yang jauh lebih penting.³⁸

c. Cyber Bullying

Kehidupan media sosial tidak akan terlepas dari perundungan.³⁹ *Cyber Bullying* adalah tindakan perundungan seperti hinaan, ancaman dalam bentuk kata-kata yang dilakukan di media sosial.

Canggihnya internet membuat semua orang bisa mengobrol tanpa batas, karena komunikasinya tidak secara langsung, hal ini membuat banyak orang tanpa segan memberikan komentar yang kadang bernada

³⁷ Mafida Lestari, "Generasi Muda Penentu Maju Mundurnya Bangsa," in *Revolusi Senja*, ed. Korry El Yana (Tangerang: Indigo Media, 2021), 7–10.

³⁸ Wulan Rahmadani, "Urgensi Pendidikan Karakter Bagi Generasi Muda Di Era Digital," in *Saintis Muda Di Era Digital*, ed. Nanang Qosim and Yulia Romadiatri (Semarang: CV Alinea Media Dipantara, 2022), 37–38.

³⁹ Asditya Alif, *Penjara Virtual Bernama Media Sosial* (Purbalingga: Guepedia, 2021), 21-22.

kasar. Cyber Bullying juga mengunggah tulisan atau vidio di internet yang berisi hal-hal buruk tentang seseorang dan mengajak orang lain untuk ikut membenci orang tersebut. Hal ini juga banyak terjadi pada platform TikTok. Tindakan *Cyber Bullying* tidak hanya disebarakan melalui vidio singkat namun juga pada kolom komentar vidio-vidio tersebut. *Cyber Bullying* cenderung dilakukan secara sengaja oleh pelaku dan akan memberi dampak yang buruk terhadap korban.⁴⁰

d. *Cyber Sex*

Isu pornografi dalam internet tidak lagi menjadi hal yang tabu, pornografi online juga disebut *Cyber Sex*, contoh tindakan *cyber sex* adalah menonton vidio pornografi, membagikannya melalui media sosial. TikTok juga tidak terlepas dari tindakan *cyber sex*, pengguna TikTok yang beragam membuat banyak konten-konten mengenai pornografi. Dan bahkan tidak sedikit tindakan-tindakan pelecehan seksual yang dilakukan secara verbal, adanya kebebasan bermedia sosial membuat orang-orang tidak merasa takut untuk melakukan tindakan-tindakan *cyber sex*.

3. Dampak Positif TikTok

a. Media Informasi dan Media belajar

Segi pengelolaan konten pada TikTok beragam, dan tidak sedikit juga akun-akun yang mengelola konten dalam bentuk informasi yang

⁴⁰ Feri Sulianta and Wawan Hendrawan, *Cyber Ethics & Cyberbullying New Social Paradigm In Indonesia* (Bandung: Garuda Mas Sejahtera, 2018), 29-30.

mengedukasi dan juga media belajar bagi para pengguna TikTok. Informasi yang diberikan pun beragam, seputar kesehatan, pendidikan, pekerjaan, bisnis, kuliner, tutorial, dan yang lainnya.⁴¹

TikTok juga menjadi salah satu platform terupdate dengan isu-isu atau informasi update yang terjadi, baik dalam negeri maupun luar negeri. Hal ini membuat TikTok menjadi media informasi yang cepat. Selain menjadi media informasi, TikTok dengan vidio singkatnya juga menjadi media belajar, banyak konten-konten yang edukatif yang memuat *insight* baru.⁴²

b. Melatih Kreatifitas

Sistem TikTok yang dasarnya menyediakan vidio kreatif membuat para penggunanya tidak hanya sebagai penikmat konten kreatif namun juga berpotensi meningkatkan kreatifitas penggunanya. Pengguna dapat menciptakan ide kreatif sendiri kemudian dibagikan dalam bentuk vidio, dan juga ada pengguna yang terpicu kreatifitasnya setelah melihat konten pengguna lain.⁴³

⁴¹ Dwi Aris Nurohman, *Konten Creator: Cara Kreatif Menghasilkan Uang Dengan Menjadi Blogger, Youtuber Atau Tiktoker* (Bengkulu: Elmarkazi, 2021), 99.

