

The Effect of Social Media Usage Intensity on Students' Religious Behavior

Qathrunnada Fajriyah *)

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol
Padang, Indonesia.

Rilci Kurnia Illahi

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol
Padang, Indonesia.

Adriyati

Universitas Muhammadiyah Sumatera
Barat, Indonesia.

*) qathrunnadafajriyah6@gmail.com

Abstract: This study aims to determine the effect of the intensity of social media use on the religious behavior of MTsN 5 Padang Pariaman students. The research used is quantitative with a survey method of 140 students of MTsN 5 Padang Pariaman. Data were collected through questionnaires measuring the frequency of social media use (X) and indicators of religious behavior (Y), such as prayer, reading the Qur'an, morals, and participation in religious activities. Data analysis used Pearson correlation test and simple linear regression. The results showed that the intensity of social media use negatively affects students' religious behavior with a correlation value (r) of -0.452 and a significance of 0.000 ($p < 0.05$). This finding indicates that the higher the intensity of social media use, the more students' religious behavior decreases. This study recommends the supervision of parents and teachers in guiding students to be wise in using social media.

Keywords: social media; junior high school; behavior; madrasah tsanawiyah; religious.

How To Cite: Fajriyah, Q., Illahi, R., & Adriyati, A. (2025). The Effect of Social Media Usage Intensity on Students' Religious Behavior. *At-Tarbiyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 16(1), 21-32. doi:<https://doi.org/10.15548/attarbiyah.v16i1.11420>

Article info: Submitted: 12th Februari 2025 | Revised: 19th Maret 2025 | Accepted: 30th April 2025

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi dan perilaku masyarakat, termasuk kalangan pelajar (Rahim & Indah, 2024). Media sosial seperti Instagram, TikTok, dan YouTube menjadi platform yang paling banyak digunakan oleh remaja, termasuk siswa Madrasah Tsanawiyah (MTs). Platform-platform ini menawarkan berbagai manfaat, seperti kemudahan akses informasi, sarana komunikasi, dan hiburan (Ramly & Ayu, 2022). Di satu sisi, media sosial memberikan dampak positif seperti memudahkan akses informasi keagamaan. Namun, di sisi lain, penggunaan berlebihan dapat mengganggu konsentrasi belajar, mengurangi waktu ibadah, dan memengaruhi akhlak siswa (Utami, 2020).

Penggunaan media sosial di kalangan pelajar, terutama siswa tingkat menengah seperti MTs, telah menjadi fenomena yang tidak terelakkan di era digital ini. Survei terbaru dari *We Are Social* (Kemp, 2023) menunjukkan bahwa remaja Indonesia berusia 13-18 tahun menghabiskan rata-rata 4-6 jam per hari di platform seperti TikTok, Instagram, YouTube, dan WhatsApp (Irawan & Tatiyani, 2023). Angka ini jauh melebihi batas waktu penggunaan layar yang direkomendasikan oleh ahli kesehatan, yaitu maksimal 2 jam per hari untuk remaja. Kebiasaan ini sering kali dipicu oleh kebutuhan untuk bersosialisasi, mencari hiburan, atau sekadar mengisi waktu luang (Septiana, 2021). Namun, tanpa disadari, durasi yang panjang ini dapat mengganggu keseimbangan antara kehidupan sosial, akademik, dan spiritual.

Salah satu dampak nyata dari tingginya intensitas penggunaan media sosial adalah pergeseran prioritas aktivitas harian (Sultan et al., 2023). Banyak pelajar yang mengaku lebih sering menunda atau bahkan melewatkan ibadah wajib, seperti shalat, karena terlalu asyik bermain gadget. Selain itu, konten yang dikonsumsi juga turut memengaruhi perilaku mereka (Pratiwi & Malwa, 2021). Algoritma media sosial cenderung mendorong konten hiburan pendek seperti challenge, dance, atau komedi, yang sering kali kurang mengandung nilai edukasi atau religius. Akibatnya, siswa lebih banyak terpapar budaya populer yang tidak selalu sejalan dengan nilai-nilai keislaman (Rajai & Husein, 2021).

Fenomena lain yang muncul adalah ketergantungan (adiksi) terhadap media sosial, di mana pelajar merasa gelisah atau tidak nyaman ketika tidak mengakses platform digital dalam waktu tertentu (Fazria, 2024). Gejala ini dikenal sebagai FoMO (*Fear of Missing Out*), yaitu ketakutan ketinggalan informasi atau tren terbaru di kalangan teman sebaya (Aslam, 2024). Dalam konteks keagamaan, kondisi ini dapat mengurangi konsentrasi saat mengikuti pembelajaran agama atau kegiatan keislaman di sekolah. Sebagian siswa bahkan mengaku lebih sering membuka media sosial daripada membaca Al-Qur'an atau mengikuti pengajian online (Idris et al., 2023).

Di sisi lain, media sosial sebenarnya juga bisa menjadi alat yang efektif untuk penguatan nilai-nilai keagamaan jika digunakan secara bijak. Beberapa siswa memanfaatkan platform seperti YouTube atau Instagram untuk mengikuti kajian Islam, menghafal Al-Qur'an melalui aplikasi, atau berdiskusi dengan komunitas muslim (Septiana, 2021). Namun, sayangnya, konten semacam ini sering kali kalah bersaing dengan konten hiburan yang lebih menarik secara visual dan instan. Oleh karena itu, diperlukan pendampingan dari guru dan orang tua untuk membantu siswa memfilter konten dan mengelola waktu penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kehidupan religius mereka.

