

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Sekilas Tentang Plato

Plato adalah salah satu filsuf Yunani yang menurut sumber-sumber kuno, dia lahir di Athena atau Aegina antara 429 dan 423 SM. Plato berasal dari keluarga bangsawan yang berpengaruh pada zamannya. Ayah Plato bernama Ariston, yang merupakan keturunan Raja Athena, Kordrus, dan Raja Messenia, Melanthus. Sedangkan ibunya adalah Periktione, yang memiliki hubungan kekeluargaan dengan anggota parlemen Athena dan penyair lirik terkemuka, Solon.⁹

Plato adalah filsafat Yunani kuno yang dianggap sebagai salah satu pemikir terbesar dalam sejarah filsafat Barat.¹⁰ Plato awalnya tertarik pada politik, tetapi setelah kematian gurunya, Socrates (yang dieksekusi pada 399 SM karena tuduhan merusak pemuda), ia meninggalkan politik dan membangun Akademi di Athena sekitar 387 SM, sekolah filsafat pertama di dunia Barat. Akademi ini beroperasi selama hampir 900 tahun.¹¹

Plato menulis dalam bentuk dialog, di mana Socrates sering menjadi tokoh utama. Karyanya mencakup lebih dari 30 dialog, seperti Republik

⁹ Frederick Charles, *Filsafat Plato*(BASABASI,2020),6.

¹⁰ Ready Susanto, *Seri Tokoh Dunia “Plato Guru Para Filosof”*(Bandung: Nuansa Cendekia, 2017),11.

¹¹ Martin Surabaya, *Sejarah Pemikiran Politik Klasik Dari Prasejarah Hingga Abad ke-4 M*, (Marjin Kiri, 2015),161.

,Simposium, dan Phadeo. Plato dipengaruhi oleh Socrates dalam metode dialektik dan oleh Pythagoras dalam minatnya pada matematika dan dunia ide. Ia meninggal di usia 80 tahun, dan pemikirannya membentuk dasar filsafat, politik, dan etika hingga saat ini.¹²

Lebih Dalam Tentang Alegori Gua

Alegori gua (*Allegory of the Cave*) adalah salah satu pemikiran paling terkenal dari Plato, Alegori ini tertuang dalam karya utamanya yaitu The Repulick. Bayangkan sebuah gua gelap bawah tanah terdapat sekelompok tahanan yang telah di rantai sejak kecil. Mereka menghadap ke dinding gua, tidak bisa bergerak atau melihat apa pun selain bayangan yang terpantul di dinding gua. Sementara itu, di belakang mereka ada api yang menyala, dan di antara api ada penjaga serta orang-orang yang lewat membawa benda (seperti patung manusia atau hewan), sehingga bayangan-bayangan itu tampak seperti kenyataan. Tahanan-tahanan ini percaya bahwa bayangan itu adalah dunia nyata, mereka memberi nama pada bayangan, memprediksi gerakan mereka, dan bahkan bersaing untuk menebak bayangan mana yang akan muncul berikutnya.¹³

Plato melanjutkan cerita dengan dengan salah satu tahanan dibebaskan. Awalnya, ia buta dan kesulitan menerima cahaya matahari di

¹² Frederick Charles, *Filsafat Plato* (Yogyakarta: BasaBasi, 2020),76.

¹³ AB. Musyafa' Fathoni, Idealisme Pendidikan Plato, *Tadris STAIN Pamekasan* Vol.5,no.1(2010):103.

luar dan kesakitan karena rantai dilepas.¹⁴ Tapi seiring waktu, ia terkejut oleh dunia luar. Cahaya matahari yang menyilaukan, warna-warni, dan objek nyata. Ia belajar bahwa apa yang ia lihat di gua hanyalah ilusi, ia menyadari bahwa dunia luar jauh lebih nyata. Jika ia kembali ke gua untuk memberitahu teman-temannya, mereka akan mengira itu gila atau berbahaya, bahkan mungkin membunuhnya karena ia mengganggu kenyamanan ilusi mereka.¹⁵

Plato menggunakan cerita ini untuk menjelaskan teori bentuk dan peran filsafat dalam masyarakat. Alegori ini bukan hanya kisah, melainkan kritik terhadap kenyataan yang kita anggap nyata dan pentingnya pendidikan untuk mencapai kebenaran. Alegori ini mengkritik masyarakat yang terjebak dalam kebiasaan dan opini (seperti demokrasi Athena yang korup). Orang-orang di gua mewakili massa yang takut perubahan, sementara filsuf adalah yang berani mencari kebenaran.

