



**Peran PAK dalam Menghadapi Distraksi *Short Video* terhadap  
Konsentrasi Mengerjakan Tugas bagi Kalangan Pelajar Kristen**

***Junardi Sihaloho<sup>1</sup>***

***Donny Ardo Eka Dharma Putra Walui<sup>2\*)</sup>***

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Teologi Ekumene Jakarta

<sup>\*)</sup>Email Correspondence: [donnyardo@sttekumene.ac.id](mailto:donnyardo@sttekumene.ac.id)

---

**ABSTRAK**

**INFO ARTIKEL**

*Sejarah Artikel:*

Diterima: 15/1/2024

Direvisi: 29/8/2024

Disetujui: 29/8/2024

Dipublikasi: 31/8/2024

Berkembangnya zaman saat ini ditandai dengan teknologi yang semakin maju yang membuat manusia hidup dengan serba instan. Tentunya selain dari dampak positif pasti ada dampak negatif yang dihasilkan lewat perkembangan teknologi tersebut, salah satunya distraksi short video terhadap konsentrasi mengerjakan tugas bagi kalangan pelajar khususnya Kristen. Adapun tujuan penelitian ini adalah bagaimana atau apa peran pendidikan agama Kristen untuk bisa menangani kalangan pelajar Kristen yang mengalami distraksi short video yang mengakibatkan susahnya untuk konsentrasi dalam mengerjakan tugas akademik. Melalui penelitian dengan analisis kepustakaan dengan pendekatan kualitatif, ditemukan bahwa peran pendidikan agama Kristen dalam menghadapi distraksi short video terhadap konsentrasi mengerjakan tugas bagi kalangan pelajar Kristen adalah pertama, mendekatkan pelajar untuk terus intim dengan Tuhan lewat ibadah sehingga mencintai Tuhan dan mendengar suara kebenaran. Kedua, memberikan pemahaman akan kesadaran bahaya short video terhadap konsentrasi belajar. Ketiga, mengontrol pelajar untuk membagi waktu antara mengerjakan tugas dan nonton short video. Keempat, kesadaran yang dimiliki oleh pelajar tidak hanya berhenti di diri sendiri tetapi berbuah untuk berbagi kepada pelajar lain sehingga mengalami perubahan secara bersama-sama. Peran-peran ini akan bisa dilakukan jika disertai oleh teladan ataupun contoh dari guru maupun dosen pendidikan agama Kristen yang telah selesai dengan kecanduan short video, sehingga pelajar menemukan teladan yang baik.

---

***Kata Kunci:***

Distraksi *short video*, pelajar Kristen, PAK

---

***ABSTRACT***

*The development of the current era is characterized by increasingly advanced technology that makes humans live in an instant. Of course,*

*apart from the positive impact, there must be a negative impact produced through the development of technology, one of which is the distraction of short videos on the concentration of doing assignments for students, especially Christians. The purpose of this study is how or what is the role of Christian religious education to be able to handle Christian students who experience short video distraction which makes it difficult to concentrate on doing academic assignments. Through research with literature analysis with a qualitative approach, it was found that the role of Christian religious education in dealing with the distraction of short videos on concentration on assignments for Christian students is first, to bring students closer to God through worship so that they love God and hear the voice of truth. Second, providing an understanding of the awareness of the dangers of short videos on learning concentration. Third, controlling students to divide their time between doing assignments and watching short videos. Fourth, the awareness that students have does not stop at themselves but results in sharing with other students so that they experience change together. These roles will be able to be carried out if accompanied by examples or examples from Christian religious education teachers and lecturers who have finished with short video addiction, so that the students will be able to change their behavior together. These roles can only be fulfilled if accompanied by the example of a Christian education teacher or lecturer who has overcome addiction to short videos, so that students can find a good role model.*

---

**Keywords:**

*short video distraction, Christian students, Christian religious education*

---

## **PENDAHULUAN**

Short video (video pendek) adalah suatu media visual dengan gambar bergerak yang memiliki durasi waktu pendek. Adapun durasi short video adalah kurang lebih 60 detik, sehingga membuat penonton tidak pernah puas. Oleh karena videonya berdurasi pendek, sehingga membuat para pengguna terus penasaran dan tidak mengalami kebosanan karena telah tersedia fitur untuk men scroll video tersebut, supaya memudahkan pengguna berganti dengan video berikutnya dengan topik-topik yang menarik pula.<sup>1</sup> Saat ini jumlah peminat short video sangat banyak hampir seluruh kalangan masyarakat indonesia bahkan dunia, karena short video ini begitu banyak ditampilkan di berbagai aplikasi seperti tiktok, reels instagram, youtube short, snack video, aplikasi shopee dan masih banyak aplikasi lainnya yang dilengkapi oleh short video.<sup>2</sup> Short video ini menyajikan berbagai macam jenis konten video, yang menjangkau mulai dari dalam negara sampai informasi belahan

---

<sup>1</sup>Agus Darmawan dan Iwan Muhammad Ridwan, "FENOMENA VIDEO VERTIKAL DALAM KEHIDUPAN MASYARAKAT," *Wacadesain* 4, no. 1 (31 Mei 2023): 19–27, <https://doi.org/10.51977/wacadesain.v4i1.1184>.