Perilaku keagamaan mencakup berbagai aspek, seperti kedisiplinan dalam beribadah, akhlak sehari-hari, dan partisipasi dalam kegiatan keislaman (Rajai & Husein, 2021). Sebagai lembaga pendidikan berbasis agama, MTs diharapkan dapat membentuk siswa yang tidak hanya cerdas secara akademik tetapi juga memiliki karakter religius yang kuat (Utami, 2020). Namun, realitas di lapangan menunjukkan bahwa banyak siswa yang mengalami penurunan kedisiplinan ibadah karena pengaruh media sosial.

Media sosial dapat menjadi sarana dakwah dan pembelajaran agama yang efektif (Maulidin, 2024). Banyak ulama dan pendakwah yang memanfaatkan platform digital untuk menyebarkan konten-konten islami. Namun, di sisi lain, algoritma media sosial lebih sering menampilkan konten hiburan yang bersifat menghibur namun kurang mendidik (Agustina, 2020). Hal ini berpotensi mengurangi minat siswa terhadap konten keagamaan.

Hubungan negatif antara media sosial dan perilaku keagamaan sering kali muncul akibat distraksi waktu dan konsentrasi (Rajai & Husein, 2021). Banyak siswa yang menghabiskan berjam-jam untuk berselancar di media sosial, sehingga mengurangi waktu untuk beribadah atau mengikuti kegiatan keagamaan di sekolah. Selain itu, konten-konten yang tidak sesuai dengan nilai Islam, seperti pergaulan bebas, kekerasan, atau ujaran kebencian, dapat memengaruhi akhlak dan cara berpikir siswa. Tantangan terbesar adalah ketika siswa lebih tertarik mengikuti tren di media sosial daripada mempelajari ajaran agama, sehingga nilai-nilai keislaman perlahan tergerus oleh arus informasi digital yang tidak terkendali (Ramly & Ayu, 2022). Namun, jika digunakan secara bijak, media sosial justru dapat memperkuat identitas keagamaan siswa.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa siswa yang aktif mengikuti konten islami di media sosial cenderung lebih disiplin dalam beribadah dan memiliki pemahaman agama yang lebih baik (Utami, 2020). Oleh karena itu, diperlukan peran guru dan orang tua dalam membimbing siswa untuk memilih konten yang bermanfaat serta mengatur waktu penggunaan media sosial agar tidak mengganggu kewajiban agama (Lasurital et al., 2022). Dengan demikian, media sosial tidak harus menjadi ancaman, melainkan bisa menjadi alat pendukung dalam penguatan karakter religius siswa di era digital.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan yang kompleks antara penggunaan media sosial dengan perilaku keagamaan siswa. Beberapa studi seperti Sri (2024) dan Rahmawati (2022) menemukan korelasi negatif yang signifikan, di mana intensitas penggunaan media sosial yang tinggi berkaitan dengan penurunan kedisiplinan ibadah dan komitmen religius. Namun di sisi lain, penelitian Maulidin (2024) justru mengidentifikasi potensi positif media sosial sebagai media dakwah digital yang efektif, terutama ketika siswa mengonsumsi konten-konten islami yang kreatif di platform seperti Instagram atau YouTube.

Perbedaan temuan ini menunjukkan bahwa dampak media sosial sangat bergantung pada jenis konten yang dikonsumsi dan cara penggunaannya. Studi penelitian dari Aslam (2024) mengungkap masalah spesifik seperti distraksi FoMO (*Fear of Missing Out*) yang mengganggu konsentrasi ibadah, sementara Fazria (2024) menekankan pentingnya literasi digital untuk menyaring konten negatif. Dengan demikian, media sosial sebenarnya bersifat netral bisa menjadi ancaman ketika digunakan secara berlebihan untuk konten hiburan, tetapi juga bisa menjadi alat penguatan religius jika dimanfaatkan untuk pembelajaran agama yang kreatif.

Berdasarkan fenomena dan penelitian terdahulu, dapat diidentifikasi bahwa intensitas penggunaan media sosial berpotensi memengaruhi perilaku keagamaan siswa. Namun, belum banyak penelitian yang secara khusus mengkaji hal ini di kalangan siswa MTs yang berada dalam lingkungan pendidikan agama.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional (Sugiyono, 2021) untuk menganalisis hubungan antara intensitas penggunaan media sosial (variabel independen) dan perilaku keagamaan (variabel dependen) pada siswa MTsN 5 Padang Pariaman. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas VII-IX yang berjumlah 345 orang, dengan sampel sebanyak 140 siswa yang ditentukan melalui Teknik random sampling dengan margin error 6,4%.

Data dikumpulkan melalui kuesioner tertutup menggunakan skala Likert 1-5, yang mencakup indikator durasi penggunaan media sosial, jenis platform yang digunakan, serta aspek perilaku keagamaan seperti kedisiplinan ibadah, akhlak, dan partisipasi dalam kegiatan keagamaan (Safaat, 2024).