Plato menggunakan alegori sebagai cara untuk menjelaskan pandangannya tentang pendidikan. Melalui alegori tersebut, ia ingin menunjukkan hakikat pendidikan filosofis. Pendidikan dipahami sebagai proses yang membawa seseorang dari keadaan gelap menuju terang. Dalam alegori gua, keadaan gelap digambarkan sebagai sekelompok tahanan yang sejak kecil dirantai di dalam sebuah gua bawah tanah. Sebaliknya, keadaan

¹⁴ Ibid.

¹⁵ Ready Susanto, *Seri Tokoh Dunia “Plato Guru Para Filosof”*, (Bandung:Nuansa Cendekia, 2017),56.

terang yang melambangkan pendidikan ditunjukkan melalui kisah salah satu tahanan yang berhasil melepaskan diri dari belenggunya.¹⁶

Kerangka Epistemologi

Dalam kerangka epistemologi Plato, alegori ini memikirkan empirisme murni (pengetahuan dari pengalaman sensorik) dan memajukan rasionalisme (pengetahuan dari akal budi). Intinya adalah bahwa dunia pengalaman indrawi penuh ilusi, sedangkan pengetahuan sejati diperoleh melalui memori intelektual ke dunia ide-ide universal (Bentuk). Tahanan di gua mewakili manusia biasa yang mengandalkan indera untuk memahami kenyataan. Bayangan di dinding adalah "doxa" (pendapat atau keyakinan subjektif), bukan "episteme" (pengetahuan objektif dan sejati). Plato menunjukkan bahwa indera dapat ditipu, karena apa yang kita lihat hanyalah tiruan dari objek nyata. Ini menantang epistemologi yang bergantung pada pengalaman langsung, seperti yang dikembangkan oleh filsafat empiris masa depan (misalnya, Locke atau Hume). Alegori menegaskan dualisme antara dunia fenomenal (sensorik, berubah, ilusif) dan dunia noumenal (intelektual, abadi, sejati). Pengetahuan sejati hanya mungkin jika kita melampaui batas indera dan menggunakan dialektika untuk mencapai Bentuk. Hal ini bertolak belakang dengan skeptisme, karena Plato mempercayai pengetahuan tujuan ada, meskipun sulit dicapai.

¹⁶ A. Sudiarja, *Bayang-Bayang Kebijaksanaan dan Kemanusiaan* (Jakarta: PT. Media Nusantara, 2018), 261.

Kerangka ini dibangun atas *dualisme* antara dunia *sensibel* (pengalaman indrawi) dan dunia *intelegilbel* (ranah ide-ide), dengan proses pembebasan sebagai inti epistemologis. Tahanan di gua mewakili manusia yang mengandalkan indera untuk memahami kenyataan, menghasilkan bayangan yang dianggap nyata. Ini mencerminkan epistemologi empiris yang dangkal, di mana pengetahuan bersifat subyektif dan mudah ditipu, karena indera terbatas dan objek sensibel berubah-ubah. Dunia sensibel adalah "gua" ilusi, bukan sumber kebenaran sejati. Dunia Sensibel adalah alam pengalaman indrawi, penuh perubahan dan ilusi, menghasilkan doxa. Dunia Intelegibel adalah realm forms abadi dan sempurna, sumber episteme, yang hanya dapat diakses melalui akal.

Transisi ini menunjukkan bahwa pengetahuan sejati memerlukan jaminan dari dualitas ini, skeptisme dan jaminan keyakinan pada kebenaran tujuan. Kerangka epistemologi Alegori Gua menggunakan tekanan rasionalisme, pengetahuan sejati datang dari akal budi melalui dialektika, bukan indera. Ini mendorong pendidikan sebagai transformasi dari ilusi sensorik ke kebenaran intelektual.