<sup>2</sup>Rizaldi Malik dan Jatmika Nurhadi, "Strategi Pembelajaran Keterampilan Berbahasa Anak Menggunakan Algoritma Aplikasi Tiktok, Instagram Reels, dan Youtube Shorts," *Disastra: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia* 5, no. 1 (31 Januari 2023): 119–32, <https://doi.org/10.29300/disastra.v5i1.8123>.

dunia. Sehingga tidak heran jika para peminat video pendek ini tidak pernah mengalami kejenuhan.<sup>3</sup>

Tentunya dampak positif bagi kehidupan manusia dengan adanya short video sangat banyak, mulai dari sumber informasi tercepat, baik dari dalam negara maupun di berbagai belahan dunia, mendorong kalangan masyarakat untuk berkarya dan berkeaktifitas lewat short video, sebagai cara untuk mempercepat dalam mempromosikan produk barang atau jasa yang ingin dijual,<sup>4</sup> memotivasi hidup manusia untuk menjalani kehidupan dengan adanya konten motivasi dari short video dan tidak membosankan para pengguna.<sup>5</sup>

Di lain sisi, selain dampak positif yang didapatkan melalui short video, ternyata melalui short video juga memiliki dampak negatif yang membuat kalangan masyarakat mengalami kerugian baik secara fisik maupun secara mental. Salah satunya tingkat stress yang tinggi, sehingga menurunnya tingkat konsentrasi belajar siswa akibat kecanduan short video.<sup>6</sup> Para peneliti sebelumnya telah banyak meneliti terkait dampak negatif dari short video dalam media sosial terhadap pembelajaran anak, salah satunya penelitian dengan judul “*Strategi mengelola penggunaan tiktok agar tidak mempengaruhi konsentrasi belajar siswa*” Adapun hasil yang ditemukan adalah bahwa karena dampak negatif bagi anak dalam menggunakan tik tok adalah mengganggu konsentrasi belajar atau bosan, maka sangat perlu pengelolaan dalam menggunakan tik tok kepada anak.<sup>7</sup> Kemudian peneliti lainnya dengan judul “*Detox Behaviour pada mahasiswa yang kecanduan aplikasi tiktok*” Adapun hasil yang ditemukan adalah dengan adanya teknik detox behaviour mampu menangani mahasiswa yang kecanduan tiktok, ditandai dengan bisa menghargai orang lain, tidur yang cukup dan fokus untuk mengembangkan diri dengan penuh semangat.<sup>8</sup> Akan tetapi sejauh ini, belum terdapat penelitian khususnya peran guru pendidikan agama Kristen dalam menghadapi distraksi short video terhadap konsentrasi mengerjakan tugas bagi kalangan pelajar Kristen.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghadapi tantangan zaman bagi pendidikan agama Kristen yaitu short video dalam di dalam media sosial yang mendistrak pelajar dalam melakukan proses belajar atau mengerjakan tugas kuliah. Rumusan masalah adalah mengapa short video mendistrak atau mengganggu konsentrasi pelajar dalam

---

<sup>3</sup>Meyliana Tjan Mulyadi, Nur Laili Isnawati, dan Catharina Aprilia Hellyani, “Analisis Tiga Dimensi Short Video Marketing Yang Mempengaruhi Purchase Intention Generasi Z,” *Wawasan : Jurnal Ilmu Manajemen, Ekonomi Dan Kewirausahaan* 1, no. 3 (3 Juni 2023): 233–43, <https://doi.org/10.58192/wawasan.v1i3.909>.

<sup>4</sup>Dwi Ayu Anggraeni dan Kholid Murtadlo, “PENGARUH TENTANG SHORT VIDEO MARKETING DAN KEYAKINAN LABEL HALAL TERHADAP MINAT BELI MELALUI BRAND ATTITUDE PADA FOLLOWERS AKUN TIKTOK SCARLETT WHITENING,” *Mufakat: Jurnal Ekonomi, Manajemen Dan Akuntansi* 2, no. 4 (20 Agustus 2023): 565–75, <https://doi.org/10.572349/mufakat.v2i4.939>.

<sup>5</sup>Putri Dirgahayu Pasaribu, Yenti Arsini, dan Salsabila As Syifa, “Penerapan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) Menggunakan Teknik Reinforcement Terhadap Motivasi Belajar Siswa,” *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1, no. 12 (1 Januari 2024), <https://doi.org/10.5281/zenodo.10448718>.

<sup>6</sup>MELIYATI WIWIM, “UPAYA MENGATASI ANAK KECANDUAN APLIKASI TIKTOK (Tiktok Syndrome) DIDESA MULYOSARI KECAMATAN METRO BARAT KOTA METRO” (diploma, UIN RADEN INTAN LAMPUNG, 2022), <http://repository.radenintan.ac.id/21261/>.

<sup>7</sup>Helen Aubryla dan Vivi Ratnawati, “Strategi Mengelola Penggunaan Tiktok Agar Tidak Mempengaruhi Konsentrasi Belajar Siswa,” *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)* 6 (5 Agustus 2023): 611–21.s

<sup>8</sup>Stephanie Tan dan Septia Winduwati, “Detox Behavior Pada Mahasiswa Yang Kecanduan Aplikasi TikTok,” *Koneksi* 7, no. 2 (5 Oktober 2023): 465–72, <https://doi.org/10.24912/kn.v7i2.21521>.

mengerjakan tugas? Apa peran pendidikan agama Kristen untuk menghadapi tantangan tersebut? Adapun rumusan masalah ini akan diuraikan dalam pembahasan untuk mendapatkan hasil yang dapat diterapkan bagi kalangan pelajar Kristen.