Tabel 1. Indikator kuisisioner

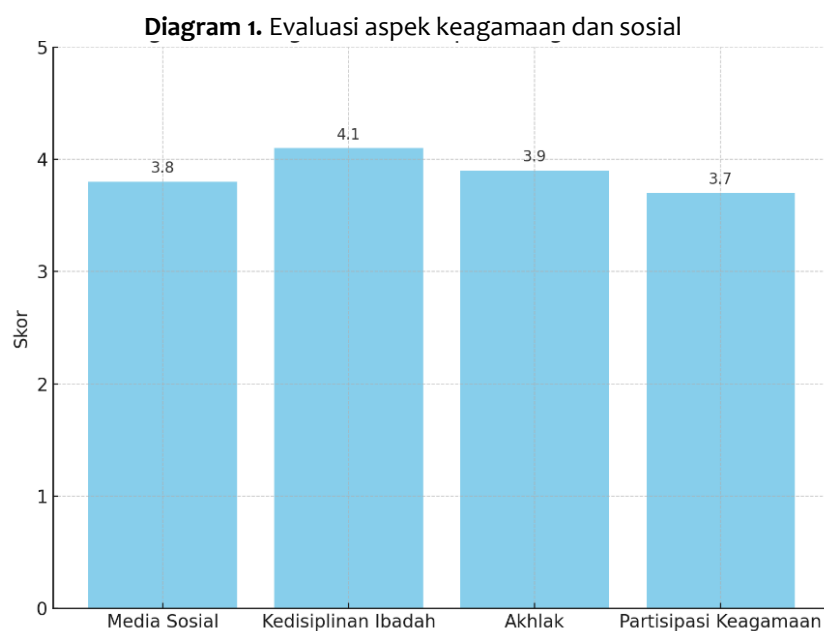
Aspek	Indikator
Media Sosial	Durasi Penggunaan Media Sosial Jenis Platform Media Sosial yang Digunakan
Keagamaan	Kedisiplinan Ibadah Akhlak (Perilaku Sehari-hari) Partisipasi dalam Kegiatan Keagamaan

Validitas instrument diuji melalui validitas isi oleh dua ahli dan uji reliabilitas Cronbach's Alpha dengan koefisien 0,82 untuk variabel media sosial dan 0,79 untuk variabel perilaku keagamaan, menunjukkan instrumen yang handal. Analisis data dilakukan secara bertahap menggunakan software SPSS 25. Tahap pertama meliputi analisis deskriptif untuk memaparkan karakteristik responden dan distribusi data. Tahap kedua menggunakan uji korelasi Pearson untuk mengukur kekuatan hubungan antara kedua variabel, dengan interpretasi koefisien korelasi berdasarkan kriteria Guilford (1956). Tahap ketiga menerapkan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui besaran pengaruh variabel independen terhadap dependen, sekaligus menguji signifikansi melalui uji-t dengan taraf kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Asumsi klasik seperti uji linearitas (*scatter plot*), dan uji heteroskedastisitas (*Glejser*) juga diterapkan untuk memastikan kelayakan model regresi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Media sosial adalah platform digital yang memungkinkan pengguna untuk berinteraksi, berbagi konten, dan membangun jejaring sosial secara virtual (M. Rahman et al., 2023). Menurut Kaplan dan Haenlein, media sosial didefinisikan sebagai sebuah kelompok aplikasi berbasis internet yang membangun fondasi teknologi dan ideologi Web 2.0, serta memungkinkan penciptaan dan pertukaran konten yang dibuat pengguna (Revilia & Irwansyah, 2020). Karakteristik utamanya meliputi *interaktivitas*, *keterbukaan*, dan *konektivitas*, di mana pengguna tidak hanya menjadi konsumen tetapi juga produsen konten atau *user-generated content* (Maulidin, 2024).

Media sosial telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari, termasuk bagi para siswa. Penggunaannya tidak hanya terbatas pada hiburan dan komunikasi, tetapi juga merambah ke ranah keagamaan. Banyak siswa yang kini memanfaatkan platform seperti Instagram, YouTube, dan TikTok untuk mengakses konten-konten keagamaan, seperti ceramah, kajian, maupun motivasi spiritual. Hal ini menunjukkan bahwa media sosial bisa menjadi sarana positif dalam memperdalam pemahaman dan pengamalan agama.



Berdasarkan diagram diatas, terdapat empat indikator yang dievaluasi, yaitu Media Sosial, Kedisiplinan Ibadah, Akhlak, dan Partisipasi Keagamaan. Setiap indikator memiliki

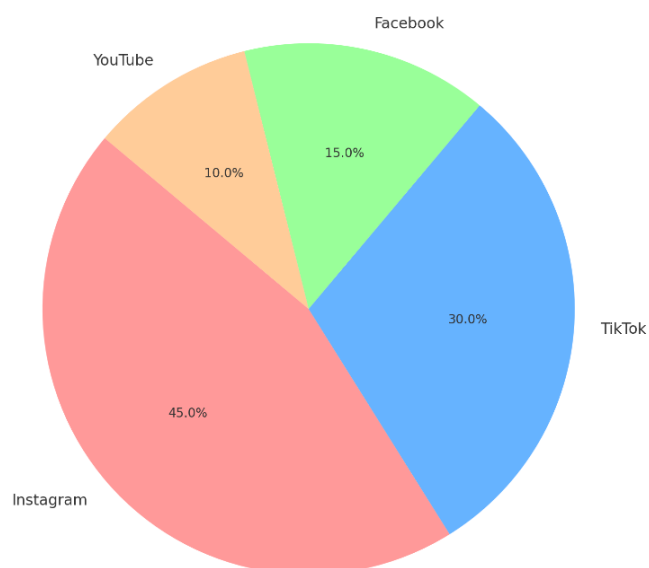
skor rata-rata yang menunjukkan tingkat capaian atau performa dalam aspek tersebut. Rentang skala skor terlihat dari 0 hingga 5, dengan semua nilai berada di atas angka 3,5, menunjukkan pencapaian yang relatif baik secara keseluruhan.

