

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Psikologi spiritual merupakan cabang ilmu dari psikologi yang saling berhubungan antara dimensi spiritualitas dengan kesejahteraan manusia. Dunia yang semakin modern membuat banyak orang mencari arti kehidupan dan kedamaian batin, sehingga psikologi spiritual memberikan konsep tentang hal tersebut. Psikologi spiritual menawarkan perspektif yang unik dalam praktik klinis yang dapat membantu klien supaya menemukan praktik spiritual yang relevan terhadap keyakinan pada kehidupan mereka.<sup>1</sup>

Psikologi spiritual memperlihatkan adanya korelasi positif antara praktik spiritual dan kesejahteraan mental, yang dimaksud dengan hal tersebut adalah melalui kegiatan spiritual yang secara teratur melakukan komunikasi, berdoa dan ibadah, dan terlibat dalam kegiatan spiritual cenderung mengalami tingkat stres yang begitu rendah, mampu mengatasi trauma dan tingkat kepuasan yang lebih tinggi, dan adanya peningkatan empati, rasa syukur dan makna hidup.

Psikologi dan spiritual adalah sebagai dua hal yang satu dengan yang lain tidak bisa dipisahkan pada proses konseling, kedua hal ini dilakukan

---

<sup>1</sup> Sofia Lumbantobing, "Psikologi Spiritual Mencari Makna Dan Kesejahteraan Dalam Spiritualitas," *Circle Archive* 1, no. 4 (2024).2-3.

untuk membantu proses pendampingan bagi individu maupun kelompok yang mengalami masalah. Sehingga psikospiritual merupakan integrasi antara psikologis dengan spiritualitas yang memiliki tujuan membantu konseli untuk mencapai kesejahteraan spiritual, mental dan emosional.<sup>2</sup> Psikospiritual menjadi dasar bagi seorang konselor untuk membantu konseli menemukan cara yang efektif dalam mengatasi persoalan hidup secara khusus memperoleh spiritualitas yang sehat.

Kesehatan mental dan kesejahteraan spiritual salah satu aspek yang diharapkan oleh setiap individu maupun kelompok, namun seiring perkembangan zaman berbagai tantangan menjadi penghambat kesejahteraan tersebut secara khusus pada abad ke-21, yang banyak membawa perubahan sekaligus tantangan dalam segala aspek individu maupun kelompok, dan sekaligus membawa perkembangan yang sangat pesat baik pengetahuan maupun teknologi.<sup>3</sup> Salah satu teknologi canggih yang diciptakan manusia pada abad ini adalah *gadget*.

*Gadget* merupakan istilah pada bahasa Inggris yang definisinya adalah alat elektronik kecil dengan fungsi yang beragam, *gadget* wujudnya bisa berupa laptop ataupun komputer, *Tablet PC* dan juga *Handphone* atau Telepon Seluler. Awal kemunculan *gadget* hanya dapat dimiliki oleh

---

<sup>2</sup> Frans Laka Lazar, "Integrasi Psikologi Konseling Dalam Spiritual Direction: Sebuah Pendekatan Psiko-Spiritual," *Pendidikan Dan Kebudayaan Missio* 11 No1 (2019): 1–178.

<sup>3</sup> Ihsan Maulana and Nurhafizah Nurhafizah, "Analisis Kebijakan Pendidikan Anak Usia Dini Di Era Revolusi Industri 4.0," *Jurnal Pendidikan Tambusai* 3, no. 1 (2019): 657–65.

kalangan tertentu saja, namun seiring perkembangan *gadget* menjadi bagian yang sangat berperan penting dalam kehidupan manusia, tidak hanya sekedar di gunakan untuk berkomunikasi, namun dapat digunakan dalam mencipta serta menghibur, melalui video, tulisan, suara, dan gambar. *Gadget* tidak hanya dapat diakses oleh anak-anak, dewasa, namun telah digunakan oleh semua kalangan sampai usia lanjut juga dapat mengakses alat canggih tersebut dan membuat banyak orang yang kecanduan.<sup>4</sup> Kehadiran *gadget* membawa peluang sekaligus tantangan bagi manusia di era sekarang, dan menuntut manusia untuk mampu mengoperasikan alat tersebut sehingga pengguna *gadget* tidak dibatasi melainkan siapa pun dapat mengoperasikan alat tersebut.