⁴² Fadhlizha Izzati Rinanda Firamadhina and Hetty Krisnani, "Perilaku Generasi Z Terhadap Penggunaan Media Sosial Tiktok: TikTok Sebagai Media Edukasi Dan Aktivisme," *Social Work Jurnal* 10, no. 2 (2020): 202, <http://jurnal.unpad.ac.id/share/article/views/31443/15062>.

⁴³ Chotjah Fanaqi, "TikTok Sebagai Media Kreativitas Di Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Dakwah* 22, no. 1 (2021): 116–117, <https://ejournal.uin-suka.ac.id/dakwah/jurnaldakwah/article/download/1978/1433>.

c. Motivasi Rohani

Belajar Firman Tuhan tidak hanya ketika mengikuti persekutuan atau melakukan kegiatan rohani lainnya, namun juga melalui media lainnya. Media sosial tidak hanya menyediakan informasi seputar hal umum saja namun juga hal-hal rohani. Seperti halnya TikTok, banyak juga konten-konten rohani yang dibagikan, renungan singkat, dan motivasi-motivasi.

Motivasi rohani yang dikemas secara singkat melalui video yang kreatif membuat para penontonnya lebih mudah memahami dan cepat menangkap Firman Tuhan yang dibagikan.

F. Teori Sosial Albert Bandura

1. Biografi Albert Bandura

Albert Bandura lahir di Mundarae, Kanada pada tanggal 4 Desember 1925. Ayahnya adalah orang Polandia dan ibunya adalah orang Ukraina. Albert Bandura menyelesaikan S1nya di *University of British Columbia* dan mendapat gelar B.A. lalu Albert mendapat gelar M.A pada tahun 1951 dan gelar Ph.D. pada tahun 1952 di University Iowa. Kemudian Albert menyelesaikan pendidikan doktornya, dan pada tahun 1964 Albert memperoleh anugerah *American Psychology Association* pada tahun 1980.⁴⁴

⁴⁴ Bandura, *Social Learning Theory*, 3.

2. Teori Sosial

Albert Bandura telah menulis banyak karya tulis, salah satunya adalah buku yang berjudul "*social Learning Theory*". Albert Bandura terkenal dengan teori-teori luar biasanya, salah satu teorinya yang terkenal adalah Teori Sosial. Albert mengatakan bahwa lingkungan atau perilaku orang lain dapat menjadi *model* dari munculnya perilaku seseorang. Salah satu penelitiannya yang terkenal yang diberi nama *Bobo Doll Studies*, dan dari penelitian ini Albert Bandura kemudian menyimpulkan bahwa perilaku yang dilakukan oleh seseorang adalah perilaku yang ditiru melalui proses *Imitasi* dan *Modeling*.⁴⁵ Ada beberapa asumsi Dasar Teori Sosial, sebagai berikut

a. *Plasticity*

Dimana manusia memiliki *fleksibilitas*, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan mau belajar secara transparan dengan berbagai tingkah laku dalam situasi yang berbeda, dengan kata lain bahwa manusia dapat menempatkan diri dengan baik dan bahkan belajar. Dalam hal ini Albert Bandura lebih menekankan pada *Vicarious Learning* yaitu belajar dengan mengamati orang lain.⁴⁶

⁴⁵ Bandura, *Social Learning Theory*, 4.