Indikator dengan skor tertinggi adalah Kedisiplinan Ibadah dengan skor 4,1. Hal ini menunjukkan bahwa aspek kedisiplinan dalam menjalankan ibadah tergolong sangat baik. Peserta atau responden dalam evaluasi ini cenderung memiliki rutinitas ibadah yang teratur dan komitmen yang tinggi dalam pelaksanaannya. Ini bisa menjadi kekuatan utama dalam pembinaan keagamaan yang perlu dipertahankan dan ditingkatkan lagi. Kemudian, aspek Akhlak menempati posisi kedua dengan skor 3,9, yang menunjukkan bahwa sikap dan perilaku moral individu sudah cukup baik. Meskipun tidak setinggi kedisiplinan ibadah, nilai ini tetap mencerminkan adanya kesadaran moral yang kuat. Pembinaan karakter dan nilai-nilai etika tetap perlu dijalankan secara konsisten untuk mempertahankan dan memperbaiki area yang mungkin masih kurang.

Indikator Media Sosial mendapatkan skor 3,8. Nilai ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial oleh individu berada pada tingkat yang cukup positif, namun masih perlu perhatian. Dalam konteks keagamaan dan sosial, penggunaan media sosial bisa menjadi sarana yang bermanfaat atau sebaliknya, tergantung pada pola pemanfaatannya. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi dan arahan agar penggunaan media sosial mendukung penguatan nilai-nilai keagamaan dan sosial.

Partisipasi Keagamaan memiliki skor terendah, yaitu 3,7. Meskipun masih dalam kategori baik, nilai ini mengindikasikan perlunya peningkatan keterlibatan individu dalam kegiatan-kegiatan keagamaan secara aktif. Hal ini bisa disebabkan oleh kurangnya motivasi, kesempatan, atau informasi mengenai kegiatan keagamaan. Oleh karena itu, strategi pendekatan yang lebih inklusif dan komunikatif bisa diterapkan untuk meningkatkan partisipasi masyarakat dalam aspek ini. Diagram ini menggambarkan bahwa *Kedisiplinan Ibadah* memiliki skor tertinggi, sedangkan *Partisipasi Keagamaan* memiliki skor terendah di antara keempat variable.

Diagram 2. Penggunaan media sosial oleh siswa



Berdasarkan diagram tersebut, dapat dilihat bahwa terdapat empat platform media sosial utama yang digunakan oleh siswa, yaitu Instagram, TikTok, Facebook, dan YouTube.

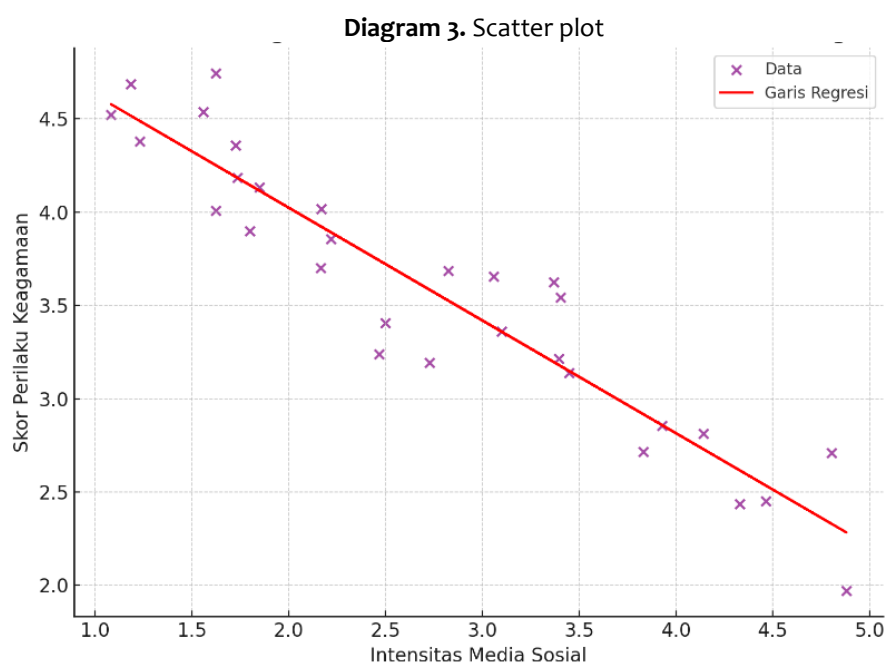
Masing-masing platform menunjukkan persentase penggunaan yang berbeda, mencerminkan preferensi siswa dalam berinteraksi dan mengakses konten digital.

Instagram menempati urutan pertama dengan tingkat penggunaan tertinggi sebesar 45%. Hal ini menunjukkan bahwa Instagram masih menjadi platform yang paling diminati oleh siswa, kemungkinan karena sifat visualnya yang kuat, fitur-fitur menarik seperti Story dan Reels, serta kemudahan interaksi sosial yang ditawarkan. Platform ini juga sering digunakan sebagai sarana ekspresi diri dan membangun identitas digital.

Di urutan kedua terdapat TikTok dengan persentase 30%, menunjukkan bahwa aplikasi ini juga sangat populer di kalangan siswa. TikTok menawarkan konten video pendek yang menghibur dan mudah diakses, serta algoritma yang membuat pengguna terus tertarik untuk menonton. Kenaikan penggunaan TikTok ini menandakan adanya pergeseran preferensi ke konten yang bersifat cepat dan menarik secara visual.