Indonesia sendiri menunjukkan bahwa pengguna *gadget* yang mengalami kecanduan dan mempengaruhi perilaku bahkan bisa menimbulkan sebuah gangguan mental diantaranya yaitu stres, bunuh diri dan depresi seperti yang sudah pernah dilakukan Indra dalam penelitiannya tahun 2019 Yang menunjukkan sejumlah 171 sampel didominasi oleh perempuan atau persentasenya 63,2% yang usianya antara 14 sampai 17 tahun. Adapun pelajar sejumlah 120 sampel yang persentasenya 70,2% mengalami kondisi kecanduan internet dan 55 sampel atau pasca satunya 32,2% mengalami sebuah kejadian depresi. Selain itu hasil penelitian Latief

---

<sup>4</sup> Junierissa Marpaung, "Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Kehidupan (The Effect Of Use Of Gadget In Life)," *Jurnal KOPASTA* 5 No 1 (2018): 55–64.

dan Retnowati, pada tahun 2018 disimpulkan jika terdapat kecanduan internet serta gangguan jiwa dan bahkan depresi pada sejumlah 377 orang remaja di wilayah kota Jogjakarta dengan rentan usia 15 sampai 17 tahun.<sup>5</sup> Hal ini menandakan bahwa *gadget* sangat berpengaruh dalam kehidupan manusia terutama bagi generasi milenial. Salah satu manfaat keberadaan *gadget* yakni mempermudah dalam mengakses berbagai hal namun sekaligus membawa dampak negatif dalam kehidupan generasi muda secara khusus bagi pertumbuhan spiritual.

Sesuai dengan penelitian yang sudah dilakukan Juwinner Dedy Kasingku jika pemanfaatan *gadget* di satu sisi bisa memfasilitasi kegiatan kerohanian namun pada dasarnya penggunaan yang secara berlebihan dan tidak bertanggung jawab membawa dampak negatif bagi kehidupan spiritual salah satunya mengganggu kualitas ibadah, perhatian pada firman Tuhan juga akan menurun. Sehingga kehidupan rohani anak keseimbangannya akan rusak.<sup>6</sup> Keberadaan *gadget* dapat dikatakan bahwa membawa dampak positif dan sekaligus negatif bagi pertumbuhan spiritual apabila penggunaan alat tersebut tidak didampingi bahkan menggunakannya secara tidak bertanggungjawab.

---

<sup>5</sup> Mentari Kusuma Rini and Titih Huriah, "Prevalensi Dan Dampak Gadget Pada Remaja: Literatur Review," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 5 No 1 (2020): 192.

<sup>6</sup> Juwinner Kasingku and Alan Hubert Frederick Sanger, "Dunia Digital vs Dunia Rohani: Dilema Dalam Pertumbuhan Anak," *Journal of Education Research* 4, no. 3 (2023): 1325–30.

Sesuai dengan data pada observasi awal yang peneliti lakukan dengan didukung dengan wawancara pada pendeta pada tanggal 4 Maret 2024 tentang penggunaan *gadget* dalam Jemaat Minanga Cabang Kebaktian Tondok bahwa memiliki dua dampak yakni, positif maupun negatif. Berdasarkan hal tersebut dampak positif *gadget* bagi spiritual PPGT sangat kurang karena lebih banyak bermain games, menonton Tiktok, Facebook dan mengakses fitur yang lain, hal tersebut lebih menyenangkan bagi generasi sekarang dibandingkan persekutuan. Jadi, persekutuan bagi mereka sangat membosankan terutama bagi PPGT, selain itu dengan adanya *gadget* generasi sekarang mudah terpengaruh yakni cepat bosan dan emosinya susah dikontrol, bahkan perilakunya sangat banyak dipengaruhi oleh penggunaan *gadget* sehingga julukan bagi generasi milenial sekarang adalah generasi *Strawberry*, karena itu sangat penting untuk mendampingi mereka dan melalui pengawasan dari orang tua, karena *gadget* sudah menjadi candu bagi mereka.<sup>7</sup>