⁴⁶ *Ibid*, 11.

b. Triadic Reciprocal Causation Model

Dimana manusia merupakan hasil dari interaksi di antara 3 variabel yaitu *Environment* (lingkungan luar yang berpengaruh), *Behavior* (perilaku individu) dan *Person* (faktor internal individu seperti persepsi, kognitif, dan yang lainnya).⁴⁷

c. Agent Perspective

Berarti bahwa pada dasarnya manusia dapat menentukan lingkungan seperti apa yang dia ingin ciptakan dan menempatkan diri dan juga manusia dapat menentukan kehidupan seperti apa yang diinginkan dan ini dikembangkan. *“manusia lah yang menciptakan sistem sosial dan ia pun merupakan produk dari sistem sosial tersebut” (Bandura).*⁴⁸

d. Self Regulation

Manusia meregulasi tindakan mereka melalui 2 faktor yaitu faktor dari dalam atau internal dan faktor dari luar atau eksternal. Faktor eksternal meliputi fisik dan sosial, sedangkan faktor internal meliputi *self observation*, *judgemental process* dan *self reaction*.⁴⁹

e. Moral Agency

Melalui *moral agency* manusia dapat mengatur tingkah laku. Dalam *Social Learning Theory* dikenal istilah *Observational Learning* yang berarti

⁴⁷ *Ibid*, 12.

⁴⁸ Arthur Freeman, *Cognition and Psychotherapy Second* (New York: Springer Publishing, 2004), 27.

⁴⁹ Bandura, *Social Learning Theory*, 11.

manusia mampu belajar, baik itu sikap, keterampilan, ataupun tingkah laku dimana sebagian besarnya merupakan hasil dari pengalaman vicarious atau observasi terhadap model.⁵⁰

Ada 4 proses *Modeling* yang diungkapkan oleh Albert Bandura, yaitu

1) *Attentional Processes*

Individu mengembangkan2 proses yaitu, kognitif dan keterampilan perseptual mereka untuk dapat mengamati dan bahan dapat memahami perilaku yang ditunjukkan oleh model.⁵¹

2) *Retention Process*

Individu mempertahankan atau mengingat perilaku model sehingga nantinya dapat ditiru atau mengulangnya di lain waktu. ⁵²

3) *Production Process*

Individu menerjemahkan gambaran mental atau representasi simbolik verbal dari perilaku model ke perilaku nyata secara fisik, dan selanjutnya menerima umpan balik, salah satunya dari lingkungan.⁵³

⁵⁰ *Ibid*, 12.

⁵¹ Albert Bandura, *Social Learning Theory* (USA: Stanford University, 1997), 6.

⁵² *Ibid*, 7.

⁵³ *Ibid*, 8.

4) *Incentive & Motivational Processes*

Individu memiliki pemahaman bahwa perilaku yang diimitasi akan mengarahkannya pada konsekuensi tertentu sehingga terjadi proses belajar untuk mengulangi perilaku yang sama di lain waktu.⁵⁴

G. Penelitian Terdahulu

1. Hasil Penelitian Luluk Makrifatul Madhani, Indah Nur Bella Sari dan M.Nurul Ikhsan Saleh (2021)

Penelitian Luluk Makrifatul Madhani, Indah Nur Bella Sari dan M.Nurul Ikhsan saleh (2021), berjudul "*Dampak Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Perilaku Islami Mahasiswa di Yogyakarta*". Penelitian ini adalah salah satu penelitian yang menggunakan metode kualitatif. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis dampak atau pengaruh aplikasi TikTok terhadap perilaku Islami Mahasiswa.

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa, dampak penggunaan aplikasi TikTok tidak hanya memberi dampak positif namun juga memberi dampak negatif kepada penggunanya, salah satu dampak positif diantaranya adalah *therapy healing* dan dampak negatif yaitu membuang-buang waktu, ujaran kebencian dan kerusakan perilaku Islami.

⁵⁴ *Ibid*, 8.

2. Hasil Penelitian Istika Ahdiyanti dan Ida Waluyati (2021)

Penelitian Istika Ahdiyanti dan Ida Waluyati (2021), berjudul *“Perilaku Keberagaman dan Fenomena Media Sosial TikTok Pada Generasi Z”*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang bertujuan menganalisis pergeseran nilai-nilai norma pada Generasi Z dikarenakan media sosial dan juga TikTok yang mempengaruhi keberagaman Generasi Z. Berdasarkan penelitian ini disimpulkan bahwa TikTok bisa berdampak negatif dan positif, tergantung pada individu yang menggunakan aplikasi TikTok bagaimana untuk memaksimalkan dan memanfaatkannya.