Facebook hanya digunakan oleh 15% siswa, yang mencerminkan penurunan minat terhadap platform ini di kalangan generasi muda. Sementara itu, YouTube menjadi platform dengan penggunaan paling rendah yaitu 10%. Meskipun YouTube tetap menjadi sumber utama untuk video edukatif dan hiburan panjang, rendahnya persentase ini mungkin disebabkan oleh keterbatasan waktu siswa atau kecenderungan untuk lebih memilih konten singkat seperti yang tersedia di TikTok dan Instagram.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa siswa cenderung lebih aktif menggunakan media sosial yang bersifat visual dan interaktif. Hal ini memberikan wawasan penting bagi pendidik dan orang tua dalam memahami pola perilaku digital siswa. Dengan memahami preferensi media sosial mereka, strategi pendidikan atau penyampaian pesan-pesan positif dapat disesuaikan melalui platform yang paling sering mereka gunakan.



Gambar scatter plot yang ditampilkan menunjukkan hubungan antara intensitas media sosial dan skor perilaku keagamaan. Setiap titik ungu pada grafik merepresentasikan individu atau responden yang memiliki nilai tertentu dalam dua variabel tersebut. Sumbu horizontal (X) menunjukkan intensitas penggunaan media sosial,

sedangkan sumbu vertikal (Y) menunjukkan skor perilaku keagamaan yang dimiliki oleh responden.

Dari sebaran titik-titik data, terlihat adanya kecenderungan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin rendah skor perilaku keagamaan. Hal ini diperkuat dengan adanya garis regresi berwarna merah yang memiliki kemiringan negatif. Artinya, terdapat hubungan negatif antara kedua variabel ini—semakin sering seseorang menggunakan media sosial, maka cenderung semakin rendah skor perilaku keagamaannya.

Penurunan skor perilaku keagamaan ini mungkin disebabkan oleh tergesernya waktu dan perhatian dari aktivitas religius ke penggunaan media sosial. Media sosial yang cenderung menyajikan konten hiburan dan konsumsi visual dapat mengurangi frekuensi seseorang dalam melaksanakan aktivitas ibadah atau mengakses konten keagamaan. Ini menjadi indikasi bahwa media sosial berpotensi mengalihkan fokus dan prioritas siswa dari nilai-nilai spiritual. Namun demikian, tidak semua data mengikuti pola ini secara sempurna. Beberapa individu tetap memiliki skor perilaku keagamaan yang tinggi meskipun intensitas penggunaan media sosialnya tinggi, dan sebaliknya. Ini menunjukkan bahwa meskipun ada tren umum, faktor lain di luar media sosial juga berperan dalam membentuk perilaku keagamaan seseorang, seperti lingkungan keluarga, pendidikan, komunitas, dan motivasi pribadi.

Analisis ini memiliki implikasi penting bagi pendidikan karakter dan pembinaan keagamaan, terutama di kalangan pelajar. Penggunaan media sosial tidak harus sepenuhnya dibatasi, namun perlu diarahkan agar lebih mendukung pertumbuhan spiritual dan sosial siswa. Misalnya, dengan memperbanyak konten dakwah, motivasi islami, atau kegiatan sosial berbasis digital yang edukatif dan positif. Scatter plot ini menunjukkan bahwa terdapat **korelasi negatif** antara intensitas penggunaan media sosial dan perilaku keagamaan, yang perlu menjadi perhatian semua pihak. Pendekatan edukatif yang bijak, bukan larangan total, merupakan strategi yang lebih efektif dalam mengelola pengaruh media sosial terhadap perkembangan nilai-nilai keagamaan di kalangan siswa.

Coefficients^(a)

Model	Unstandardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error		
1	16.200	1.666	—	
X	-0.380	0.090	-4.210	0.00

[a] Dependent Variable: Y

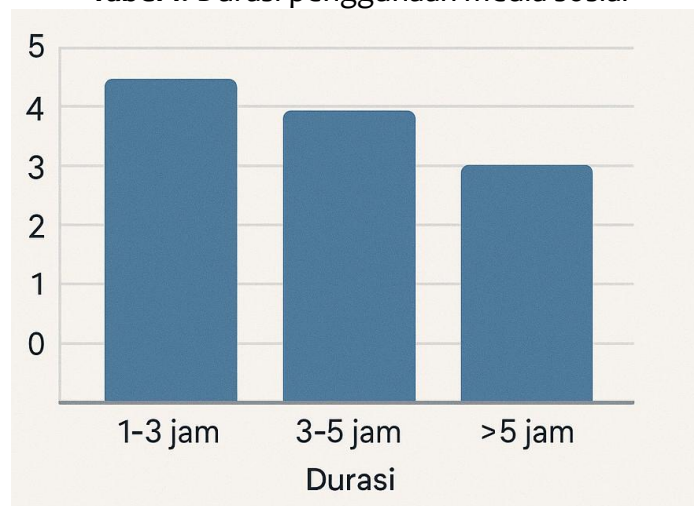
Tabel diatas merupakan hasil analisis regresi linier sederhana antara variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Berdasarkan nilai *Unstandardized Coefficients*, diperoleh persamaan regresi: $Y = 16.200 - 0.380X$. Artinya, setiap peningkatan 1 satuan dalam variabel X akan menyebabkan penurunan sebesar 0.380 pada variabel Y. Nilai konstanta (*intersep*) sebesar 16.200 menunjukkan nilai Y saat $X = 0$.