Melalui wawancara yang juga dilakukan pada tanggal 5 Maret 2024 dengan majelis gereja bahwa di era modern *gadget* sangat diperlukan untuk kehidupan setiap hari serta dalam kehidupan manusia sudah tidak bisa dipisahkan lagi., penggunaan *gadget* sangat banyak pengaruh negatifnya, bagi anak-anak bahkan tidak terkecuali orang tua, sangat mengalihkan perhatian dari hal-hal spiritual dengan adanya *gadget*.

---

<sup>7</sup> Narto Lome', Wawancara Penulis, Minanga, 5 Maret 2024.

Narasumber mengemukakan bahwa sebelum ada *gadget* PPGT masih antusias untuk bersekutu dalam ibadah namun keberadaan *gadget* membuat lupa berdoa, baca Alkitab bahkan bersekutu pada hari Minggu dan keberadaan *gadget* yang digunakan dapat mengganggu aktivitas ibadah mereka dan sulit menjalin interaksi dan komunikasi baik di dalam rumah maupun di luar rumah, selain itu ketika sudah tidak dapat mengakses internet anak-anak menjadi marah. Keberadaan *gadget* sangat mempengaruhi kehidupan spiritual PPGT juga pola hidup. Namun sejauh ini hal yang dilakukan oleh gereja hanyalah imbauan agar menonaktifkan HP pada saat ibadah sedang berlangsung, namun hal itu sangat tidak efektif. Sejauh ini strategi yang dilakukan oleh Gereja belum ada dalam meminimalisir penggunaan *gadget* secara bertanggungjawab dan belum ada langkah untuk membuat persekutuan menjadi menyenangkan dan tidak membosankan bagi PPGT di zaman yang serba modern.<sup>8</sup>

Melalui observasi awal penulis bahwa adanya *gadget* membawa dampak positif sekaligus dampak negatif dalam kehidupan generasi muda dalam pertumbuhan spiritual secara khusus bagi PPGT di Cabang Kebaktian Tondok salah satunya adalah kehilangan minat dalam praktik spiritual yakni, ibadah, baca firman, persekutuan kelompok, dan mengalami perubahan perilaku seperti sangat mudah bosan dengan hal-

---

<sup>8</sup> Indra Pawarrangan, Wawancara oleh Penulis, Tondok 5 Maret 2024

hal spiritual, dengan adanya *gadget*, hal ini menjadi tantangan bagi gereja dalam menjangkau generasi muda secara khusus PPGT untuk meningkatkan pertumbuhan spiritual di tengah berkembangnya teknologi.

Richard Foster dan Gayle D Beebe mengatakan jika pembentukan kerohanian Kristen merupakan sebuah tahap yang ditetapkan Allah untuk membentuk semua pribadi pada sifat sesuai dengan keberadaan Kristus itu sendiri. Melalui proses tersebut harus memiliki sifat yang responsif dan terbuka karena pembentukan tersebut menyangkut dimensi tersembunyi kehidupan manusia yakni ruang yang Allah berikan menjadi pribadi yang diinginkan, sehingga beberapa yang dapat dilakukan dalam membentuk pertumbuhan tersebut yakni, ibadah publik dan pribadi, berdoa, studi, dan membaca Alkitab serta melakukan perenungan mengenai tindakan Allah pada alam, sejarah serta pelayanan terhadap orang lain. Semua hal ini membutuhkan perhatian agar menghasilkan pertumbuhan dan kemajuan dalam kehidupan secara benar sesuai dengan pikiran dan perasan Kristus.<sup>9</sup>