B. Definisi Serial

Anime merupakan bentuk animasi dua dimensi yang berkembang di Jepang. Proses pembuatannya dapat dilakukan secara tradisional atau manual melalui gambar tangan maupun dengan teknologi digital. Istilah

anime diambil dari kata animation dalam bahasa Inggris, tetapi dalam praktiknya anime merujuk pada animasi dengan gaya khas Jepang. Ciri utamanya terlihat pada visual yang menarik dan penuh warna, dengan beragam karakter, latar, serta cerita yang disajikan untuk penonton dari berbagai usia dan latar belakang. Menurut Fred Patten menjelaskan bahwa Anime adalah segala jenis animasi yang diproduksi di Jepang atau oleh studio Jepang dalam gaya yang diadopsi dari budaya Jepang.¹⁷ Pendapat lain yang mendefinisikan anime sebagai metode Jepang untuk memperkenalkan dan menyebarluaskan budaya yang ada di Jepang sendiri (Napier, 2011). Animasi yang berasal dari Jepang memiliki keunikan tersendiri yang tidak ditemukan pada film animasi dari negara lain. Ciri khas tersebut terlihat dari gaya visualnya yang mengikuti manga style, yaitu gaya gambar yang berasal dari komik khas Jepang dan menjadi dasar utama dalam pembuatan anime. Selain itu anime juga memiliki berbagai macam genre seperti romance, mecha, slice of life, horror, shounen, dan masih banyak yang lainnya.¹⁸

Gambaran Umum Serial Attack On Titan

Attack on Titan (Shingeki no Kyojin) adalah serial anime aksi fantasi gelap yang sangat populer, diadaptasi dari manga karya Hajime Isayama. Ini dirilis sebagai serial TV di Jepang dari tahun 2013 hingga 2023, dengan total 4 season atau musim. Anime ini mengangkat tema dan genre aksi, fantasi

¹⁷ Rendy Oktafian, Indah Hamidah, Yudi Suryadi, "Agresivitas Kelompok Tekkadan dalam Serial Anime Kidou Senshi Gundamu: Tekketsu no Orufanzu", *Jurnal Sakura* Vol. 7, no.2 (Agustus 2025): 341.

¹⁸ Ibid.

gelap, drama, dan thriller psikologis. Serial ini mengeksplorasi tema-tema seperti kebebasan, diskriminasi, politik, perang, dan eksistensi manusia, dengan unsur horor dan filosofis. Ini bukan sekedar cerita petualangan, melainkan kritik sosial terhadap pemerintah dan masyarakat yang terlindungi.

Penulis (Author) : Hajime Isayama (mangaka asli dan pencipta cerita).

Produser : Tetsuya Kinoshita (produser utama untuk seluruh serial).

Sutradara : Tetsurō Araki (musim 1-3) dan Yuichiro Hayashi (musim 4).

Latar belakang Tempat, Waktu, dan Karakter Dalam Serial *Attack On Titan*

1. Tempat

Dunia Attack on Titan adalah dunia fiksi yang mirip dengan Eropa abad pertengahan, tetapi dengan unsur fantasi gelap. Umat hidup manusia di dalam tiga tembok konsentris raksasa yang melindungi mereka dari Titan makhluk humanoid raksasa pemakan manusia. Tembok-tebok ini diberi nama Maria (terluar), Rose (tengah), dan Sina (terdalam), dengan ibu kota di dalam Tembok Sina. Luar tembok adalah wilayah yang dikuasai Titan, termasuk hutan, gunung, dan pendingin kota. Masyarakat terbagi menjadi kasta bangsawan di dalam, petani dan

pedagang di tengah, serta garnisun militer di luar. Tempat utama termasuk Distrik Shiganshina (pintu masuk tembok), Kota Stohess, dan markas militer seperti Markas *Survey Corps*. Dunia ini terinspirasi dari Jepang feodal, dengan teknologi seperti senjata api primitif dan ODM gear (peralatan mobilitas *omnidirection*) untuk melawan Titan.

2. Waktu

Cerita berlangsung dalam era fiksi yang disebut "Era Titan" (Titan Era), sekitar 100 tahun setelah "*Fall of Wall Maria*" (jatuhnya Tembok Maria pada tahun 845). Timeline utama dimulai pada tahun 845 (saat Titan menyerang), dengan plot utama berlangsung dari tahun 850-an hingga 854-an. Musim 1 fokus pada tahun 850, Musim 2 pada 851-852, Musim 3 pada 854, dan Musim 4 pada 854-855. Ini bukan dunia nyata; Waktu diukur dalam kalender fiksi, dengan referensi sejarah seperti "*Great Titan War*" 100 tahun sebelumnya. Cerita mencakup flash-forward dan flashback untuk menjelaskan asal-usul Titan.