Koefisien regresi X sebesar -0.380 memiliki nilai t-hitung = -4.210, dengan tingkat signifikansi Sig. = 0.000. Nilai signifikansi ini jauh lebih kecil dari 0.05, yang berarti bahwa

pengaruh variabel X terhadap Y adalah signifikan secara statistik. Dengan kata lain, intensitas media sosial memiliki pengaruh nyata terhadap perilaku keagamaan dalam konteks ini, dan hubungan tersebut bersifat negatif.

Temuan ini mendukung interpretasi bahwa semakin tinggi penggunaan media sosial, maka cenderung semakin rendah skor perilaku keagamaan seseorang. Hal ini penting bagi para pendidik dan pembuat kebijakan untuk lebih memperhatikan dampak dari penggunaan media sosial terhadap aspek non-akademik siswa, khususnya yang berkaitan dengan karakter dan nilai-nilai spiritual. Pendekatan bijak dalam mengarahkan penggunaan media sosial sangat diperlukan agar tidak berdampak negatif terhadap perilaku keagamaan.

Tabel 1. Durasi penggunaan media sosial



Grafik batang di atas menggambarkan hubungan antara durasi penggunaan media sosial per hari dengan rata-rata skor perilaku keagamaan. Terdapat tiga kategori durasi penggunaan: 1–3 jam, 3–5 jam, dan lebih dari 5 jam. Pengguna media sosial dengan durasi 1–3 jam per hari memiliki rata-rata skor keagamaan tertinggi, yaitu sekitar 4 dari skala 5. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dalam batas wajar tidak secara langsung berdampak negatif terhadap perilaku keagamaan. Bahkan, bisa jadi dalam durasi ini, siswa masih mampu menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan kegiatan religius.

Sementara itu, kategori 3–5 jam per hari menunjukkan sedikit penurunan skor keagamaan, meskipun masih berada pada tingkat moderat. Penurunan ini menandakan adanya potensi gangguan terhadap konsistensi atau kualitas dalam menjalankan aktivitas keagamaan. Ketika waktu yang dihabiskan di media sosial mulai meningkat, siswa mungkin mulai kehilangan sebagian waktu atau perhatian yang sebelumnya digunakan untuk ibadah atau kegiatan positif lainnya.

Kategori durasi lebih dari 5 jam per hari menunjukkan rata-rata skor keagamaan terendah, yang mendekati angka 3. Ini adalah indikasi yang cukup kuat bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan memiliki korelasi negatif dengan perilaku keagamaan. Durasi yang panjang kemungkinan besar membuat individu lebih terdistraksi, mengalami kelelahan mental, atau terpapar pada konten-konten yang kurang mendukung nilai-nilai spiritual. Hasil ini konsisten dengan teori waktu terbatas (*limited capacity theory*) yang menyatakan bahwa perhatian dan waktu seseorang adalah sumber daya terbatas. Ketika terlalu banyak waktu dihabiskan untuk satu aktivitas, aktivitas lain termasuk kegiatan

keagamaan akan terdampak. Oleh karena itu, penting untuk memperkenalkan manajemen waktu digital, khususnya kepada siswa, agar mereka dapat memanfaatkan media sosial tanpa mengorbankan nilai-nilai spiritual dan sosial.

Hasil temuan diatas memperkuat pentingnya mengatur durasi penggunaan media sosial. Para pendidik, orang tua, dan pembuat kebijakan perlu berkolaborasi dalam memberikan edukasi literasi digital yang tidak hanya menekankan keamanan dan etika, tetapi juga dampaknya terhadap kehidupan spiritual siswa. Dengan pendekatan yang tepat, siswa dapat didorong untuk menjadi pengguna media sosial yang bijak sekaligus tetap menjaga komitmen terhadap nilai-nilai keagamaan.

Menurut Howard Rheingold, seorang pakar komunikasi digital, media sosial membentuk “komunitas virtual” yang memungkinkan individu berbagi nilai dan keyakinan bersama (Mayasari, 2022). Siswa yang tergabung dalam komunitas online keagamaan dapat saling menyemangati dalam beribadah, berdiskusi tentang ajaran agama, dan mengikuti kegiatan dakwah secara digital. Prof. Dr. Azyumardi Azra, seorang cendekiawan Muslim Indonesia, pernah menyatakan bahwa media sosial bisa menjadi “ruang dakwah baru” yang efektif menjangkau generasi muda (Hamidah, 2024). Siswa dapat mengakses ceramah, kajian, atau tanya jawab agama kapan saja, sehingga membuka peluang pembelajaran agama yang lebih luas dan fleksibel dibandingkan metode konvensional.

Di sisi lain, teori *Cultivation Theory* oleh George Gerbner menyoroti bahwa media bisa “membentuk realitas” yang diterima pengguna, termasuk dalam aspek keagamaan (A. Rahman & Hilmiyah, 2024). Jika siswa terlalu sering terpapar konten keagamaan yang dangkal atau menyesatkan, mereka bisa mengadopsi pemahaman yang tidak utuh, bahkan menyimpang. Hal ini dapat menyebabkan pembentukan sikap keagamaan yang ekstrem, intoleran, atau simbolik semata. Dr. Zakiyah Darajat, pakar psikologi Islam, menegaskan bahwa perkembangan spiritual anak dan remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan informasi yang mereka serap. Tanpa filter yang baik, media sosial bisa menjadi tempat berkembangnya hoaks keagamaan, ujaran kebencian atas nama agama, serta pemikiran radikal yang menyasar siswa sebagai target yang mudah terpengaruh (Sholihah, 2024).

