

MEMBANGUN RESILIENSI GENERASI ALPHA KRISTEN PADA ERA DIGITALISASI

Arianto Batara¹

Institut Agama Kristen Negeri Manado, Indonesia¹

Abstrak : Artikel ini membahas pentingnya membangun resiliensi pada Generasi Alpha Kristen di era digitalisasi. Resiliensi, yang menggambarkan kemampuan untuk bangkit kembali setelah menghadapi kesulitan, menjadi krusial dalam konteks generasi yang sangat terhubung dengan teknologi. Melalui metode kajian pustaka, penulis menganalisis tantangan yang dihadapi oleh Generasi Alpha, termasuk rendahnya interaksi sosial dan kesehatan mental yang terganggu. Temuan menunjukkan bahwa pendidikan yang seimbang antara teknologi dan nilai-nilai spiritual serta keterlibatan orang tua dan guru dalam proses pembelajaran dapat meningkatkan resiliensi. Penekanan pada prinsip kesederhanaan, kedamaian, dan belas kasih menjadi penting untuk membantu Generasi Alpha Kristen mengatasi tantangan era digital.

Kata Kunci : Era Digitalisasi, Generasi Alpha, Pendidikan Agama Kristen

Abstrack : This article discusses the importance of building resilience in the Christian Alpha generation in the era of digitization. Resilience, which describes the ability to bounce back after facing adversity, becomes crucial in the context of a generation that is deeply connected to technology. Through the literature review method, the authors analyze the challenges faced by Generation Alpha, including low social interaction and impaired mental health. The findings suggest that education that is balanced between technology and spiritual values and the involvement of parents and teachers in the learning process can increase resilience. The emphasis on the principles of simplicity, peace, and compassion becomes essential to help the Christian Alpha Generation overcome the challenges of the digital age.

Keyowrds : Alpha Generation, Christian Religious Education, Digitalization Era

PENDAHULUAN

Istilah resiliensi bisa jadi belum terlalu akrab di telinga kita. Meskipun demikian bukan berarti tidak pernah mengalaminya. Dalam Cambridge Dictionary, resiliensi didefinisikan sebagai *the ability to be happy, successful, etc. again after something difficult or bad has happened* (<https://dictionary.cambridge.org>).

Selanjutnya menurut Farkas & Orosz, 2015 dalam Wulandari, 2020 istilah resiliensi dikenalkan pertama kali pada 1950-an oleh Blok dengan nama *ego-resiliency* (ER), yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal. Awalnya konsep itu diterapkan pada anak-anak dimana ia dikenal sebagai "*invulnerability*" atau "*stress-resistance*". ER dan resiliensi keduanya diperlakukan sebagai faktor protektif melawan kesulitan, keduanya berbeda dalam banyak hal.

Definisi di atas memberikan gambaran bahwa dalam menjalani kehidupannya, manusia tidak terlepas dari tantangan. Tantangan yang dialami kadangkala diluar kemampuan diri manusia. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan diri yang lentur/fleksibel dalam menghadapi situasi demikian. Metafora kondisi ini adalah seperti spon cuci piring yang ketika mendapat tekanan, akan kembali ke kondisi semula.

Metode Pelaksanaan

Penyusunan artikel ini menggunakan metode penelitian kajian pustaka atau studi kepustakaan yaitu berisi teori teori yang relevan dengan isu- isu Pendidikan Agama Kristen kontemporer yang diambil penulis. Kajian pustaka atau studi pustaka merupakan kegiatan yang diwajibkan dalam suatu penelitian, khususnya penelitian akademik yang tujuan utamanya yaitu dalam mengembangkan aspek teoritis maupun aspek manfaat praktis. Jenis penelitian ini adalah bibliografi, menurut Zed M dalam Habibatullah (2021) dijelaskan bahwa bibliografi adalah daftar informasi dalam buku-buku karya pengarang maupun ahli dalam berbagai bidang, keahlian atau penerbit tertentu. Artikel ini seluruhnya berdasarkan atas kajian pustaka atau studi literatur. Oleh karena itu sifat penelitiannya adalah penelitian kepustakaan (*library research*).