## **METODE PENELITIAN**

Adapun metode yang dilakukan dalam penelitian ini adalah metode analisis kepustakaan dengan pendekatan kualitatif, yaitu dengan mengumpulkan hasil penelitian sebelumnya terkait short video, kemudian mendeskripsikan short video mengapa mengapa bisa mendistrak pelajar Kristen dalam mengerjakan tugas dan kemudian bagaimana atau apa peran pendidikan agama Kristen dalam menghadapi tantangan tersebut.<sup>9</sup> Adapun sumber yang digunakan dalam penelitian ini adalah buku-buku, jurnal-jurnal, tesis dan sejenis lainnya dalam bentuk media elektronik yang yang memudahkan peneliti dalam mengakses untuk mendukung penelitian sehingga penelitian dapat terselesaikan.<sup>10</sup> Tidak lupa bahwa sumber segala hikmat adalah datangnya dari Tuhan yang menyertai penulis untuk menyelesaikan penelitian ini, sehingga hasil penelitian ini dapat memberkati sesama.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Deskripsi Terkait Short Video**

Short video dalam bahasa indonesia adalah “video pendek”. Sejarah short video ini adalah dimulai dari aplikasi tiktok yang muncul pertama kali di negara China, pada awal september 2016 yang dibuat oleh Zhang Yiming, di negara Cina sendiri nama tiktok sebelumnya adalah *Douyin* yaitu kebiasaan mengirim video pendek kepada sesama atau kerabat. Yang ternyata tanpa disangka membuat publik menyukai dan bahkan penggunaanya berkembang sampai keseluruhan dunia saat ini.<sup>11</sup> Seiring dengan perkembangannya, Short video atau video pendek berkembang dengan menjadi fitur tambahan dalam aplikasi lain yang berguna untuk menarik minat pengguna untuk tidak mengalami kejenuhan dalam menggunakan aplikasi-aplikasi tersebut seperti facebook, instagram, youtube, shopee dan masih banyak lagi.<sup>12</sup> Short video sangat menarik dan tidak membosankan bagi penggunaanya, sebab banyak sekali macam konten yang dapat dilihat dengan cepat dan instan tanpa menunggu-nunggu alur cerita. dalam hal ini ringkasan suatu film panjang menjadi pendek yang disebut highlight film atau *movie highlight*.<sup>13</sup> Demikian pula dalam hal materi pelajaran, video khotbah panjang yang dipotong dari aslinya, diambil inti dari video tersebut kemudian dicantumkan dalam aplikasi short video,

---

<sup>9</sup>Milya Sari dan Asmendri Asmendri, “Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA,” *Natural Science* 6, no. 1 (10 Juni 2020): 41–53, <https://doi.org/10.15548/nsc.v6i1.1555>.

<sup>10</sup>Miza Nina Adlini dkk., “Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka,” *Edumaspul: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (1 Maret 2022): 974–80, <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>.

<sup>11</sup>Ninda Beny Asfuri dkk., “PENGARUH MEDIA SOSIAL TIK TOK TERHADAP PERILAKU SISWA KELAS TINGGI SD NEGERI 03 BANJARHARJO KEBAKKRAMAT KARANGANYAR,” *JURNAL MITRA SWARA GANESHA* 10, no. 1 (26 Januari 2023): 15–29.

<sup>12</sup>Malik dan Nurhadi, “Strategi Pembelajaran Keterampilan Berbahasa Anak Menggunakan Algoritma Aplikasi Tiktok, Instagram Reels, dan Youtube Shorts.”

<sup>13</sup>Bei Gan dkk., “Collaborative Noisy Label Cleaner: Learning Scene-Aware Trailers for Multi-Modal Highlight Detection in Movies,” dalam *2023 IEEE/CVF Conference on Computer Vision and Pattern Recognition (CVPR)* (2023 IEEE/CVF Conference on Computer Vision and Pattern Recognition (CVPR), Vancouver, BC, Canada: IEEE, 2023), 18898–907, <https://doi.org/10.1109/CVPR52729.2023.01812>.

sehingga membuat penonton mendapatkan pengetahuan atau informasi secara instan atau tidak bertele-tele.<sup>14</sup> Dalam berbisnis sangat mengalami keuntungan dalam mempromosikan suatu produk baik barang maupun jasa dengan adanya short video, yang membuat pemirsa tidak bosan dan menjadi penasaran yang berujung pada minat melalui promosi singkat tersebut yang dibuat semenarik mungkin.<sup>15</sup>

Akan tetapi dengan adanya short video membuat seseorang menangkap informasi yang tidak lengkap, atau bahkan tidak jarang dengan potongan video yang tidak lengkap menimbulkan hoaks yang berbahaya bagi pengguna short video.<sup>16</sup> Karena short video dapat dipahami dengan mudah dan instan memungkinkan seseorang akan terus menerima berbagai informasi dalam jangka waktu yang singkat, segala bentuk informasi membuat pengguna mengalami stress akibat informasi yang banyak dengan topik yang berbeda-beda pula yang pada akhirnya menimbulkan otak lelah.<sup>17</sup> Tidak hanya itu karena short video tersebut tidak cepat bosan karena terus berganti dengan video berikutnya dengan topik yang berbeda-beda dan menarik, membuat pelajar tidak dapat mengontrol diri, lupa waktu untuk makan, lupa waktu untuk membantu orang tua, dan terlebih-lebih lupa dalam mengerjakan tugas dan tanggung jawab sebagai pelajar, tidak konsentrasi dalam mengerjakan tugas akibat kecanduan short video.<sup>18</sup> Berdasarkan pemahaman tersebut dapat kita pahami bahwa dengan adanya short video memicu anak mengalami stress dan lupa waktu dalam melakukan kewajiban sebagai anak maupun pelajar.

