

PENGARUH TEKNOLOGI TERHADAP PERKEMBANGAN MENTAL REMAJA DAN IMPLIKASINYA DALAM PENDIDIKAN ISLAM

Anisa Dwi Hartati¹, Betty Mauli Rosa Bustam²

^{1,2} Universitas Ahmad Dahlan

2408052037@webmail.uad.ac.id

ABSTRACT

The development of digital technology today has had a significant impact on human life, including for adolescents who are in the phase of seeking their identity. Excessive use of technology can affect the mental condition of adolescents, such as increased anxiety, stress, identity crisis, distraction, and decreased quality of social and spiritual interactions. Meanwhile, Islamic education as a values-based education system faces challenges in integrating technology without losing its moral and spiritual essence. This research aims to analyze the influence of technology on the mental development of adolescents and to examine its implications in Islamic education. The method used is qualitative with a literature review approach, which involves collecting data from various journals, books, and scientific articles. The results of the study indicate that technology can be an effective learning aid, but if it is not accompanied by digital literacy and spiritual guidance, it can lead to character degradation. Islamic education must be able to respond to these changes by reinforcing a value-based curriculum, enhancing the competencies of educators, and utilizing technology that aligns with the principles of Islamic law. Thus, technology can serve as a means to shape a generation of youth that is intelligent, ethical, and faithful.

Keywords: Youth, Technology, Mental Health, Islamic Education

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital saat ini telah memberikan dampak besar dalam kehidupan manusia, termasuk bagi remaja yang sedang berada dalam fase pencarian jati diri. Penggunaan teknologi secara berlebihan dapat memengaruhi kondisi mental remaja, seperti stres, krisis identitas, gangguan konsentrasi, serta menurunnya kualitas interaksi sosial dan spiritual. Sementara itu, pendidikan Islam sebagai sistem pendidikan yang berbasis nilai, menghadapi tantangan dalam mengintegrasikan teknologi tanpa kehilangan esensi moral dan spiritualitas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh teknologi terhadap perkembangan mental remaja serta mengkaji implikasinya dalam pendidikan Islam. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan kajian pustaka, yakni dengan mengumpulkan data dari berbagai jurnal, buku, dan artikel ilmiah. Hasil kajian menunjukkan bahwa teknologi dapat menjadi alat bantu pembelajaran yang efektif, namun jika tidak disertai literasi digital dan pendampingan spiritual, justru dapat menimbulkan degradasi karakter. Pendidikan Islam harus mampu merespon perubahan ini melalui penguatan kurikulum berbasis nilai, peningkatan kompetensi tenaga pendidik, serta pemanfaatan teknologi yang sesuai dengan prinsip syariat Islam. Dengan demikian, teknologi dapat menjadi sarana dalam membentuk generasi remaja yang cerdas, berakhlak, dan beriman.

Kata Kunci: Remaja, Teknologi, Kesehatan Mental, Pendidikan Islam.

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi yang semakin pesat telah menjadikannya sebagai salah satu kebutuhan yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, seperti kesehatan, perekonomian dan pendidikan. Teknologi banyak memberikan pengaruh dalam kehidupan, termasuk dalam pendidikan dan kehidupan sosial remaja. Perkembangan teknologi saat ini tidak hanya memberikan kemudahan dalam mengakses informasi, mempermudah komunikasi, dan memberikan hiburan saja. Namun, di sisi lain kehadirannya juga mempengaruhi cara berpikir seseorang, bersikap, dan berinteraksi, terutama pada generasi muda yang lahir dan tumbuh di era digital yang semakin berkembang.