Hasil Dan Pembahasan

Temuan penelitian merupakan data-data dari lapangan yang diperoleh dari penelitian kualitatif. Data-data ini bersifat deskriptif. Berdasarkan hal ini, sesuai dengan topik, maka temuan yang penulis temukan adalah Maryam (2019) menyatakan bahwa generasi alpha adalah generasi terdidik, akrab dengan teknologi sehingga tidak bisa hidup tanpa gadget, dan paling sejahtera. Hal inilah yang tercermin pada generasi masa kini.

Lebih lanjut dijelaskan bahwa, tantangan menghadapi generasi Alpha antara lain resiliensi rendah, kurang interaksi sosial, kurangnya memahami norma sosial seperti empati. Kondisi demikian, menghadirkan anak yang kurang memahami perasaan orang lain, tetapi di lain pihak selalu mengharapkan dipahami. Lebih Lanjut, jika anak diminta mengerjakan sesuatu, anak akan mengatakan tidak bisa.

Temuan lain disampaikan Dr. Bagus Takwin, M.Hum (Ketua Laboratorium Cognition, Affect, & Well-Being Fakultas Psikologi UI) yang menemukan bahwa secara umum, rata-rata

resiliensi orang Indonesia itu tergolong rendah. Mereka cenderung tidak tahan terhadap tekanan atau rasa sakit serta cenderung pesimis melihat masa depan ketika mengalami situasi yang menekan dan membuat mereka terpukul. Hal ini merupakan hasil penelitian pada tahun 2021.

Mengenal Gnerasi Alpha

Generasi Alpha merupakan generasi yang istimewa karena kehidupannya yang tidak terpisahkan dengan teknologi. Metafora generasi Alpha dan teknologi adalah ikan dengan air. Memisahkan generasi Alpha dengan teknologi, seperti memisahkan ikan dengan air. Menurut kumparan.com anak-anak generasi Alpha adalah anak-anak pertama yang tumbuh sepenuhnya dalam era teknologi digital dan mengalami berbagai perubahan sosial dan teknologi yang cepat.

Bermula dari pandemi situasi ini merupakan situasi yang penuh tantangan dan tidak dapat dihindari. Dampaknya sangat terasa pada berbagai bidang termasuk pendidikan. Kondisi demikian membutuhkan resiliensi terutama pada siswa dalam pembelajaran *online*. Kondisi ini terus berlanjut sampai sekarang.

Anak yang lahir pada tahun 2010 sampai 2025 disebut Generasi Alpha. Usia generasi ini paling tinggi sekitar 11 tahun. Pada anak usia sekolah generasi Alpha rata-rata sudah kelas 5-6 Sekolah Dasar. Menurut Katyusha (2021) istilah Generasi Alpha muncul pada tahun 2005. Nama ini ditentukan dari hasil survei yang diadakan oleh Mark McCrindle, seorang analis sosial dan demografi. Generasi ini merupakan generasi pertama yang sejak lahir sudah berdampingan dengan teknologi. Berdasarkan hal ini, maka mereka juga sering disebut sebagai "generasi digital". Berdasarkan ciri di atas, maka generasi ini sangat mahir menggunakan teknologi. Mendukung potensi mereka, maka dibutuhkan kurikulum yang mendorong pemanfaatan teknologi untuk menemukan solusi atas setiap permasalahan dan memfasilitasi kreativitas.

Generasi Alpha dengan berbagai keunggulan tetap memiliki kerentanan, terlebih pada kesehatan mental. Beberapa di antaranya adalah gangguan kecemasan dan depresi (Katyusha, 2021). Faktor lingkungan dapat menjadi salah satu penyebab terganggunya kesehatan mental mereka. Tuntutan yang tinggi terhadap peningkatan aspek akademik dapat menekan anak sehingga menimbulkan kecemasan dan depresi dalam diri.

Perlu mengetahui ciri-ciri khas generasi Alpha sehingga orang tua dan guru termasuk masyarakat tepat dalam pendampingan. Adapun generasi Alpha memiliki ciri khas sebagai berikut (kumparan.com) :

1. *Digital Native*

Mereka adalah generasi pertama yang tumbuh sepenuhnya dalam era digital dan memiliki akses ke teknologi dari usia yang sangat muda.