### **Distraksi *Short Video* terhadap Konsentrasi Mengerjakan Tugas bagi kalangan Pelajar Kristen**

Short video mampu menangkap semua histori konten yang kita minati, sehingga akan terus menampilkan berbagai konten yang menarik, yang membuat seseorang tidak bosan karena tahu minat seseorang tersebut. Perlu diketahui bahwa, kecanduan short video membuat seseorang mengalami yang namanya *FOMO (Fear Of Missing)* yang artinya mengalami keterikatan akan media sosial ditandai dengan kecemasan, ketika dalam sehari tidak membuka atau mengakses media sosial dan tidak menscroll short video. Akibatnya membuat seseorang tidak bisa melakukan aktivitas lain dengan maksimal, terlebih-lebih

---

<sup>14</sup>Rizky Ayu Nigtiarz dan Ainur Rofiq, "Proses Produksi Highlight Pada Channel Youtube Cita Entertainment," *An-Nashiha: Journal of Broadcasting and Islamic Communication Studies* 3, no. 1 (24 April 2023): 5–9, <https://doi.org/10.55352/an-nashiha.v3i1.298>.

<sup>15</sup>Siti Aisyah dkk., "Pemanfaatan Aplikasi TikTok Shop Sebagai Media Promosi Terhadap UMKM Toko Hijab Abiee Hijab Di MMTC," *Jurnal Nusantara Berbakti* 1, no. 1 (3 Januari 2023): 10–20, <https://doi.org/10.59024/jnb.v1i1.52>.

<sup>16</sup>Selly Artaty Zega, Samuel Butar- Butar, dan Nelmiawati Nelmiawati, "Motion Graphic Sebagai Media Edukasi Cybercrime di Kalangan Mahasiswa," *JOURNAL OF APPLIED MULTIMEDIA AND NETWORKING* 7, no. 1 (31 Juli 2023): 25–34, <https://doi.org/10.30871/jamn.v7i1.5091>.

<sup>17</sup>Ayu Putri Purwandini dkk., "KECANDUAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIK TOK DENGAN TINGKAT STRESS PADA SISWA SMA KELAS X DI SMA KOLOMBO SLEMAN YOGYAKARTA," *SBY Proceedings* 2, no. 1 (30 Juli 2023): 83–94.

<sup>18</sup>Hardian Mulya dan Tessa Shasrini, "PERSEPSI ORANGTUA TERHADAP ANAK-ANAK PENGGUNA MEDIA SOSIAL TIKTOK," *Nusantara Hasana Journal* 2, no. 9 (5 Februari 2023): 66–75.

bagi pelajar yang berdampak pada produktivitas dalam mengerjakan tugas baik yang masih siswa maupun mahasiswa.<sup>19</sup>

Penelitian sebelumnya mengungkapkan adanya hubungan tingkat stress dalam menggunakan smartphone dan kualitas tidur remaja, karena ketika remaja yang kecanduan smartphone sampai lupa istirahat, dan ketika kurang istirahat akan menimbulkan tingkat stress karena tidak ada energi atau kekuatan dalam mengerjakan aktivitas, pekerjaan atau menyelesaikan tugas akademiknya.<sup>20</sup> Selain itu, perlu dipahami bahwa manusia memiliki batas untuk menangkap informasi. Ketika dalam satu jam menscroll short video dengan konten yang berbeda-beda, dengan suasana konten seperti lucu, sedih, senang, bahagia, marah, maupun masalah-masalah yang terdapat dalam konten tersebut, membuat otak lelah dan tidak dapat konsentrasi dengan perubahan perasaan tersebut yang diakibatkan oleh panca indra yang menangkap suasana konten. Akibatnya stress dan hal ini akan terus membuat seseorang tidak mudah konsentrasi. Menurut Rama satya dalam konten instagramnya, bahwa ketika seseorang sering menonton short video, baik tiktok, reels instagram dan lain sebagainya disebut sama dengan *masturbasi mental*, yang menghibur sementara atau secara singkat dengan memberikan cheap dopamin dalam otak, yang merusak otak dengan menutup *hormon Acetylcholine* dan diganti dengan *hormon Adrenalin* yang membuat otak stress dan tak bisa konsentrasi.<sup>21</sup> Berdasarkan pemahaman ini dapat disimpulkan bahwa menonton atau men scroll medsos berupa short video dengan jangka waktu yang lama bahkan sejam saja sudah merusak otak dan membuat tidak konsentrasi oleh berbagai konten.

Pelajar Kristen adalah anak-anak sampai dengan mahasiswa yang belajar tentang Kristen atau juga yang sekolah di dalam yayasan Kristen, seperti sekolah swasta, sekolah tinggi teologi maupun sekolah negeri dengan agama Kristen.<sup>22</sup> Sebagai orang Kristen pasti dididik untuk menjadi terang dan menjadi teladan bagi sesama, hidup seperti Tuhan Yesus hidup dan bagaimana dipersiapkan untuk menjadi orang-orang yang memiliki beban untuk merubah karakter sesama, membawa banyak jiwa untuk kemuliaan Tuhan.<sup>23</sup> Bukan hanya anak-anak tetapi mahasiswa Kristen dituntut untuk menjadi orang-orang yang menjadi terang bagi sesama, menjadi contoh pemuda-pemuda yang benar dan sesuai kehendak Tuhan.<sup>24</sup> Akan tetapi di era sekarang ini, para pelajar Kristen tidak mampu mempertahankan integritas iman tersebut, karena dunia dengan segala keindahannya telah

---

<sup>19</sup>Maria Marsiadis Tamonob, Monika Wutun, dan Maria V. D. Pabha Swan, "APLIKASI TIKTOK DAN PERILAKU CANDU REMAJA," *Deliberatio: Jurnal Mahasiswa Komunikasi* 3, no. 2 (28 Oktober 2023): 251–64, <https://doi.org/10.59895/deliberatio.v3i2.184>.