Remaja, menurut WHO merupakan individu yang berada pada rentang usia 10 hingga 19 tahun. Fase ini merupakan fase penting dalam kehidupan seseorang, dimana mereka akan merasakan ada perubahan yang terjadi pada dirinya, seperti fisik, emosional, sosial, dan kognitif. Masa remaja adalah waktu dimana mereka mulai mencari identitas diri mereka. Pengalaman dan kejadian selama

masa ini memiliki peran penting dalam membentuk arah dan tujuan hidup mereka di masa mendatang. Penggunaan teknologi yang berlebihan atau tidak terkontrol dapat memberikan dampak pada perkembangan mental remaja, dimana mereka akan kecanduan bermedia sosial, sulitnya mengontrol diri, meningkatkan kecemasan, depresi serta terjadinya krisis identitas. Sebagaimana yang dijelaskan oleh Tengku et al., (2024), bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat meningkatkan risiko kecemasan, stres, depresi serta mengurangi kemampuan sosial dan interaksi langsung dengan lingkungan sekitar.

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengungkapkan pengaruh teknologi dari sudut pandang yang beragam. Misalnya, penelitian oleh Salsabila et al. (2023) yang berjudul "Integrasi Teknologi dalam Pembelajaran Pendidikan Islam" mengatakan bahwa teknologi dapat menjadi media yang meningkatkan efisiensi dalam pendidikan Islam penggunaan teknologi, seperti aplikasi pembelajaran, platform e-learning, dan media sosial, dapat meningkatkan

efektivitas pembelajaran, memperluas aksesibilitas materi ajar, serta memfasilitasi interaksi antara guru dan siswa. Namun, penggunaan teknologi juga membuka peluang bagi paparan konten negatif, efek candu, dan penyebaran informasi palsu. Sebagai solusi, penulis menekankan pentingnya pengelolaan teknologi yang sejalan dengan nilai-nilai syariat Islam.

Dalam konteks sosial, penelitian oleh Albar et al. (2024) yang berjudul "Intensitas Penggunaan Gadget Berhubungan dengan Pola Interaksi Sosial Remaja Awal" penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan gadget, semakin rendah kualitas interaksi sosial remaja. Penelitian ini menyoroti adanya dampak signifikan dari penggunaan teknologi terhadap relasi sosial, yang menjadi bagian penting dari kesejahteraan mental remaja. Penelitian lain yang dilakukan Imawan et al. (2023) yang berjudul "Pengaruh Teknologi Terhadap Pendidikan Karakter Peserta Didik di Era Society 5.0" peneliti turut menyuarakan kekhawatiran terhadap dampak teknologi terhadap pendidikan karakter, terutama pada anak-anak usia sekolah dasar yang

cenderung menjadi individualis dan apatis akibat paparan digital yang tidak terkontrol. Di sisi lain, penelitian yang dilakukan oleh Siswanto (2024) juga memaparkan dinamika psikologis remaja secara lebih menyeluruh, menunjukkan bahwa tekanan media sosial dan pencarian identitas di era digital menjadi tantangan besar bagi keseimbangan emosional dan pembentukan karakter mereka.

Dunia pendidikan Islam turut mengalami transformasi. Penggunaan teknologi di dalam pendidikan Islam memang menawarkan berbagai manfaat yang besar untuk menunjang pembelajaran, seperti melalui e-learning berbasis nilai Islam, aplikasi pembelajaran Islam dan Al-Qur'an, serta dakwah digital menjadi sarana dalam mentransformasi sistem pembelajaran. Menurut Prihartana et al. (2022), teknologi pendidikan Islam memungkinkan penyampaian materi lebih luas, fleksibel, dan adaptif terhadap gaya belajar peserta didik, selama tetap berpedoman pada Al-Qur'an dan Hadis sebagai landasan dasarnya.

Namun, didalam manfaat yang besar ternyata terkandung tantangan. Tantangan utama meliputi kesiapan tenaga pendidik untuk bisa menjaga

nilai adab, akhlak, serta menjaga peserta didik dari paparan konten-konten negatif. Seperti yang diungkapkan oleh Isti'ana (2024), penggunaan teknologi dalam pendidikan Islam memiliki potensi besar, tetapi harus disertai kontrol etika dan budaya yang ketat agar tidak menyimpang dari nilai-nilai keislaman.