3. Karakter dalam Serial Attack On Titan

Korps Survei (Pasukan Penjelajah), yaitu kelompok militer yang fokus pada eksplorasi luar tembok dan melawan Titan. Mereka adalah protagonis utama.

Eren Yeager : Protagonis impulsif, pemilik Titan Attack.

Mikasa Ackerman : Pejuang elit, teman masa kecil Eren.

Armin Arlert : Strategi dan cerdas, ahli taktik.

Levi Ackerman : Kapten kuat, dikenal sebagai "Kemanusiaan Terkuat".

Jean Kirstein : Ambisius dan pragmatis.

Sasha Blouse : Penembak jitu, humoris.

Connie Springer : Energik dan setia.

Hange Zoë : Ilmuwan terobsesi dengan Titan, memimpin saat ini.

Erwin Smith : Komandan sebelumnya, visioner (meninggal di Musim 3).

Prajurit Marley (Prajurit Marley), yaitu faksi antagonis dari kekaisaran Marley, yang menggunakan Titan sebagai senjatanya. Mereka adalah musuh utama di musim akhir.

Reiner Braun : Mata-mata, pemilik Titan Armored.

Bertholdt Hoover : Rekan Reiner, pemilik Titan Colossal.

Annie Leonhart : Dingin dan mandiri, pemilik Titan Perempuan.

Zeke Yeager : Saudara Eren, pemimpin dengan agenda rahasia.

Porco Galliard : Pemilik Titan Jaw, agresif.

Pieck Finger : Strategis, pemilik Titan Cart.

Resimen Garnisun (Pasukan Garnisun), yaitu kelompok militer yang mempertahankan tembok dari dalam dan menjaganya.

Dot Pixis : Komandan, berpengalaman dalam perlindungan.

Klan Ackerman (Klan Ackerman), yaitu keluarga khusus dengan kemampuan super, sering terlibat dalam plot rahasia.

Levi Ackerman : Kapten Survey Corps, anggota klan.

Mikasa Ackerman : Elit Pejuang, anggota klan.

Kenny Ackerman : Paman Levi, pembunuh bayaran independen.

Keluarga Kerajaan / Eldia (Keluarga Kerajaan Eldia)

Keluarga kerajaan Eldia, terkait dengan asal usul Titan dan sejarah dunia.

Historia Reiss : Ratu Eldia, teman Eren dengan masa lalu yang rumit.

Ymir Fritz : Pendahulu sejarah, pencipta Titan (dalam flashback).

C. Siapa Itu Generasi Kristen?

Ryder memandang generasi sebagai sekumpulan individu yang hidup pada rentang waktu yang sama dan dibentuk oleh pengalaman atas peristiwa-peristiwa serupa.¹⁹ Seiring waktu, pemahaman mengenai generasi mengalami perkembangan. Salah satunya dikemukakan oleh Kupperschmidt (2000), yang menjelaskan bahwa generasi merupakan kelompok individu yang merasa memiliki keterikatan sebagai satu kelompok karena kesamaan tahun kelahiran, usia, lokasi, serta pengalaman peristiwa tertentu yang berpengaruh besar terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan mereka.²⁰

¹⁹Indah Budiati, Statistik Gender Tematik: Profil Generasi Milenial Indonesia, ed. Anugrah Pembudi Rahayu Ali Said, Indah Budiati, Tria Rosalina Budi Rahayu (Jakarta: Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemenppa), 2018).

²⁰Faisal Muhammad, Generasi Kembali Ke Akar, ed. Nugroho Agung. Udan Rusydan, kedua (Jakarta: Kompas Media Nusantara, 2021), 10.

Penduduk usia produktif pada masa kini sebagian besar berasal dari Generasi Y atau yang dikenal sebagai generasi milenial, serta Generasi Z. Generasi Y memiliki sejumlah nilai positif, di antaranya tingkat kepercayaan diri yang tinggi, perhatian terhadap pendidikan, sikap toleran dalam kehidupan sosial, serta keterbukaan terhadap perubahan.²¹ Istilah generasi milenial pertama kali diperkenalkan oleh Howe dan Strauss melalui buku *Millennials Rising: The Next Great Generation*, yang menjelaskan kemunculan generasi setelah Generasi X, dengan rentang tahun kelahiran antara 1982 hingga 2000. Generasi ini juga sering disebut sebagai generasi digital karena tumbuh dalam kondisi kehidupan yang relatif sejahtera, memiliki tingkat pendidikan yang lebih baik, mampu menghargai keberagaman, menunjukkan perilaku sosial yang positif, berorientasi pada pencapaian, serta cenderung berperilaku baik. Ke depan, generasi milenial dipandang berpotensi mengubah stereotip pemuda yang sebelumnya dianggap suram dan pesimis.²² Generasi Y berkembang seiring dengan pesatnya pertumbuhan internet, sehingga karakteristik mereka sangat dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta pola komunikasi yang lebih terbuka. Selain itu, mereka merupakan pengguna aktif media sosial, menjalani kehidupan yang sangat dipengaruhi oleh kemajuan teknologi, memiliki keterbukaan terhadap isu ekonomi dan