2. *Multitasking*

Anak Generasi Alpha biasanya pandai melakukan banyak tugas sekaligus, terutama jika melibatkan perangkat digital.

3. *Pendidikan*

Generasi Alpha diharapkan menjadi generasi yang paling berpendidikan sepanjang sejarah, terutama karena akses mereka ke informasi digital.

4. *Diversifikasi*

Generasi Alpha akan menjadi generasi dengan keragaman etnis dan budaya paling tinggi sepanjang sejarah.

4.2. Membangun Resiliensi Generasi Alpha Kristen

Berikut ini beberapa hal yang dapat dilakukan orangtua dan sekolah dalam membangun resiliensi anak generasi Alpha dalam era digitalisasi.

1. Sekolah dengan bantuan orang tua melakukan tes diagnostik terhadap kondisi anak. Tes ini meliputi nilai moral, fisik-motorik, kognitif, sosial-emosi, bahasa, dan seni. Mengetahui kondisi anak akan membantu orang tua dan sekolah dalam melakukan pendampingan selama pembelajaran yang menggunakan teknologi.
2. Setelah mengetahui kondisi anak melalui tes diagnostik, maka dibutuhkan kerjasama orang tua dan sekolah dalam memantau perkembangan anak. Adanya pertemuan rutin antara orang tua dan sekolah membantu dalam penyusunan strategi untuk menghindari permasalahan yang mungkin dapat muncul di kemudian hari.
3. Membangun resiliensi pada generasi Alpha melalui disiplin. Kecenderungan generasi Alpha adalah lebih asyik dengan dunianya termasuk gadget. Dalam hal ini sangat penting membatasi waktu anak untuk menggunakan gawai, komputer, dan laptop. Sekolah juga perlu menyusun strategi sehingga anak tidak selalu menggunakan perangkat teknologi dalam pembelajaran *online*. Salah satu strategi yang dapat dilakukan jika pembelajaran tatap muka terbatas adalah menerapkan *blended learning* yang mengombinasikan pembelajaran secara daring dan tatap muka secara langsung. Ada 2 (dua) jenis model *blended learning* yang dapat diterapkan yaitu *flipped classroom* dan atau *station rotation*.
4. Memanjakan anak dengan gawai merupakan kebiasaan yang buruk. Contohnya ketika anak menangis maka ditenangkan dengan gawai, atau saat anak makan ditemani dengan gawai. Kondisi ini akan menyebabkan anak kecanduan gawai dan akhirnya membentuk anak yang tidak tangguh dalam mengatasi emosinya. Anak tidak terlatih mengontrol emosi saat yang ia inginkan tidak terkabul dan menjadi lebih mudah menyerah.
5. Memberi teladan bagi generasi Alpha merupakan hal penting. Cara orang tua serta orang-orang di sekitarnya dalam menghadapi tantangan menjadi contoh nyata anak dalam membangun resiliensi. Hal ini dapat ditunjukkan orang tua dan guru yang penuh kesabaran mendampingi anak dalam pembelajaran *online*.
6. Resiliensi pada semua generasi terutama pada generasi Alpha juga dapat dibangun dengan menciptakan ruang komunikasi yang menyenangkan. Dalam pembelajaran *online*, guru menciptakan kesempatan untuk berbicara dari hati ke hati baik secara personal maupun dalam kelompok kecil. Anak dapat dibagi dalam kelas virtual dengan jumlah yang lebih sedikit untuk waktu-waktu tertentu serta rutin dilakukan. Suasana ini juga akan membangun kepedulian sosial anak.