Dalam era globalisasi dan kemajuan teknologi, penggunaan teknologi telah menjadi aspek penting dalam pengembangan sistem pendidikan yang modern, termasuk dalam konteks pendidikan Islam. Dalam konteks pendidikan Islam, perkembangan ini menjadi sebuah tantangan serius. Dimana pendidikan Islam bukan hanya membekali peserta didik dengan ilmu pengetahuan agama saja, tetapi juga berusaha membentuk karakter mulia, akhlak karimah, serta kesadaran spiritualnya. Seperti yang diungkapkan Astuti et al.(2023), optimalisasi pemanfaatan teknologi tidak hanya meningkatkan efektivitas pembelajaran, tetapi juga menjadi sarana internalisasi nilai-nilai moral dalam era modernisasi.

Penelitian sebelumnya telah membahas terkait pengaruh teknologi terhadap pendidikan Islam maupun

perkembangan mental remaja. Maka dari itu penelitian ini mencoba mengisi celah yang belum banyak dikaji, yakni mengaitkan secara langsung pengaruh perkembangan teknologi terhadap kondisi mental remaja dan implikasinya dalam pendidikan Islam secara terpadu, khususnya dalam upaya membentuk karakter dan spiritualitas Islami generasi muda.

B. Metode Penelitian

Fokus permasalahan dalam kajian ini adalah bagaimana pengaruh perkembangan teknologi terhadap kondisi mental remaja dan bagaimana dampak tersebut berimplikasi dalam pendidikan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh teknologi terhadap perkembangan mental serta mengkaji implikasinya dalam proses pendidikan Islam, baik dari sisi tantangan maupun peluang dalam membentuk akhlak dan kesadaran spiritual remaja muslim di era digital.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode kajian pustaka (*library research*) pendekatan kualitatif dipilih karena sesuai untuk menggali secara mendalam fenomena sosial dan psikologis, khususnya terkait

pengaruh teknologi terhadap perkembangan mental remaja serta implikasinya dalam pendidikan Islam.

Menurut Creswell (2013), penelitian kualitatif bertujuan Menyusun pemahaman teoritis berdasarkan perspektif konstruktivis atau partisipatoris. Sementara itu, Denzin dan Lincoln (2011) menyatakan bahwa pendekatan ini mampu mengungkapkan makna kompleks dari fenomena sosial secara kontekstual.

Data diperoleh melalui studi literatur dari berbagai sumber seperti buku, jurnal, dan artikel ilmiah yang relevan. Analisis dilakukan secara deskriptif kualitatif, yaitu dengan menelaah isi dan menarik kesimpulan berdasarkan tema-tema utama yang ada dalam literatur.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan Pengaruh Teknologi terhadap Perkembangan Mental Remaja

Perkembangan teknologi digital memberikan dampak yang sangat besar terhadap kehidupan remaja. Masa remaja merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa, dimana individu sedang membentuk jati diri dan mengembangkan kemampuan sosial,

emosional, serta kognitif (Gultom et al., 2025; Yunita, 2023). Dalam masa ini, remaja sangat mudah dipengaruhi oleh lingkungan sekitarnya, termasuk media sosial dan teknologi digital, yang memainkan peran penting dalam membentuk pola pikir, perilaku, dan cara berinteraksi.

Seiring dengan pesatnya penggunaan teknologi di kalangan remaja, muncul pula fenomena overexposure terhadap gadget. Efendi & Widodo (2021) mengatakan bahwa pengaruh nyata dari penggunaan teknologi secara berlebihan adalah kemalasan, di mana individu menjadi kurang produktif karena terlalu bergantung pada teknologi untuk melakukan aktivitas harian.

Hal ini selaras dengan teori *displacement hypothesis*. Albar et al (2024) menyatakan bahwa interaksi virtual melalui game online dapat menggantikan interaksi sosial tatap muka, yang penting untuk perkembangan keterampilan sosial. Maka dapat disimpulkan jika waktu yang dihabiskan di depan layar dapat menggantikan waktu untuk aktivitas penting lainnya, seperti interaksi sosial langsung, olahraga, atau ibadah.