²¹ Bruce Carolyn A. Martin Tulgan, "Managing Generation Y: Global Citizens Born in the Late Seventies and Early," *Human Resource Development*, 4.

²² Neil Howe, *Millennials Rising: The Next Great Generation* (Vintage Books, 2000), 4.

politik, serta terlibat aktif dalam berbagai perubahan di lingkungan sekitarnya.²³ *McCindle* menyatakan bahwa generasi ini memiliki pandangan dan harapan yang berbeda terkait karier, kehidupan, keluarga, dan gaya hidup. Sebagian dari mereka gemar menikmati kuliner dan menghabiskan waktu di kafe. Lebih lanjut, hasil penelitian *McCindle* menunjukkan bahwa generasi milenial cenderung memiliki sikap hidup yang optimis, menikmati kesenangan hidup dalam bentuk yang sederhana, serta memiliki minat yang tinggi terhadap kegiatan bepergian atau travelling.²⁴ Dalam tulisan Deloitte Indonesia, Direktur Daya Insan Bank Indonesia menjelaskan bahwa generasi milenial kerap disebut sebagai tech savvy, yakni generasi yang tidak banyak mengalami masa-masa sulit, namun memiliki kepekaan tinggi terhadap perkembangan teknologi dan penggunaan gawai. Cara berpikir mereka cenderung lebih praktis dan tidak berlarut-larut, termasuk dalam menghadapi persoalan kehidupan. Pola penyelesaian masalah yang dilakukan generasi ini juga berbeda jika dibandingkan dengan harapan orang tua, seiring dengan perbedaan latar belakang pendidikan dan proses pembelajaran yang mereka jalani.²⁵

²³ Sean Lyon, "An Exploration of Generational Values in Life and at Work | Curve," Carleton University Research Virtual Environment.

²⁴ Mark McCindle, Ashley Fell, and Sam Buckerfield, *Generation Alpha*, 1st ed. (Australia: hachette, 2021)

²⁵ Deloitte Indonesia, *Generasi Milenial Dalam Industri 4.0* (Jakarta: Publikasi Deloitte Indonesia, 2019), 26.

Generasi Z dikenal dengan berbagai sebutan, seperti *Post Millennials*, *Facebook Generation*, *Digital Natives*, *Switchers*, *Dotcom Children*, *Net Generation*, *Generation*, *Connection Generation*, *Digital Generation*, hingga *Responsibility Generation*. Gen Z (lahir 1997-2012) saat ini, generasi ini berada pada rentang usia sekitar 13 hingga 28 tahun. Berdasarkan sejumlah penelitian, Generasi Z umumnya lahir setelah atau di sekitar masa generasi milenial dan tumbuh dalam lingkungan yang hampir sepenuhnya terhubung dengan internet. Kehidupan mereka sangat lekat dengan penggunaan internet dan media sosial, yang tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai sumber utama informasi. Selain itu, Generasi Z memiliki keterhubungan global yang luas, ditandai dengan kemampuan menguasai berbagai perangkat digital serta memiliki banyak relasi secara daring. Mereka terbiasa melakukan banyak aktivitas secara bersamaan (multitasking), mampu mengambil keputusan dengan cepat, dan tidak terikat pada satu ruang atau tempat tertentu. Pola belajar dan cara membangun pertemanan generasi ini pun berbeda dari generasi sebelumnya. Namun, penelitian juga mencatat bahwa Generasi Z cenderung kurang peka terhadap aspek hukum dan menghadapi tantangan dalam pengelolaan emosi.