Selanjutnya secara khusus bagi generasi Alpha Kristen beberapa prinsip yang menjadi pedoman dalam membangun resiliensi adalah sebagai berikut (Lafau,Y, dkk, 2024) :

Kesederhanaan

Generasi Alpha Kristen perlu didampingi sehingga sadar untuk mengutamakan kebutuhan spiritual dan moral daripada pencapaian material atau popularitas dalam dunia digital yang seringkali penuh dengan perbandingan sosial dan citra diri yang terdistorsi. Penekanan pada

kesederhanaan (*simplicity*), akan menghadirkan generasi Alpha yang fokus pada aspek spiritual dan bukan hal-hal duniawi terutama materi. Kesederhaan harus diteladankan oleh orang tua, guru dan pemimpin Kristen. Dengan demikian, orang tua, guru, pemimpin Kristen mendampingi generasi Alpha dengan tetap memperhatikan integritas dan fokus pada nilai-nilai spiritual yang mendasar. Pemimpin kristen memberikan contoh yang seimbang dan memotivasi jemaat termasuk generasi Alpha untuk mengutamakan pertumbuhan rohani di tengah arus informasi dan komparasi yang terus mengalir di dunia digital.

Kedamaian dan Belas Kasihan.

Membangun resiliensi Generasi Alpha Kristen, prinsip lain yang harus dipegang adalah prinsip kedamaian dan belas kasihan. Dalam hal ini orang tua, guru dan pemimpin Kristen juga harus menjadi teladan. Hidup sebagai generasi Alpha tidaklah mudah. Gempuran nilai-nilai hidup melalui teknologi tidak dapat dibendung. Oleh karena itu dibutuhkan pertahanan prinsip diri yang tangguh untuk dapat memilah nilai yang sesuai dengan prinsip iman kristen dengan yang tidak sesuai.

Memperhatikan prinsip kedamaian dan belas kasihan menciptakan generasi Alpha yang lebih harmonis, tidak tertekan sehingga dapat lebih terbuka bagi orang tua, guru, dan pemimpin Kristen. Hal lain yang akan ternagun adalah hadirnya kebaikan dan saling pengertian menjadi lebih dominan daripada ketegangan dan pertentangan yang sering muncul dalam interaksi digital. Kondisi ini akan menghadirkan Generasi Alpha yang lebih resiliensi karena ada pihak yang mendukung.

Kesimpulan

Berdasarkan paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa : Generasi Alpha merupakan generasi yang tidak dapat dipisahkan dengan teknologi (digitalisasi), Resiliensi merupakan aspek kehidupan yang perlu diperhatikan bagi generasi Alpha termasuk Generasi Alpha Kristen, Dalam membangun resiliensi Genrai Alpha Kristen dibutuhkan keteladanan orang tua, guru dan pemimpin Kristen, dan Kesederhaaan dan Kedamaian dan belas kasih merupakn prinsip yang dapat dipegang dalam membangun resiliensi generasi Alpha Kristen.

Referensi

Cambridge dictionary diakses dari <https://dictionary.cambridge.org/>

Habibatullah S., 2021, *Potensi Bahasa Anak Usia Dini 5-6 Tahun melalui Metode Bercerita* , PAUD Lectura: Jurnal Pendidikan An Usia Dini, Vol 4, No 2, April 2021

Lafau, Y, Anwar Waruw, dan Ruth Judica Siahaan (2024) *Membimbing Generasi Z dan Alpha:*

Strategi Kepemimpinan Kristen dalam Era Digital Jurnal Kepemimpinan Kristen, Teologi, dan Entrepreneurship | Vol. 03, No. 01 | APRIL 2024

Katyusha.W., 2021. *Siapa Generasi Alpha dan Bagaimana Mendidiknya* diakses dari <https://hellosehat.com/>

Mengenal Generasi Alpha: Ciri-ciri dan Perbedaannya dengan Generasi Z diakses [Mengenal Generasi Alpha: Ciri-ciri dan Perbedaannya dengan Generasi Z | kumparan.com](https://kumparan.com)

Tantangan Pendidikan Generasi Alpha, Effy Wardati : Perlunya mengenalkan Permainan Tradisional diakses dari <https://umsida.ac.id/tantangan-pendidikan-generasi-alpha-effy-wardatiperlunya-mengenalkan-permainan-tradisional/>

Wahyuni, E. dan Vidya Siti Wulandari , 2021 *Resiliensi Remaja dan Implikasinya Terhadap Kebutuhan Pengembangan Buku Bantuan Diri*

Wulandari, Antonina, 2020, *Mengenal Resiliensi dalam Ilmu Psikologi* diakses dari <https://psychology.binus.ac.id>