Dampak algoritma dalam media sosial turut memperparah situasi. (Salsabila et al., 2023) menegaskan bahwa konten-konten yang dikonsumsi remaja cenderung bersifat pasif dan tidak edukatif, karena sistem algoritma secara otomatis menyesuaikan konten berdasarkan riwayat pencarian sebelumnya, yang dapat menguatkan kecenderungan remaja untuk terus mengakses konten yang sama. Ini menjelaskan mengapa sebagian besar remaja lebih akrab dengan tren hiburan viral dibandingkan konten yang mendidik atau spiritual. Dalam konteks ini, muncul perdebatan, apakah remaja sebagai pengguna mampu mengontrol teknologi, atau justru dikendalikan oleh sistem teknologi yang bersifat manipulatif.

Kecanduan terhadap media sosial menjadi isu sentral dalam dinamika remaja saat ini. Remaja sering kali tidak dapat melepaskan diri dari gadget mereka bahkan dalam waktu yang lama. Mereka sibuk menjelajah dunia maya selama hampir 24 jam dan menjadikan gadget sebagai pusat perhatian, bahkan saat berada di lingkungan sosial. Kondisi ini tidak hanya mengganggu proses pembelajaran, tetapi menurunkan

rasa percaya diri, memicu antisosial, serta menciptakan keterikatan berlebih pada dunia virtual (Syahputra & Rifandi, 2021).

Dampak psikologis dari ketergantungan digital adalah penurunan konsentrasi dan kelalaian dalam menjalankan kewajiban, seperti tugas sekolah atau kegiatan spiritual. Gultom et al. (2025) menjelaskan bahwa penggunaan gadget secara terus menerus dapat menghambat pertumbuhan anak, memicu sikap acuh, serta menurunkan kemampuan remaja dalam mengelola waktu dan tanggung jawab. Dari sisi spiritualitas, remaja yang terlalu terikat dengan gadget menunjukkan kecenderungan abai terhadap praktik ibadah dan refleksi diri.

Pengaruh media sosial terhadap proses belajar juga sangat signifikan. Notification dari media sosial sering kali menginterupsi proses belajar, dan aktivitas seperti mengeluh di Twitter mengenai sulitnya pelajaran mencerminkan gangguan fokus dan emosi negatif yang menghambat perkembangan kognitif remaja (Syahputra & Rifandi, 2021).

Kecanduan terhadap teknologi juga mengganggu interaksi sosial secara langsung. Albar et al. (2024)

menegaskan bahwa penggunaan gadget menyebabkan penurunan kualitas hubungan interpersonal. Saat remaja berkumpul, mereka cenderung lebih fokus ke gadget dibandingkan berkomunikasi dengan teman di sekitarnya. Akibatnya, muncul perilaku seperti pendiam, tertutup, dan kurang peka terhadap kondisi sosial. Fata et al. (2022) menambahkan bahwa fokus berlebihan pada gadget dapat menimbulkan sikap tak acuh dan menjadikan remaja menarik diri dari interaksi sosial.

Interaksi sosial sendiri merupakan aspek penting dalam pembentukan identitas dan kepribadian. Remaja memperoleh banyak nilai moral dan empati melalui relasi sosial, namun kini hal itu mulai tergerus oleh kehadiran teknologi yang berlebihan. Ketika keterampilan sosial tidak dikembangkan, maka akan muncul tindakan agresif atau isolatif, serta kesulitan beradaptasi dalam lingkungan nyata (Albar et al., 2024).

Tidak hanya itu, pengaruh teknologi tanpa pendampingan kedewasaan berpikir juga dapat menjadikan remaja sebagai generasi yang konsumtif dan miskin pengalaman sosial. Imawan et al.