Generasi Alfa (lahir 2010-2024/2025), yang juga dikenal sebagai Generasi A, merupakan kelompok yang lahir sejak tahun 2010 pada abad ke-21 dengan rentan usia saat ini 1-15 tahun. *McCindle* menggambarkan

generasi ini sebagai generasi muda yang, layaknya adik dari generasi sebelumnya, membentuk identitasnya sendiri sebagai respons terhadap generasi terdahulu. Mereka tidak merasa terikat oleh nilai atau pola hidup masa lalu, sehingga memiliki kebebasan untuk menentukan arah dan identitas mereka secara mandiri. Istilah Generasi Alfa sendiri digunakan sebagai kelanjutan dari penamaan generasi Z dan merujuk pada anak-anak yang lahir dari generasi milenial. Sejak kecil, Generasi Alfa telah hidup berdampingan dengan teknologi digital dan internet, yang membuat mereka sangat terbiasa dalam menggunakan gawai dan berbagai fitur berbasis tombol atau layar sentuh. Perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan menjadikan generasi ini disebut sebagai generasi yang paling transformatif, dengan potensi besar dalam memengaruhi dinamika ekonomi global. Generasi sebelumnya pun berupaya membentuk Generasi Alfa menjadi pribadi yang cerdas dan adaptif terhadap perkembangan zaman.²⁶ Namun demikian, ketergantungan yang tinggi terhadap perangkat digital berpotensi menimbulkan masalah, seperti keterasingan dalam kehidupan sosial serta kecenderungan menginginkan hasil yang instan, sehingga kurang menghargai proses.²⁷

Generasi Kristen adalah kelompok orang Kristen yang hidup dalam rentang waktu dan konteks sosial-budaya tertentu, yang membentuk cara

²⁶ Yenny Glenny, "Cara Mendidik Anak Generasi Alfa," Parenting Indonesia.

²⁷ Ishak Fadlurrohim et al., "Memahami Perkembangan Anak Generasi Alfa Di Era Industri 4.0," *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial* 2, no. 2 (February 2020): 178.

mereka memahami, menghayati, dan mengekspresikan iman kepada Kristus. Identitas generasi Kristen tidak hanya ditentukan oleh usia biologis, tetapi juga oleh respons iman mereka terhadap tantangan zaman, seperti perkembangan teknologi, perubahan nilai moral, dinamika budaya, serta panggilan untuk mewujudkan ajaran Kristiani dalam kehidupan sehari-hari.

Generasi Kristen saat ini hidup dalam konteks masyarakat yang ditandai oleh perkembangan teknologi digital, globalisasi, dan perubahan nilai sosial yang berlangsung secara cepat. Kondisi ini membentuk cara generasi Kristen memahami, menghayati, dan mengekspresikan iman mereka. Akses informasi yang luas memberikan peluang bagi pengembangan pengetahuan teologis dan keterlibatan dalam berbagai bentuk pelayanan, baik secara luring maupun daring.

Namun demikian, perkembangan tersebut juga menghadirkan sejumlah tantangan. Generasi Kristen cenderung menghadapi krisis identitas iman akibat kuatnya pengaruh sekularisme, relativisme nilai, dan budaya instan. Iman sering kali dipraktikkan secara formal dan simbolik, tanpa disertai penghayatan yang mendalam dan refleksi kritis terhadap ajaran Kristen. Akibatnya, kehidupan rohani berisiko tereduksi menjadi rutinitas keagamaan yang kurang berdampak pada transformasi moral dan sosial.

Selain itu, dominasi media digital dalam kehidupan sehari-hari turut memengaruhi spiritualitas generasi Kristen. Ketergantungan pada teknologi berpotensi melemahkan disiplin rohani, seperti doa, pembacaan Kitab Suci,

dan persekutuan nyata. Relasi antarindividu pun cenderung bersifat virtual, sehingga mengurangi kualitas kebersamaan dan pendampingan iman secara langsung.

Dengan demikian, keadaan generasi Kristen saat ini berada dalam situasi yang ambivalen, yaitu antara peluang dan tantangan. Generasi Kristen dipanggil untuk merespons perkembangan zaman secara kritis dan reflektif, agar mampu menghidupi iman Kristen secara kontekstual, autentik, dan relevan tanpa kehilangan nilai-nilai dasar Injil.

D. Konsep Zona Nyaman (*Comfort Zone*)

Zona nyaman atau *comfort zone* dapat diartikan sebagai kondisi ketika kita tidak melakukan tindakan apa-apa untuk memperbaiki apa pun kondisi kita sekarang. Oleh karena itu, zona ini disebut juga *Not Moving On Zone*, yakni zona di mana kita tidak mau bergerak dari kondisi itu.²⁸ Zona nyaman merupakan keadaan ketika seseorang merasa terlindungi, stabil, dan bebas dari tekanan atau tantangan besar yang dapat menimbulkan rasa tidak aman.