<sup>20</sup>Sely Merliana Alamsyah, Alfonsa Reni Oktavia, dan Dwi Ayu Lestari, "HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN INTENSITAS PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA REMAJA DI SMK NUSANTARA 02 KESEHATAN | Jurnal Ilmiah Hospitality," 16 Desember 2023, <https://stp-mataram.e-journal.id/JIH/article/view/2958>.

<sup>21</sup>Ada Yang Suka Gini Tiap Hari? □, 2023, <https://www.instagram.com/reel/Cy6ERGNy8L/>.

<sup>22</sup>I. Putu Ayub Darmawan, Elsi Susanti Br Simamora, dan Yuli Purnamawati, "Peran Guru Pendidikan Agama Kristen Dalam Penguatan Profil Pelajar Pancasila Dalam Konteks Kurikulum Merdeka," *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology* 1, no. 1 (29 Juni 2023): 31–38, <https://doi.org/10.46445/nccet.v1i1.697>.

<sup>23</sup>Angela Florida Mau dan Macaria Theresia Laiyan, "Implementasi Karakter Anak Dalam Terang Iman Katolik," *Jurnal Teologi Injili Dan Pendidikan Agama* 2, no. 1 (2024): 134–42, <https://doi.org/10.55606/jutipa.v2i1.245>.

<sup>24</sup>Andi Darmin Gulo, "Ini Aku Utuslah Aku: Panggilan di Era Digital," *HINENI: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 3, no. 2 (11 November 2023): 80–86, <https://doi.org/10.36588/hjim.v3i2.343>.

mendorong pelajar Kristen hanyut oleh arus dunia yang menggiurkan sehingga tidak menjadi terang dan teladan yang benar bagi orang-orang yang belum mengenal Tuhan. Banyak pelajar Kristen yang sama seperti orang yang belum mengenal Kristus yang menghabiskan waktunya untuk bersosial media tanpa memiliki rasa bersalah karena tidak ada waktu untuk berdoa dan hal tersebut dianggap normal seperti manusia lain pada umumnya.<sup>25</sup>

Dalam mengerjakan tugas sekolah maupun kuliah bagi kalangan pelajar Kristen, sama seperti yang terjadi dalam pendidikan sekuler lainnya, yang dengan adanya media sosial dalam bentuk short video menjadikan para pelajar Kristen tidak konsentrasi, mengalami stress dan tidak mampu mengendalikan diri terhadap kecanduan media sosial.<sup>26</sup>

### **Peran Pendidikan Agama Kristen dalam Menghadapi Distraksi Short Video**

Para peneliti sebelumnya telah banyak memberikan saran atau berupa hasil penelitian terkait pengaruh media sosial dan bagaimana cara menghadapi persoalan yang ditimbulkan bagi pelajar, salah satunya adalah dengan mencoba menjadikan short video khususnya tiktok untuk menjadi media pembelajaran,<sup>27</sup> Short video digunakan dalam hal positif seperti untuk edukasi pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru maupun dosen supaya tidak disalahgunakan oleh pelajar,<sup>28</sup> Orang tua maupun guru berperan untuk menanamkan nilai-nilai moral sehingga anak dapat memilah mana yang baik untuk ditonton dan mana yang tidak,<sup>29</sup> Bimbingan konseling dalam sekolah sangat dibutuhkan untuk membimbing anak dalam mengatur atau membagi waktu untuk mengerjakan tugas maupun menonton media sosial,<sup>30</sup> Guru dan keluarga sangat berperan dalam mengontrol dan mendidik anak dalam menggunakan media sosial supaya tidak mengganggu konsentrasi belajar.<sup>31</sup>

Berdasarkan analisis yang diperoleh terkait penyebab distraksi short video terhadap mengerjakan tugas bagi kalangan pelajar Kristen, hendaknya pendidikan agama Kristen memiliki peran dalam menghadapi tantangan zaman tersebut, yang membuat nilai-nilai kekristenan merosot. Peneliti menemukan peran pendidikan agama Kristen adalah pertama, membina pelajar untuk terus tiap hari intim dengan Tuhan seperti berdoa, menyembah dan

---

<sup>25</sup>Jonathan Leobisa dkk., "TANTANGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DI ERA DISRUPSI DAN PERAN PENDIDIKAN ETIKA KRISTEN," *Aletheia Christian Educators Journal* 4, no. 1 (18 April 2023): 32–40, <https://doi.org/10.9744/aletheia.4.1.38-48>.

<sup>26</sup>Misrini Napa dan Reni Triposa, "Kode Etik Guru Pendidikan Agama Kristen Dalam Kebebasan Media Sosial," *Jurnal Ap-Kain* 1, no. 1 (31 Januari 2023): 25–36, <https://doi.org/10.52879/jak.v1i1.59>.

<sup>27</sup>Nurin Salma Ramdani, Hafsa Nugraha, dan Angga Hadiapurwa, "POTENSI PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL TIKTOK SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN DALAM PEMBELAJARAN DARING," *Akademika : Jurnal Teknologi Pendidikan* 10, no. 02 (26 Desember 2021): 425–36, <https://doi.org/10.34005/akademika.v10i02.1406>.