(2023) menyebutkan bahwa dalam konteks digital, muncul pula degradasi dalam pemikiran, nilai, dan spiritualitas yang disebabkan oleh lemahnya kontrol diri terhadap teknologi yang bersifat manipulatif.

Namun, di sisi lain, penggunaan teknologi sebenarnya juga memiliki sisi positif. Efendi & Widodo (2021) mencatat bahwa gadget memberikan akses terhadap informasi dan wawasan luas, memudahkan komunikasi melalui fitur video call, dan memperluas jaringan sosial. Namun, pemanfaatannya harus tetap dalam kerangka literasi digital yang cerdas, agar informasi yang dikonsumsi bersifat edukatif dan tidak menyesatkan (Mardiya et al., 2025).

Oleh karena itu, sangat penting untuk menghadirkan pendekatan baru yang menyeluruh dan seimbang dalam menghadapi dampak teknologi terhadap remaja. Pendekatan ini tidak hanya sekadar melarang penggunaan gadget atau media sosial, tetapi lebih kepada membekali remaja dengan pemahaman dan keterampilan yang benar dalam menggunakan teknologi. Artinya, pendidikan tidak hanya harus fokus pada aspek teknis atau pengetahuan digital saja, melainkan

juga memperkuat nilai-nilai moral, etika, dan spiritualitas mereka. Remaja perlu dibimbing agar memiliki kesadaran kritis, yakni kemampuan untuk memilah mana konten yang baik dan buruk, mengatur waktu penggunaan teknologi secara bijak, serta menjaga akhlak dan identitas keislaman mereka meskipun hidup di tengah derasnya pengaruh dunia digital. Dengan cara ini, teknologi bukan lagi ancaman, melainkan bisa menjadi alat yang membantu mereka tumbuh menjadi pribadi yang cerdas, berakhlak, dan tetap berpegang pada nilai-nilai agama.

Dapat disimpulkan, bahwa ketergantungan remaja terhadap teknologi digital dapat memberikan dampak yang kompleks dan cenderung negatif terhadap perkembangan mental mereka. Salah satu konsekuensi yang paling umum adalah meningkatnya tingkat kecemasan, stres, depresi, serta gangguan pola tidur, terkena paparan konten negatif yang berlebihan, tekanan sosial di media digital, dan kurangnya waktu refleksi diri. Selain itu, ketergantungan terhadap gadget juga berdampak pada penurunan fokus belajar dan produktivitas akademik, karena notifikasi media

sosial dan kebiasaan multitasking digital yang tidak efisien sudah memecahkan perhatian remaja.

Dalam jangka panjang, hal ini dapat mengarah pada krisis identitas, dimana remaja mengalami kebingungan dalam menentukan nilai, tujuan, hidup, dan jati diri mereka sendiri. Fenomena ini juga berdampak pada melemahnya kepercayaan diri, terutama ketika mereka mulai membandingkan diri secara tidak realistis dengan citra orang lain yang ada di media sosial. Tidak kalah penting, ketergantungan digital juga turut mengikis kemampuan berinteraksi secara langsung, yang berdampak pada keterasingan sosial dan rendahnya empati terhadap orang lain. Kebiasaan konsumtif dan gaya hidup hedonistik yang dipicu oleh tren digital juga menggeser pola pikir remaja ke arah materialistik dan instan. Lebih jauh lagi, nilai-nilai spiritual dan tanggung jawab moral pun mulai terpinggirkan, karena kurangnya ruang dan waktu untuk kegiatan religius, ibadah, atau pengembangan diri secara batiniah. Oleh karena itu, ketergantungan teknologi yang tidak terkendali bukan hanya menjadi persoalan teknis, tetapi merupakan tantangan

multidimensional yang menyentuh aspek psikologis, sosial, moral, dan spiritual remaja masa kini.