Selain itu, Prof. Rhenald Kasali dalam kajiannya tentang disrupsi digital mengingatkan bahwa era media sosial sering kali memunculkan budaya “viralitas” yang menekankan penampilan luar (Aliah & Irawan, 2024). Dalam konteks agama, siswa bisa tergoda menampilkan kesalehan secara publik hanya untuk mendapatkan pengakuan sosial (*likes* dan *followers*), bukan karena dorongan keimanan yang tulus. Ini dapat memunculkan fenomena *religious performativity* yang hampa makna.

Durasi bermain media sosial memiliki pengaruh langsung terhadap aktivitas keagamaan siswa (Rahmawati, 2022). Siswa yang menghabiskan waktu berjam-jam setiap hari di media sosial cenderung mengalami penurunan fokus terhadap aktivitas spiritual seperti salat tepat waktu, membaca kitab suci, atau mengikuti kegiatan keagamaan di sekolah. Hal ini sejalan dengan konsep *displacement theory*, yang menyatakan bahwa penggunaan waktu untuk satu aktivitas akan menggeser waktu untuk aktivitas lainnya (Hall & Liu, 2022). Dalam hal ini, waktu beribadah tergeser oleh waktu berselancar di media sosial.

Dari sisi psikologis, penggunaan media sosial yang berlebihan bisa menimbulkan efek *mental overload* (kelelahan mental) yang memengaruhi kedisiplinan beragama (Safaat, 2024). Menurut psikolog perkembangan remaja, siswa yang menghabiskan lebih dari 3 jam per hari di media sosial cenderung mengalami stres, kecemasan, dan penurunan minat terhadap kegiatan bermakna termasuk ibadah (Agustina, 2020). Konten yang tidak

relevan secara spiritual dan notifikasi yang terus-menerus membuat siswa sulit untuk khusyuk dalam ibadah atau refleksi keagamaan. Meski durasi tinggi bisa memberi peluang untuk mengakses konten keagamaan, bukan berarti durasi lama selalu berdampak positif. Jika waktu yang lama dihabiskan untuk hiburan atau konten viral yang tidak bernilai religius, maka media sosial justru menjauhkan siswa dari nilai-nilai agama. Hanya siswa yang secara sadar memilih konten keagamaan dan menggunakannya sebagai sarana belajar spiritual yang akan merasakan dampak positif, meskipun durasinya singkat.

Tingginya durasi bermain media sosial juga sering berbanding terbalik dengan partisipasi siswa dalam kegiatan keagamaan nyata. Misalnya, siswa lebih memilih menonton ceramah TikTok daripada menghadiri pengajian di sekolah. Padahal, interaksi langsung dengan guru atau tokoh agama lebih efektif membentuk sikap religius yang mendalam. Ini menunjukkan bahwa kelebihan durasi online dapat menyebabkan *isolasi spiritual*, di mana siswa terjebak dalam pasifisme religius tanpa praktik nyata (Safaat, 2024).

Jadi, durasi bermain media sosial sangat memengaruhi keagamaan siswa, baik dari sisi perilaku maupun psikologis. Penggunaan media sosial dalam batas waktu yang wajar (1–2 jam per hari) dan diarahkan pada konten positif dapat mendukung religiusitas siswa. Namun, durasi yang berlebihan tanpa kontrol justru bisa melemahkan praktik keagamaan mereka. Oleh karena itu, dibutuhkan peran guru, orang tua, dan lingkungan sekolah untuk membantu siswa mengatur waktu, memilih konten yang tepat, serta mengintegrasikan kegiatan online dan offline dalam kehidupan beragama.

KESIMPULAN

Bermain media sosial berpengaruh signifikan terhadap tingkat keagamaan siswa, baik dari segi perilaku ibadah, akhlak, maupun partisipasi keagamaan. Siswa yang menggunakan media sosial dalam durasi wajar (1–3 jam per hari) cenderung memiliki skor keagamaan yang lebih tinggi, sementara durasi penggunaan yang berlebihan (lebih dari 5 jam per hari) berkorelasi negatif dengan kedisiplinan beribadah dan partisipasi keagamaan. Meskipun media sosial memiliki potensi positif sebagai sarana dakwah dan pembelajaran spiritual, konten yang tidak terarah serta penggunaan berlebihan dapat menimbulkan kelelahan mental, pergeseran prioritas, hingga fenomena kesalehan simbolik. Diperlukan pendampingan dan literasi digital yang bijak dari guru, orang tua, dan lingkungan sekolah agar siswa dapat mengelola waktu digitalnya secara seimbang dan tetap menjaga nilai-nilai spiritual dalam kehidupan sehari-hari.

REFERENSI

- Agustina, L. (2020). Viralitas konten di media sosial. *Majalah Semi Ilmiah Populer Komunikasi Massa*, 1(2), 149–160.
- Aliah, F., & Irawan, D. (2024). Strategi Pendidikan Islam Kontekstual Dalam Menyongsong Era Disrupsi Digital. *Pengertian: Jurnal Pendidikan Indonesia (PJPI)*, 2(1), 1–12.
- Aslam, N. (2024). *Studi Kasus Tentang Perilaku Fear of Missing Out (Fomo) Dalam Bermedia Sosial Dan Penanganannya di SMPN 4 Bulukumba*. <https://eprints.unm.ac.id/36154/>
- Fazria, N. (2024). Fear of Missing Out (FOMO) Pada Remaja Pengguna Media Sosial: Studi Pendahuluan. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling*, 2(3), 1193–1202.