Nama	Judul	Variabel	Metode Analisis	Hasil Analisis
Luluk Makrifatul Madhani, Indah Nur Bella Sari dan M.Nurul Ikhsan Saleh ,2021	Dampak Penggunaan Media Sosial TikTok Terhadap Perilaku Islami Mahasiswa di Yogyakarta	Aplikasi Tiktok, Perilaku Islami, Mahasiswa.	Kualitatif	TikTok sudah menjadi fenomena pada kalangan remaja dan mahasiswa, namun melalui platform TikTok ini ternyata para penggunanya secara tidak sadar terkena dampak negatif dan juga dampak positif

				yang kemudian mempengaruhi kehidupan keagamaan dan kehidupan sosialnya. Para pengguna secara tidak sadar telah terjerumus dalam penyalahgunaan media sosial khususnya pada TikTok.
Istika Ahdiyanti dan Ida Waluyati,2021	Perilaku Keberagaman dan Fenomena Media Sosial TikTok Pada Generasi Z	TikTok, Generasi Z, Perilaku Keberagaman	Kualitatif	Generasi Z adalah Generasi cukup dekat dengan digitalisasi termasuk aplikasi TikTok. Aplikasi ini cukup populer di kalangan Generasi Z. Aplikasi Tiktok memberikan dampak negatif dan positif pada penggunanya, termasuk generasi Z yang pada dasarnya masih dalam fase pencarian jati diri, dengan melihat berbagai

				<p>macam konten di aplikasi Tiktok membuat para Generasi z ini cenderung tidak stabil secara individu dan cenderung masuk kedalam penyalahgunaan digitalisasi.</p>
--	--	--	--	--

H. Penelitian Sekarang

Penelitian ini berjudul *“Analisis Penggunaan TikTok bagi Kesehatan Mental dan Spiritual Generasi Z di IAKN Toraja Menurut Teori Sosial Albert Bandura”*. Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh TikTok bagi kesehatan mental dan spiritual Generasi Z di IAKN Toraja menurut Teori Sosial Albert Bandura.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif *field research*, dimana data akan dikumpulkan berupa gambar dan kata.

Nama	Judul	Variabel	Metode Analisis	Hasil yang diinginkan
Jenni, 2023	Pengaruh TikTok bagi Kesehatan Mental dan Spiritual	Teori Sosial Albert Bandura, Generasi Z,	Kualitatif <i>field research</i>	Mengetahui dan menganalisis pengaruh tiktok bagi kesehatan mental dan spiritual Generasi Z di IAKN

	Generasi Z di IAKN Toraja Menurut Teori Sosial Albert Bandura	TikTok, Kesehatan Mental, Spiritual.		Toraja jika dilihat menurut Teori Sosial Albert Bandura
--	---	--------------------------------------	--	---

Tabel perbandingan Penelitian Terdahulu dan Penelitian Sekarang

Peneliti (Terdahulu)		Peneliti (Sekarang)	
Luluk Makrifatul Madhani, Indah Nur Bella Sari dan M.Nurul Ikhsan Saleh, 2021	Menganalisis dampak negatif dan Positif TikTok pada Mahasiswa ditinjau dari perspektif Islami	Jenni, 2023	Menganalisis pengaruh TikTok pada Generasi Z menurut Teori Sosial Albert Bandura ditinjau dari perspektif Kekristenan
Istika Ahdiyanti dan Ida Waluyati, 2021	Yang diteliti perubahan perilaku Generasi Z dan Fenomena TikTok.		Yang diteliti pengaruh TikTok pada Kesehatan mental dan spiritual Generasi Z