Implikasi Teknologi terhadap Pendidikan Islam

Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa dampak besar terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk dunia pendidikan Islam. Transformasi digital membuka peluang besar dalam meningkatkan mutu pendidikan Islam, memperluas akses pembelajaran, dan memperkuat peran teknologi sebagai sarana internalisasi nilai-nilai keislaman. Menurut Salsabila et al. (2023), integrasi teknologi dalam pendidikan tidak hanya menjadi alat bantu pengajaran, melainkan telah menjadi kebutuhan dasar dalam membentuk sistem pendidikan yang responsif terhadap zaman.

Manfaat nyata dari penggunaan teknologi dalam pendidikan Islam memberikan banyak manfaat seperti memudahkan pengelolaan data, memperluas akses pendidikan jarak jauh, meningkatkan efisiensi pembelajaran, hingga memungkinkan keterlibatan aktif orang tua dalam memantau perkembangan pendidikan anak

(Wahyono & Rofi'i, 2023). Platform pembelajaran daring memungkinkan peserta didik di daerah terpencil mengakses materi pembelajaran, berinteraksi dengan guru dan teman secara virtual, serta meningkatkan keterjangkauan pendidikan berbasis Islam.

Namun demikian, optimalisasi penggunaan teknologi dalam pendidikan Islam juga menghadapi berbagai tantangan. Salah satunya adalah keterbatasan infrastruktur di daerah terpencil yang menghambat pemerataan akses teknologi. Selain itu perbedaan kebutuhan dan preferensi pengguna, baik guru, siswa, maupun orang tua menjadi salah satu persoalan tersendiri dalam merancang sistem pembelajaran yang inklusif dan sesuai dengan nilai-nilai Islam (Wahyono & Rofi'i, 2023). Kemampuan literasi digital tenaga pendidik juga menjadi tantangan krusial. Banyak guru dan tenaga kependidikan dalam lembaga Islam belum memiliki kompetensi teknologi yang memadai. Hal ini menyebabkan penyampaian materi pembelajaran menjadi terhambat dan kurang maksimal (Safitri et al., 2023). Maka dari itu, peningkatan kinerja dan kompetensi tenaga pendidik perlu

ditunjang dengan pelatihan dan inovasi pendidikan, agar tercipta proses belajar-mengajar yang adaptif terhadap era digital dan tetap selaras dengan ajaran Islam.

Lebih lanjut, penggunaan teknologi dalam pendidikan Islam harus senantiasa mempertimbangkan prinsip-prinsip Islam seperti keadilan, etika, dan keamanan informasi. Pemanfaatannya tidak boleh mengesampingkan ajaran Islam sebagai dasar moral dan spiritual. Oleh sebab itu, dalam mendesain dan mengembangkan sistem teknologi pendidikan, penting untuk memperhatikan keberlanjutan baik dari sisi sosial, lingkungan, maupun nilai-nilai syar'i (Salsabila et al., 2023).

Dalam tataran implementasi, pengembangan kurikulum dan media pembelajaran Islam berbasis digital harus tetap berlandaskan nilai-nilai syar'i. Desain pembelajaran, pengembangan media(baik cetak, audio visual, maupun digital), pemanfaatan sumber belajar daring, pengelolaan sistem, serta evaluasi pembelajaran harus dilakukan secara integratif. Menurut Sopian et al. (2023) kelima aspek ini jika tidak ditata dengan nilai, akan kehilangan ruh pendidikan Islam yang hakikatnya

bertujuan untuk membentuk kepribadian Muslim yang kaffah.

Salsabila et al.(2023) menegaskan bahwa dalam perubahan sistem pembelajaran, teknologi harus diadopsi dengan memperhatikan pedoman syariat Islam, agar transformasi ini tidak hanya menjadi modernisasi teknis, melainkan juga pembaruan spiritual yang menguatkan iman dan adab peserta didik. Pendidikan Islam di era digital membutuhkan sinergi antara kecanggihan teknologi dan kedalaman nilai, sehingga tidak tercabut dari akarnya sebagai pendidikan yang menanamkan ketauhidan dan akhlak

Sementara itu, dalam perspektif manajemen pendidikan, teknologi informasi sangat membantu dalam pencatatan administrasi, absensi, dan evaluasi siswa, yang menjadi lebih efisien dan transparan. Dengan demikian, pengambilan keputusan manajerial menjadi lebih terukur dan akurat (Wahyono & Rofi'i, 2023). Selain itu, teknologi juga dapat digunakan untuk meningkatkan keterlibatan orang tua secara digital, sehingga pendidikan Islam menjadi tanggung jawab bersama yang

terintegrasi antara rumah, sekolah, dan masyarakat.