- Hall, J. A., & Liu, D. (2022). Social media use, social displacement, and well-being. *Current Opinion in Psychology*, 46, 101339.
- Hamidah, A. (2024). Islamic Knowledge Authority in the Virtual Space: Between Inclusivism and Exclusivism for Library Users UIN Sunan Ampel Surabaya. *Journal of Islamic Thought and Philosophy*, 3(1), 99–120.
- Idris, H., Muttaqin, A. I., & Fajarudin, A. A. (2023). Fenomena Fomo; Pandangan Al-Qur'an tentang Pendidikan Mental dan Keseimbangan Kehidupan Generasi Millennial. *Tarbiyatuna: Jurnal Pendidikan Islam*, 16(2), 145–157.
- Irawan, A. W., & Tatiyani, T. (2023). Hubungan Antara Fear of Missing Out dan Smartphone Addiction Terhadap Kecenderungan Perilaku Phubbing Pengguna Social Media Pada Siswa Kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(3), 52–57.
- Kemp, S. (2023). *The Changing World of Digital In 2023—We Are Social Indonesia*. We Are Social. <https://wearesocial.com/id/blog/2023/01/the-changing-world-of-digital-in-2023-2/>
- Lasurital, S. R., Anabertus, H. R., Dayanti, I., Zega, R. P., & Siahaan, R. J. (2022). Peran Orang tua dalam Pendidikan Anak Usia Dini di Era Society 5.0. *SIKIP: Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, 3(2), 93–105.
- Maulidin, S. (2024). Pendidikan Pemanfaatan Media Sosial sebagai Sarana Dakwah dan Pendidikan pada Pelajar. *Journal Khafi: Journal of Islamic Studies*, 3(1), 27–39.
- Mayasari, F. (2022). Etnografi virtual fenomena cancel culture dan partisipasi pengguna media terhadap tokoh publik di media sosial. *Journal of Communication and Society*, 1(01), 27–44.
- Pratiwi, R. G., & Malwa, R. U. (2021). Faktor yang mempengaruhi kecanduan gadget terhadap perilaku remaja. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 15(2), 105–112.
- Rahim, A., & Indah, M. (2024). Pentingnya pendidikan literasi digital di kalangan remaja. *SABAJAYA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(02), 51–56.
- Rahman, A., & Hilmiyah, M. (2024). Media Sosial dan Masyarakat: Ditinjau Dari Analisis Kultivasi Media. *KOMUNIDA*, 79–97.
- Rahman, M., Nursyabilah, I., Astuti, P., Syam, M. I., Mukramin, S., & Kurnawati, W. O. I. (2023). Pemanfaatan media sosial sebagai media pembelajaran. *Journal on Education*, 5(3), 10646–10653.
- Rahmawati, E. D. (2022). *Pengaruh Intensitas Bermain Media Sosial Instagram Terhadap Menurunnya Kedisiplinan Shalat Fardu Remaja Desa Beji Kecamatan Tulis Kabupaten Batang* [PhD Thesis, Institut Agama Islam Negeri]. <http://etheses.uingusdur.ac.id/id/eprint/11914>
- Rajai, N., & Husein, S. (2021). Upaya Guru Pendidikan Agama Islam Dalam Menyikapi Dampak Negatif Penggunaan Internet. *Kuttab: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 3(2), 164–180.
- Ramly, R. A., & Ayu, S. (2022). Pengaruh Media Sosial Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Kependidikan Media*, 11(3), 107–119.

- Revilia, D., & Irwansyah, N. (2020). Social Media Literacy: Millennial's Perspective of Security and Privacy Awareness. *Jurnal Penelitian Komunikasi Dan Opini Publik*, 24(1). <https://jkd.komdigi.go.id/index.php/jpkop/article/view/2375>
- Safaat, A. A. (2024). *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Perilaku Keagamaan Pada Remaja Muslim di SMA Negeri 87 Jakarta* [bachelorThesis, Falkutas Dakwah Dan Komunikasi]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/82738>
- Septiana, N. Z. (2021). Dampak penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan sosial remaja dimasa pandemi covid-19. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(1), 1–13.
- Sholihah, M. (2024). *Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Islam Bagi Remaja Perspektif Prof. Dr. Zakiah Daradjat* [bachelorThesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta]. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/82587>
- Sri, S. (2024). *Pengaruh Kecanduan Media Sosial Terhadap Kedisiplinan Dalam Melaksanakan Ibadah Shalat Fardhu Remaja Pasie Nan Tigo* [PhD Thesis, Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat]. <http://eprints.umsb.ac.id/3382/>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sultan, S., Rapi, M., Ismail, A., & Suardi, S. (2023). Perilaku Membaca Murid Sekolah Dasar Kelas Tinggi di Era Intenet (The Reading Behavior of High Grade Elementary School Students in the Internet Age). *Indonesian Language Education and Literature*, 8(2), 422–439.
- Utami, M. P. (2020). *Pengaruh penggunaan media sosial terhadap akhlak siswa di mts tarbiyah islamiyah kerkap* [PhD Thesis, IAIN Bengkulu]. <http://repository.iainbengkulu.ac.id/4302/>