<sup>28</sup>Fadhilzha Izzati Rinanda Firamadhina dan Hetty Krisnani, "PERILAKU GENERASI Z TERHADAP PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK: TikTok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme," *Share : Social Work Journal* 10, no. 2 (12 Februari 2021): 199, <https://doi.org/10.24198/share.v10i2.31443>.

<sup>29</sup>Chontina Siahaan, Abdiel Putra Laia, dan Donal Adrian, "Studi Literatur: Media Sosial 'TikTok' Dan Pembentukan Karakter Remaja," *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* 7, no. 4 (2022): 4939–50.

<sup>30</sup>Meri Zaputri, "DAMPAK KECANDUAN MEDIA SOSIAL TIK TOK TERHADAP PERILAKU BELAJAR MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING IAIN BATUSANGKAR," 19 Mei 2021, <http://repo.iainatusangkar.ac.id/xmlui/handle/123456789/21098>.

<sup>31</sup>Aubryla dan Ratnawati, "Strategi Mengelola Penggunaan Tiktok Agar Tidak Mempengaruhi Konsentrasi Belajar Siswa."

mendengarkan firman kebenaran, agar memiliki cinta akan Tuhan, sehingga memiliki kepekaan, merasakan hati Tuhan dalam membedakan mana yang salah atau yang tidak menyenangkan Tuhan, dan meneladani Tuhan Yesus dalam berkarakter.<sup>32</sup> Kedua, mencoba memberikan pemahaman akan bahaya distraksi short video tanpa disadari oleh pelajar, berupa kerusakan otak, kejenuhan otak dan mendistrak otak terhadap suatu hal-hal yang tidak sepatutnya ditonton.<sup>33</sup> Ketiga, memberikan tugas praktek kelompok tanpa melibatkan penggunaan media sosial untuk menyibukan pelajar dalam mengerjakan tugas, sehingga berbaur dengan teman-temannya maupun melibatkan pelayanan gereja yang tidak lepas dari kontrol guru maupun dosen. Keempat, melalui kesadaran akan bahaya distraksi short video, para pelajar juga mencoba berbuah dengan membagikan informasi itu untuk kalangan yang masih belum mengetahui bahaya kecanduan short video tersebut.<sup>34</sup> Untuk mewujudkan peran Pendidikan Agama Kristen dalam menghadapi distraksi short video bagi pelajar, hendaknya para lulusan pendidikan agama Kristen yang menyadari akan bahaya ini, lebih dahulu mempraktekan atau memberi contoh dan teladan bagi pelajar dan lingkungannya.<sup>35</sup>

## KESIMPULAN

Adapun tujuan penelitian ini adalah bagaimana atau apa peran pendidikan agama Kristen untuk bisa menangani kalangan pelajar Kristen yang mengalami distraksi short video yang mengakibatkan susah untuk konsentrasi dalam mengerjakan tugas akademik. Melalui penelitian dengan analisis kepustakaan dengan pendekatan kualitatif, ditemukan bahwa peran pendidikan agama Kristen dalam menghadapi distraksi short video terhadap konsentrasi mengerjakan tugas bagi kalangan pelajar Kristen adalah pertama, mendekatkan pelajar untuk terus intim dengan Tuhan lewat ibadah dan mendengar suara kebenaran, sehingga tumbuh cinta akan Tuhan. Kedua, memberikan pemahaman akan kesadaran bahaya short video terhadap konsentrasi belajar. Ketiga, mengontrol pelajar untuk membagi waktu antara mengerjakan tugas dan nonton short video. Keempat, kesadaran yang dimiliki oleh pelajar tidak hanya berhenti ke diri sendiri, tetapi berbuah untuk berbagi kepada sesama pelajar lain sehingga mengalami perubahan secara bersama-sama. Peran-peran ini akan bisa dilakukan jika disertai oleh teladan ataupun contoh dari guru maupun dosen pendidikan agama Kristen yang telah selesai dengan kecanduan short video, sehingga pelajar menemukan teladan yang baik.

## DAFTAR PUSTAKA

*Ada Yang Suka Gini Tiap Hari?* □, 2023.

<https://www.instagram.com/reel/Cy6ERGNyk8L/>.

Adlini, Miza Nina, Anisya Hanifa Dinda, Sarah Yulinda, Octavia Chotimah, dan Sauda

---

<sup>32</sup>Carolina Etnasari Anjaya, Yonatan Alex Arifianto, dan Andreas Fernando, "Kecerdasan Spiritual Sebagai Dasar Terbentuknya Profesionalitas Guru Pendidikan Agama Kristen," *REDOMINATE: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani* 3, no. 1 (1 Juli 2021): 58–71, <https://doi.org/10.59947/redominate.v3i1.20>.

<sup>33</sup>Misder Misder dan Julianto Julianto, "Dampak TiKTok dalam Mempengaruhi Generasi Muda," *Jurnal Teknologi Informasi* 9, no. 1 (14 Juli 2023): 79–87, <https://doi.org/10.52643/jti.v9i1.2993>.

<sup>34</sup>Fadhilzha Izzati Rinanda Firamadhina dan Hetty Krisnani, "PERILAKU GENERASI Z TERHADAP PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK: TikTok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme," *Share : Social Work Journal* 10, no. 2 (12 Februari 2021): 199, <https://doi.org/10.24198/share.v10i2.31443>.

<sup>35</sup>Syalam Hendky Hasugian dan Johannes Waldes Hasugian, "Spiritualitas Pendidik Kristen dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik," *Regula Fidei : Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 6, no. 1 (13 Maret 2021): 24–31, <https://doi.org/10.46307/rfidei.v6i1.70>.