Namun perlu digaris bawahi, bahwa pemanfaatan teknologi tidak selalu menjamin keberhasilan jika tidak disertai pengelolaan yang bijak. Pendidikan Islam bukan hanya menyangkut transfer pengetahuan, tetapi juga pembentukan karakter dan spiritualitas. Oleh karena itu, penggunaan teknologi haruslah diiringi dengan nilai-nilai keislaman, seperti kedisiplinan, integritas, dan akhlak mulia (Safitri et al., 2023). Apabila tidak dikawal dengan baik, maka teknologi bisa saja menjadi pintu masuk degradasi nilai dan mengikis identitas religius peserta didik.

Dengan demikian, pemanfaatan teknologi dalam pendidikan Islam hendaknya tidak hanya berorientasi pada modernisasi teknis, tetapi juga pembaruan nilai. Hal ini mencakup kesadaran terhadap dampak lingkungan, kesiapan sosial, serta penguatan wawasan keislaman dalam menggunakan teknologi sebagai sarana dakwah, pendidikan karakter, dan penciptaan generasi yang tidak hanya cerdas digital, tetapi juga kokoh secara moral dan spiritual.

D. Kesimpulan

Era digital membawa tantangan dan peluang yang signifikan bagi perkembangan mental remaja dan sistem pendidikan Islam. Temuan dalam kajian ini menunjukkan bahwa teknologi tidak dapat dipisahkan dari kehidupan remaja dan dunia pendidikan, namun penggunaannya yang tidak terkendali dapat menimbulkan dampak negatif pada aspek psikologis, sosial, moral, dan spiritual. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang integratif dan transformatif dalam memanfaatkan teknologi, baik untuk mendampingi pertumbuhan mental remaja maupun dalam memperkuat praktik pendidikan Islam.

Secara konseptual, penting untuk menempatkan teknologi sebagai alat yang tunduk pada nilai, bukan sebagai pusat kehidupan yang mengatur perilaku manusia. Pendidikan Islam harus menjadi kekuatan utama dalam membina generasi muda agar mampu bersikap kritis, selektif, dan bertanggung jawab dalam memanfaatkan teknologi. Artinya, keberhasilan dalam menghadapi era digital sangat ditentukan oleh sejauh mana nilai-nilai Islam mampu diinternalisasikan

secara konsisten melalui pendekatan spiritual, etika, dan karakter.