Dalam kajian psikologi, zona nyaman dipahami sebagai kondisi emosi yang seimbang, di mana seseorang mampu menjalani aktivitasnya dengan baik tanpa mengalami tekanan atau stres yang berlebihan. Ini adalah istilah psikologi yang mengarah pada kondisi mental di mana seseorang

²⁸ Badrul Munier Buchori, *Change Your Bad Habit* (Yogyakarta:Anak Hebat Indonesia, 2020), 51.

merasa aman, tenram, dan terbebas dari rasa cemas karena terbiasa dengan rutinitas dan kondisi lingkungan tertentu.²⁹ Gagasan ini pertama kali dikemukakan oleh seorang psikolog bernama Alasdair A. White pada tahun 2009 melalui teori tentang kinerja dan kecemasan. Menurut White, zona nyaman merupakan kondisi mental di mana seseorang berada pada tingkat kinerja yang relatif stabil. Namun, jika seseorang terlalu lama bertahan di zona ini, hal tersebut dapat menghambat perkembangan diri, termasuk pertumbuhan pribadi dan spiritual, sehingga motivasi untuk maju bisa berkurang. Oleh karena itu, kinerja terbaik justru muncul ketika seseorang berani keluar dari zona nyaman dan menghadapi tantangan baru.³⁰

Dari perspektif eksistensial, zona nyaman juga bisa dilihat sebagai bentuk pelarian dari kenyataan hidup yang menuntut makna. Viktor E. Frankl dalam teorinya tentang logoterapi menyatakan bahwa manusia cenderung kehilangan makna hidup ketika mereka terlalu lama berada dalam kenyamanan yang hampa tujuan. Sebaliknya, penderitaan dan tantangan justru dapat menjadi jalan menuju penemuan makna hidup yang autentik.³¹

Dalam konteks sosial, zona nyaman seringkali terbentuk dari norma budaya, tekanan lingkungan, dan standar media sosial yang mendorong

²⁹ Alasdair A. White, *From Comfort Zone to Performance Management* (Wyboston: White & MacLean Publishing, 2009), 3.

³⁰ Ibid.

³¹ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning*, trans. Ilse Lasch (Boston: Beacon Press, 2006), 112.

konformitas.³² Seseorang akan cenderung merasa puas dengan kemudahan yang ditawarkan teknologi, mencari kenyamanan, kecepatan, dan validasi instan.

Zona nyaman bukanlah sesuatu yang buruk secara mutlak. Di dalamnya, seseorang bisa merasa stabil secara emosional, mampu mengatur harapan, dan menjalani rutinitas yang telah terbukti memberikan hasil. Namun, jika terus bertahan di dalam zona ini tanpa pernah menantang diri untuk bertumbuh, individu akan mengalami stagnasi. Tidak ada perkembangan keterampilan baru, tidak ada pengalaman hidup yang memperluas wawasan, dan tidak ada keberanian untuk menghadapi ketidakpastian yang justru merupakan ruang bagi pertumbuhan personal dan spiritual.

Secara psikologis, keluar dari zona nyaman berarti masuk ke dalam zona tantangan (learning zone), di mana individu mulai menghadapi hal-hal yang tidak familiar dan menuntut adaptasi. Zona ini sering disertai kecemasan, ketidakpastian, bahkan rasa takut gagal.³³

Dengan demikian, zona nyaman adalah ruang yang diperlukan untuk stabilitas, namun tidak boleh menjadi penjara bagi perkembangan diri. Proses keluar dari zona nyaman bukan berarti meninggalkan

³² Fx. E. Armada Riyanto, CM dan Robertus Wijanarko CM, *Formasio Model dan Dimensi Praktisnya*, (Yogyakarta:PT.Kinasius, 2021), 173.

³³ Badrul Munier Buchori, *Change Your Bad Habit* (Yogyakarta:Anak Hebat Indonesia, 2020), 52.

kenyamanan sepenuhnya, melainkan memosisikannya sebagai landasan awal untuk menjangkau zona-zona kehidupan yang lebih luas dan mendalam.