- Julia Merliyana. "Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka." *Edumaspul: Jurnal Pendidikan* 6, no. 1 (1 Maret 2022): 974–80.  
<https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>.
- Aisyah, Siti, Raudatun Sumi, Sonia Purba, Finik Kharianti, dan Melsa Siagian. "Pemanfaatan Aplikasi TikTok Shop Sebagai Media Promosi Terhadap UMKM Toko Hijab Abiee Hijab Di MMTC." *Jurnal Nusantara Berbakti* 1, no. 1 (3 Januari 2023): 10–20. <https://doi.org/10.59024/jnb.v1i1.52>.
- Alamsyah, Sely Merliana, Alfonsa Reni Oktavia, dan Dwi Ayu Lestari. "HUBUNGAN TINGKAT STRESS DAN INTENSITAS PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA REMAJA DI SMK NUSANTARA 02 KESEHATAN | Jurnal Ilmiah Hospitality," 16 Desember 2023. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIH/article/view/2958>.
- Anggraeni, Dwi Ayu, dan Kholid Murtadlo. "PENGARUH TENTANG SHORT VIDEO MARKETING DAN KEYAKINAN LABEL HALAL TERHADAP MINAT BELI MELALUI BRAND ATTITUDE PADA FOLLOWERS AKUN TIKTOK SCARLETT WHITENING." *Mufakat: Jurnal Ekonomi, Manajemen Dan Akuntansi* 2, no. 4 (20 Agustus 2023): 565–75.  
<https://doi.org/10.572349/mufakat.v2i4.939>.
- Anjaya, Carolina Etnasari, Yonatan Alex Arifianto, dan Andreas Fernando. "Kecerdasan Spiritual Sebagai Dasar Terbentuknya Profesionalitas Guru Pendidikan Agama Kristen." *REDOMINATE: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani* 3, no. 1 (1 Juli 2021): 58–71. <https://doi.org/10.59947/redominate.v3i1.20>.
- Asfuri, Ninda Beny, Inda Meisari, Rika Yuni Ambarsari, Luncana Faridhoh Sasmito, dan Harbono. "PENGARUH MEDIA SOSIAL TIK TOK TERHADAP PERILAKU SISWA KELAS TINGGI SD NEGERI 03 BANJARHARJO KEBAKKRAMAT KARANGANYAR." *JURNAL MITRA SWARA GANESHA* 10, no. 1 (26 Januari 2023): 15–29.
- Aubryla, Helen, dan Vivi Ratnawati. "Strategi Mengelola Penggunaan Tiktok Agar Tidak Mempengaruhi Konsentrasi Belajar Siswa." *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)* 6 (5 Agustus 2023): 611–21.
- Darmawan, Agus, dan Iwan Muhammad Ridwan. "FENOMENA VIDEO VERTIKAL DALAM KEHIDUPAN MASYARAKAT." *Wacadesain* 4, no. 1 (31 Mei 2023): 19–27. <https://doi.org/10.51977/wacadesain.v4i1.1184>.
- Darmawan, I. Putu Ayub, Elsi Susanti Br Simamora, dan Yuli Purnamawati. "Peran Guru Pendidikan Agama Kristen Dalam Penguatan Profil Pelajar Pancasila Dalam Konteks Kurikulum Merdeka." *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology* 1, no. 1 (29 Juni 2023): 31–38.  
<https://doi.org/10.46445/nccet.v1i1.697>.
- Firamadhina, Fadhlizha Izzati Rinanda, dan Hetty Krisnani. "PERILAKU GENERASI Z TERHADAP PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK: TikTok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme." *Share : Social Work Journal* 10, no. 2 (12 Februari 2021): 199. <https://doi.org/10.24198/share.v10i2.31443>.
- Gan, Bei, Xiujun Shu, Ruizhi Qiao, Haoqian Wu, Keyu Chen, Hanjun Li, dan Bo Ren. "Collaborative Noisy Label Cleaner: Learning Scene-Aware Trailers for Multi-