Adapun untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan kajian lapangan (field research) secara empiris dengan melibatkan remaja dan institusi pendidikan Islam sebagai subjek penelitian. Fokus dapat diarahkan pada efektivitas program literasi digital berbasis nilai-nilai keislaman, model intervensi psikopedagogik dalam membina kesehatan mental remaja digital, serta analisis perbandingan antara institusi pendidikan Islam yang telah berhasil mengintegrasikan teknologi dengan nilai syariat dan yang belum. Pendekatan interdisipliner antara pendidikan Islam, psikologi, dan teknologi informasi juga sangat potensial untuk memperkaya model pengembangan pendidikan yang relevan di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Albar, M. M., Muttaqin, Z., Fatah, V. F., & Muryati, M. (2024). Intensitas Penggunaan Gadget berhubungan dengan Pola Interaksi Sosial Remaja Awal. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 4(1), 8–14. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v4i1.2132>
- Astuti, M., Herlina, Ibrahim, Rahma, M., Salbiah, S., & Soleha, I. J. (2023). *Mengoptimalkan Penggunaan Teknologi Dalam Pendidikan Islam*. 2(3).
- Creswell, J. W. (2013). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Pustaka Pelajar.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2011). Introduction: The Discipline and Practice of Qualitative Research. In *The Sage Handbook of Qualitative Research*. Sage Publications.
- Efendi, V. P., & Widodo, A. (2021). Literature Review Hubungan Penggunaan Gawai Terhadap Aktivitas Fisik Remaja. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09, 17–26.
- Fatah, V. fauziah, Nursyamsiyah, Kamsatun, Ariyanti, M., & Susanti, S. (2022). Kecanduan Gadget Pada Remaja Pasca Pembelajaran Daring Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 14(2), 284–291.
- Gultom, R., Pardede, S., Pasaribu, S., & Malau, R. (2025). Dampak Penggunaan Handphone Bagi Remaja Awal Dalam Kehidupan Sehari-Hari. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 4(1), 1–23.
- Imawan, M., Pettalongi, A., & Nurdin, N. (2023). Pengaruh Teknologi Terhadap Pendidikan di Era Society 5.0. *Prosiding Kajian Islam Dan Integrasi Ilmu Di Era Society 5.0*, 0(2023: Prosiding Seminar Nasional Departemen Manajemen Pendidikan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas), 323–328. <http://conference.um.ac.id/index.php/pses/article/view/8151/2469>
- Isti'ana, A. (2024). Integritas

- Teknologi dalam Pembelajaran Pendidikan Islam. *Indonesian Research Journal on Education*, 4, 302–310.
- Mardiya, Z., Sofa, A. R., Islam, U., Hasan, Z., & Probolinggo, G. (2025). *Keutamaan Menuntut Ilmu dalam Perspektif Islam di Kehidupan Modern : Tantangan , Peluang , dan Pengaruh Teknologi dalam Pembentukan Karakter di Era Digital*. 4.
- Prihartana, D. I., Salsabila, U. H., Rahman, P., Nafiah, S., & Oktinawati, A. (2022). Peran Teknologi dalam Pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, 6(1), 38–53.
- Safitri, S., Cahyadi, A., & Yaqin, H. (2023). Inovasi dan Difusi Pemanfaatan Teknologi Informasi dalam Manajemen Pendidikan Islam. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 7(4), 1706. <https://doi.org/10.35931/am.v7i4.2678>
- Salsabila, U. H., Hanifan, M. L. N., Mahmuda, M. I., Nur Tajuddin, M. A., & Pratiwi, A. (2023). Pengaruh Perkembangan Teknologi terhadap Pendidikan Islam. *Journal on Education*, 5(2), 3268–3275. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i2.995>
- Siswanto, A. H. (2024). Remaja Tantangan Dan Dinamika Perkembangan. *Circle Archive 1* (4), 1–15.
- Sopian, A., Prasetyo, E. B., Supiana, & Zaqiah, Q. Y. (2023). Pengelolaan Teknologi Pendidikan dan Peranannya pada Pendidikan Agama Islam. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 1(2), 213–220. <https://doi.org/10.37680/ssa.v1i2.3491>
- Syahputra, A., & Rifandi, D. (2021). Hubungan Intensitas Media Sosial Dan Kepercayaan Diri Pada Remaja Awal the Relationship Between Social Media Intensity and Self-Confidence in Early Adolescents. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 7(2), 2615–109.
- Tengkue, A. A., Manein, A. P., Elisabeth, A., & Ilat, rene P. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Berlebihan Terhadap Kesehatan Fisik dan Mental. *Mathesi: Jurnal Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 16–26.
- Wahyono, & Rofi'i, A. (2023). Penerapan Teknologi Informasi dalam Manajemen Pendidikan Islam: Tantangan dan Peluang. *Journal Of Islamic Education Management*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI
- Yunita, R. (2023). Perundungan Maya (Cyber Bullying) Pada Remaja Awal. *Muhafadzah*, 1(2), 93–110. <https://doi.org/10.53888/muhafadzah.v1i2.430>