Zona Nyaman dalam Perspektif Teologi Kristen

Dalam perspektif teologi Kristen, konsep zona nyaman tidak sekadar mengacu pada kondisi fisik atau emosional, melainkan berkaitan erat dengan kondisi rohani manusia yang terlalu terikat pada dunia, kebiasaan lama, dan dosa. Zona nyaman dalam konteks ini adalah keadaan di mana seseorang tidak mau bertumbuh dalam iman, takut mengambil risiko untuk mengikuti panggilan Allah, dan lebih memilih stabilitas duniawi daripada ketaatan rohani.

Teologi Kristen secara konsisten menekankan bahwa iman bukanlah perjalanan diam di tempat, melainkan sebuah panggilan untuk berubah, bertumbuh, dan melangkah keluar dari keterbatasan manusiawi menuju keserupaan dengan Kristus. Alkitab penuh dengan narasi yang menunjukkan bagaimana Allah memanggil umat-Nya untuk meninggalkan zona nyaman mereka demi tujuan yang lebih besar.

Dalam konteks ini, keluar dari zona nyaman berarti meninggalkan pola hidup lama yang dikuasai dosa (Efesus 4:22–24), berani mempercayakan hidup sepenuhnya kepada pimpinan Allah. Melangkah ke dalam misi yang sering kali penuh ketidakpastian dan risiko. Keluar dari zona nyaman dalam iman Kristen menuntut keberanian rohani, kerendahan

hati, dan ketaatan mutlak. Inilah esensi transformasi spiritual yang diharapkan dalam perjalanan kekristenan. Secara teologis, "keluar dari dunia lama" berarti meninggalkan sistem nilai duniawi dan memasuki kehidupan baru dalam Kristus.

Konsep ini ditemukan di berbagai bagian Alkitab dan menjadi tema sentral dalam doktrin pertobatan dan pembaruan hidup. Implikasi utama keluar dari dunia lama mencakup transformasi Identitas. Seseorang yang bertobat dalam Kristus menerima identitas baru sebagai "ciptaan baru" (2 Korintus 5:17). Identitas ini menuntut pelepasan dari kebiasaan, keinginan, dan pola pikir lama.

Panggilan untuk Hidup Kudus, Kristus memanggil umat-Nya untuk menjadi kudus sebagaimana Allah itu kudus (1 Petrus 1:15–16). Ini berarti meninggalkan zona nyaman dosa dan memilih kehidupan yang menyenangkan Allah, walau bertentangan dengan arus dunia. Perjalanan Iman yang Penuh Resiko. Mengikuti Kristus sering kali berarti memasuki wilayah ketidakpastian: "Setiap orang yang mau mengikut Aku, ia harus menyangkal dirinya, memikul salibnya setiap hari dan mengikut Aku" (Lukas 9:23). Artinya, orang percaya dipanggil untuk meninggalkan keinginan pribadi demi menghidupi kehendak Allah, walaupun harus menanggung penderitaan. Dalam kerangka ini, zona nyaman adalah jebakan rohani, dan keluar darinya adalah tanda pertumbuhan iman yang sejati.

Roma 12:2 dan panggilan transformasi, ayat kunci dalam konsep ini adalah Roma 12:2 "Janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini, tetapi berubahlah oleh pembaharuan budimu, sehingga kamu dapat membedakan manakah kehendak Allah: apa yang baik, yang berkenan kepada Allah, dan yang sempurna." Dari ayat ini, beberapa prinsip penting muncul: Penolakan terhadap Konformitas Dunia. Paulus dengan tegas melarang orang Kristen untuk menyerupai dunia. Ini berarti tidak hanya soal tindakan moral, tetapi juga pola pikir, nilai, dan cara hidup. Yang ke-dua Seruan untuk Pembaruan Budi. Transformasi Kristen berpusat pada metanoia (pertobatan), yakni perubahan pola pikir. Bukan hanya perubahan perilaku luar, tetapi perubahan batiniah yang mendalam melalui karya Roh Kudus. Hidup Menurut Kehendak Allah. Hasil dari perubahan ini adalah kemampuan untuk memahami dan melakukan kehendak Allah. Hidup bukan lagi dikendalikan oleh kenyamanan atau budaya sekitar, melainkan oleh kebenaran Allah. Roma 12:2 dengan demikian menjadi dasar teologis kuat bahwa kehidupan Kristen sejati menuntut keluar dari zona nyaman duniawi dan masuk ke dalam proses transformasi rohani.