Senada dengan Andrew Brake, bahwa pertumbuhan spiritual atau rohani adalah hal yang penting dalam kehidupan dan terus dirawat sehingga dapat mencapai kedewasaan dalam iman dan menjadi serupa

---

<sup>9</sup> Ricchard J. Foster, *Longing for God: Tujuh Jalan Devosi Kristen*, ed. Milhan K Santoso, 1st ed. (Jatim: Perkantas Jatim, 2009).16-18

dengan Kristus melalui pembentukan rohani atau formasi spiritual, yakni melalui Firman Allah dan Ibadah, dalam (1 Yoh 3:2-3) seorang yang menjalani hidup relevan terhadap Kristus, bertumbuh dalam kehidupan rohani, hidup sesuai harapan Yesus dan menginginkan Roh Kudus memperbaharui kehidupannya. <sup>10</sup>Ketergantungan pada *gadget* dapat mengurangi waktu dan perhatian yang diberikan untuk kegiatan spiritual salah satunya baca firman serta ibadah yang semuanya merupakan aspek penting dari pertumbuhan spiritual.

Dalam konteks Jemaat Minanga Cabang Kebaktian Tondok ketergantungan pada *gadget* dapat mengganggu kehadiran dan keaktifan dalam persekutuan baik itu ibadah Minggu, kebaktian rumah tangga, ibadah PPGT, bahkan persekutuan lainnya, bahkan penggunaan *gadget* selama ibadah dapat mengalihkan perhatian dari pesan yang disampaikan dan mengurangi kualitas pengalaman beribadah pada ibadah Minggu, hal ini berdampak pada pertumbuhan spiritual PPGT, bahkan melalui kehadiran *gadget* banyak anggota PPGT yang sudah tidak aktif dan malas mengikuti persekutuan sehingga hal ini menjadi dasar dan menarik perhatian penulis untuk meneliti lebih lanjut hal tersebut.

Pendekatan Psikospiritual menekankan pada pentingnya hubungan pribadi dengan Tuhan. Melalui pendekatan ini tiga hal menjadi prinsip

---

<sup>10</sup> Andrew Brake, *Spiritual Formation*, ed. Grace Kartika (Bandung: Kalam Hidup, 2014).7

utamanya yakni; pikiran, yang dianggap sebagai energi yang memperkuat pemikiran dan kesadaran seseorang serta menjadi sumber kekuatan dan kesehatan mental yang berasal dari dalam diri dan berorientasi pada kebijaksanaan. Kedua, kesadaran adalah kemampuan untuk mengalami kehidupan yang berfungsi memberikan makna hidup melalui kesadaran objektif. Dalam lingkup penggunaan *gadget*, kesadaran ini dapat membantu individu untuk memahami dampak penggunaan *gadget* terhadap kondisi fisik dan psikologis, serta pengaruhnya terhadap hubungan mereka dengan Tuhan dan sesama manusia. Ketiga, pendekatan psikospiritual juga mengakui bahwa pengalaman sakit atau penderitaan dapat diinterpretasikan sebagai peluang untuk memperoleh kebijaksanaan dan mengembangkan kebajikan berikutnya bagi orang lain.<sup>11</sup>

Adanya perkembangan digital membawa paradigma baru dalam kehidupan manusia tidak terkecuali dalam Jemaat secara khusus bagi pemuda dalam aspek spiritual. Sehingga pendekatan psikospiritual berupaya mengintegrasikan antara aspek psikologis dan spiritual dalam memahami berbagai fenomena salah satunya dampak penggunaan *gadget* terhadap psikologis dan pertumbuhan spiritual jemaat secara khusus Pemuda (PPGT), melalui pendekatan ini akan menekankan pada

---

<sup>11</sup> Nisa Rachmah Nur Anganthi and Zahrotul Uyun, "The Path of Psychospiritual Intervention for Self Healing: The Multi Religion Perspectives," *Humanities and Social Sciences Reviews* 7, no. 3 (2019): 176, <https://doi.org/10.18510/hssr.2019.7327>.

pentingnya hubungan pribadi dengan Tuhan melalui doa, ibadah dan membaca firman dalam kehidupan sehari-hari.