- Modal Highlight Detection in Movies.” Dalam *2023 IEEE/CVF Conference on Computer Vision and Pattern Recognition (CVPR)*, 18898–907. Vancouver, BC, Canada: IEEE, 2023. <https://doi.org/10.1109/CVPR52729.2023.01812>.
- Gulo, Andi Darmin. “Ini Aku Utuslah Aku: Panggilan di Era Digital.” *HINENI: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 3, no. 2 (11 November 2023): 80–86. <https://doi.org/10.36588/hjim.v3i2.343>.
- Hasugian, Syalam Hendky, dan Johanes Waldes Hasugian. “Spiritualitas Pendidik Kristen dalam Pembentukan Karakter Peserta Didik.” *Regula Fidei : Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 6, no. 1 (13 Maret 2021): 24–31. <https://doi.org/10.46307/rfidei.v6i1.70>.
- Leobisa, Jonathan, Soleman Baun, Yorhans S. Lopis, dan Yakobus Adi Saingo. “TANTANGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DI ERA DISRUPSI DAN PERAN PENDIDIKAN ETIKA KRISTEN.” *Aletheia Christian Educators Journal* 4, no. 1 (18 April 2023): 32–40. <https://doi.org/10.9744/aletheia.4.1.38-48>.
- Malik, Rizaldi, dan Jatmika Nurhadi. “Strategi Pembelajaran Keterampilan Berbahasa Anak Menggunakan Algoritma Aplikasi Tiktok, Instagram Reels, dan Youtube Shorts.” *Disastra: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia* 5, no. 1 (31 Januari 2023): 119–32. <https://doi.org/10.29300/disastra.v5i1.8123>.
- Mau, Angela Florida, dan Macaria Theresia Laiyan. “Implementasi Karakter Anak Dalam Terang Iman Katolik.” *Jurnal Teologi Injili Dan Pendidikan Agama* 2, no. 1 (2024): 134–42. <https://doi.org/10.55606/jutipa.v2i1.245>.
- Misder, Misder, dan Julianto Julianto. “Dampak TiKTok dalam Mempengaruhi Generasi Muda.” *Jurnal Teknologi Informasi* 9, no. 1 (14 Juli 2023): 79–87. <https://doi.org/10.52643/jti.v9i1.2993>.
- Mulya, Hardian, dan Tessa Shasrini. “PERSEPSI ORANGTUA TERHADAP ANAK-ANAK PENGGUNA MEDIA SOSIAL TIKTOK.” *Nusantara Hasana Journal* 2, no. 9 (5 Februari 2023): 66–75.
- Mulyadi, Meyliana Tjan, Nur Laili Isnawati, dan Catharina Aprilia Hellyani. “Analisis Tiga Dimensi Short Video Marketing Yang Mempengaruhi Purchase Intention Generasi Z.” *Wawasan : Jurnal Ilmu Manajemen, Ekonomi Dan Kewirausahaan* 1, no. 3 (3 Juni 2023): 233–43. <https://doi.org/10.58192/wawasan.v1i3.909>.
- Napa, Misrini, dan Reni Triposa. “Kode Etik Guru Pendidikan Agama Kristen Dalam Kebebasan Media Sosial.” *Jurnal Ap-Kain* 1, no. 1 (31 Januari 2023): 25–36. <https://doi.org/10.52879/jak.v1i1.59>.
- Nigtiaz, Rizky Ayu, dan Ainur Rofiq. “Proses Produksi Highlight Pada Channel Youtube Cita Entertainment.” *An-Nashiha: Journal of Broadcasting and Islamic Communication Studies* 3, no. 1 (24 April 2023): 5–9. <https://doi.org/10.55352/an-nashiha.v3i1.298>.
- Pasaribu, Putri Dirgahayu, Yenti Arsini, dan Salsabila As Syifa. “Penerapan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) Menggunakan Teknik Reinforcement Terhadap Motivasi Belajar Siswa.” *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 1, no. 12 (1 Januari 2024). <https://doi.org/10.5281/zenodo.10448718>.
- Purwandini, Ayu Putri, Endang Nurul Syafitri, Ririn Wahyu Widayati, dan Cristin Wiyani.

- “KECANDUAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIK TOK DENGAN TINGKAT STRESS PADA SISWA SMA KELAS X DI SMA KOLOMBO SLEMAN YOGYAKARTA.” *SBY Proceedings* 2, no. 1 (30 Juli 2023): 83–94.
- Ramdani, Nurin Salma, Hafsa Nugraha, dan Angga Hadiapurwa. “POTENSI PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL TIKTOK SEBAGAI MEDIA PEMBELAJARAN DALAM PEMBELAJARAN DARING.” *Akademika : Jurnal Teknologi Pendidikan* 10, no. 02 (26 Desember 2021): 425–36.  
<https://doi.org/10.34005/akademika.v10i02.1406>.
- Sari, Milya, dan Asmendri Asmendri. “Penelitian Kepustakaan (Library Research) dalam Penelitian Pendidikan IPA.” *Natural Science* 6, no. 1 (10 Juni 2020): 41–53.  
<https://doi.org/10.15548/nsc.v6i1.1555>.
- Siahaan, Chontina, Abdiel Putra Laia, dan Donal Adrian. “Studi Literatur: Media Sosial ‘Tiktok’ Dan Pembentukan Karakter Remaja.” *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* 7, no. 4 (2022): 4939–50.
- Tamonob, Maria Marsiadis, Monika Wutun, dan Maria V. D. Pabha Swan. “APLIKASI TIKTOK DAN PERILAKU CANDU REMAJA.” *Deliberatio: Jurnal Mahasiswa Komunikasi* 3, no. 2 (28 Oktober 2023): 251–64.  
<https://doi.org/10.59895/deliberatio.v3i2.184>.
- Tan, Stephanie, dan Septia Winduwati. “Detox Behavior Pada Mahasiswa Yang Kecanduan Aplikasi TikTok.” *Koneksi* 7, no. 2 (5 Oktober 2023): 465–72.  
<https://doi.org/10.24912/kn.v7i2.21521>.
- WIWIM, MELIYATI. “UPAYA MENGATASI ANAK KECANDUAN APLIKASI TIKTOK (Tiktok Syndrome) DIDESA MULYOSARI KECAMATAN METRO BARAT KOTA METRO.” Diploma, UIN RADEN INTAN LAMPUNG, 2022.  
<http://repository.radenintan.ac.id/21261/>.
- Zaputri, Meri. “DAMPAK KECANDUAN MEDIA SOSIAL TIK TOK TERHADAP PERILAKU BELAJAR MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING IAIN BATUSANGKAR,” 19 Mei 2021.  
<http://repo.iainbatusangkar.ac.id/xmlui/handle/123456789/21098>.
- Zega, Selly Artaty, Samuel Butar- Butar, dan Nelmiawati Nelmiawati. “Motion Graphic Sebagai Media Edukasi Cybercrime di Kalangan Mahasiswa.” *JOURNAL OF APPLIED MULTIMEDIA AND NETWORKING* 7, no. 1 (31 Juli 2023): 25–34.  
<https://doi.org/10.30871/jamn.v7i1.5091>.