### **B. Fokus Masalah**

Fokus pada penelitian ini yaitu pada pendekatan psikospiritual tentang penggunaan *gadget* bagi pertumbuhan spiritual pemuda di Jemaat Minanga Cabang Kebaktian Tondok Klasis Sa'dan Ulusalu.

### **C. Rumusan Masalah**

Bagaimana pendekatan psikospiritual tentang penggunaan *gadget* bagi pertumbuhan spiritual pemuda di Jemaat Minanga Cabang Kebaktian Tondok Klasis Sa'dan Ulusalu?

### **D. Tujuan Penulisan**

Sesuai dengan penjabaran rumusan masalah, tujuan penelitian ini yaitu menganalisis pendekatan psikospiritual mengenai penggunaan *gadget* dalam meningkatkan pertumbuhan spiritual pemuda di Jemaat Minanga Cabang Kebaktian Tondok Klasis Sa'dan Ulusalu

### **E. Manfaat Penulisan**

Diharapkan penelitian ini bisa bermanfaat baik dari segi teoritis ataupun praktis yakni:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan penelitian ini bisa memperkaya teori psikospiritual melalui integrasi psikologi dan spiritual dalam meningkatkan pertumbuhan spiritual.

## 2. Manfaat Akademik

Memberikan tambahan referensi ke kampus IAKN Toraja untuk semakin meningkatkan mutu pembelajaran baik selaku dosen maupun mahasiswa, secara khusus prodi teologi konsentrasi pastoral konseling dan juga pada mata kuliah sekaitan dengan pastoral konseling dan konseling era digital.

## 3. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peneliti

Melalui pelaksanaan penelitian ini maka diharapkan penulis mendapatkan tambahan pengetahuan mengenai pendekatan psikospiritual penggunaan *gadget* dalam pertumbuhan spiritual pemuda, dan sebagai pedoman akan pentingnya pertumbuhan spiritual di era digital dan menyeimbangkan kesehatan mental dan spiritual.

### b. Bagi Jemaat Minanga Cabang Kebaktian Tondok

Sebagai pedoman untuk menolong para pelayan dalam gereja untuk melakukan pendekatan kepada PPGT melalui pendekatan psikospiritual melalui *gadget* serta menggunakan *gadget* secara bijak

bahkan semakin bertumbuh secara spiritual, serta memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang tantangan yang dihadapi oleh anggota jemaat dalam era digital ini dan pentingnya terus bertumbuh di dalam Tuhan untuk mencapai kedewasaan penuh dalam Kristus.

#### F. Sistematika Penulisan

Sistematika yang digunakan pada penelitian ini yaitu dengan urutan berikut:

Bab I Pendahuluan : Bab ini berisi tentang latar belakang masalah, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II Tinjauan Pustaka : Bab ini berisi tentang tinjauan pustaka yang relevan dengan penelitian yakni terkait pendekatan psikospiritual, *gadget*, dan pertumbuhan spiritual.

Bab III Metode Penelitian : Bab ini berisi tentang metode penelitian, jenis penelitian, tempat dan waktu penelitian, instrumen penelitian, informan penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, keabsahan data, dan jadwal penelitian.

Bab VI Temuan Dan Analisis : Bab ini berisi deskripsi dan analisis hasil penelitian.

Bab V Penutup : Berisi Kesimpulan dan Saran.

