

Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir

Diterbitkan oleh Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas Ushuluddin Universitas Annuqayah (UA) Guluk-Guluk Sumenep
Vol. 4, No. 1, Juni 2025, 01-27, E-ISSN 3089-9117
<https://jurnal.ua.ac.id/index.php/jsqt>

PENAFSIRAN AL-QUR'AN TENTANG RESILIENSI SPIRITAL GENERASI Z DALAM KRISIS IDENTITAS KEAGAMAAN DIGITAL

Muhammad Zaki Hidayat

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
zakibjm2017@gmail.com

Bashori

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
bashori@uin-antasari.ac.id

Dikirim pada:	Direvisi pada:	Disetujui pada:	Diterbitkan pada:
1 Juni 2025	28 Juni 2025	28 Juni 2025	30 Juni 2025

Abstract

The rapid development of digital technology has significantly influenced the religious orientation of Generation Z, including the emergence of a crisis in religious identity. Living amid open and fast-paced information flows, Generation Z is increasingly exposed to narratives that are not always aligned with traditional Islamic values, resulting in spiritual disorientation and unstable religious identity. This study aims to examine how the interpretation of the Qur'an, particularly through a thematic (*mawdū'i*) approach, by identifying Qur'anic verses related to spiritual resilience, classifying them into subthemes (patience, trust, consistency), and analyzing their relevance to Generation Z identify in digital era. This research adopts a qualitative method based on library research, employing thematic interpretation of selected Qur'anic verses related to psychological and spiritual endurance. Thus, the Qur'an serves not only as a normative text, but also as a source of spiritual strength that offers solutions to the crisis of religious identity among Generation Z. This study contributes theoretically to the development of a contextual thematic exegesis approach, and practically to the reinforcement of Qur'an based religious education in the digital era.

Keywords: Thematic Interpretation; Spiritual Resilience; Contemporary Spirituality; Identity Crisis; Digital Era

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah memengaruhi pola keberagamaan Generasi Z secara signifikan, termasuk munculnya gejala krisis identitas keagamaan. Generasi ini hidup dalam arus informasi yang cepat, terbuka, dan tidak selalu selaras dengan nilai-nilai keislaman tradisional, sehingga menimbulkan disorientasi spiritual dan ketidakstabilan identitas religius. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana penafsiran Al-Qur'an, khususnya melalui pendekatan tematik, dapat memberikan landasan resiliensi spiritual bagi Generasi Z dalam menghadapi krisis identitas keagamaan di era digital. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif berbasis studi pustaka (*library research*) dengan pendekatan tafsir tematik (*maudhū'i*), didukung dengan analisis tematik terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan ketahanan spiritual. Pendekatan tafsir tematik ini dengan cara menghimpun ayat-ayat Al-Qur'an tentang resiliensi spiritual, mengelompokkannya ke dalam subtema (seperti sabar, tawakkal, istiqamah), dan menganalisisnya dalam konteks identitas religius Generasi Z di era digital. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Al-Qur'an mengandung nilai-nilai fundamental yang membentuk resiliensi spiritual, seperti sabar, tawakkal, istiqāmah, dan dzikir, yang terdistribusi dalam berbagai ayat. Dengan demikian, Al-Qur'an bukan hanya sebagai teks normatif, tetapi juga menjadi pondasi penguatan spiritual yang solutif dalam menghadapi krisis identitas keagamaan Generasi Z. Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan pendekatan tafsir tematik kontekstual, sekaligus menawarkan aplikasi praktis bagi penguatan pendidikan keagamaan berbasis nilai-nilai Qur'ani di era digital.

Kata Kunci: Penafsiran Tematik; Resiliensi Spiritual; Spiritualitas Kontemporer; Krisis Identitas; Era Digital

Pendahuluan

Dalam dekade terakhir, digitalisasi telah membentuk wajah baru masyarakat global, termasuk dalam cara manusia memahami, mengakses, dan mengekspresikan nilai-nilai keagamaan. Generasi Z yang lahir antara tahun 1990 hingga 2010 merupakan kelompok yang sangat terpapar oleh lingkungan digital, menjadikan mereka sebagai digital natives dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk spiritualitas (Karim, 2020, hlm. 3). Namun, di balik kecanggihan teknologi yang mereka kuasai, generasi ini mengalami gejala krisis identitas keagamaan yang kompleks. Hal ini tercermin dalam ketidakstabilan orientasi religius, keraguan terhadap otoritas agama tradisional, hingga munculnya spiritualitas yang cair dan individualistik.

Krisis identitas keagamaan pada Generasi Z tidak berdiri sendiri, tetapi merupakan dampak dari disrupti informasi yang masif, konsumsi konten keagamaan yang instan, serta kuatnya pengaruh algoritma media sosial dalam membentuk preferensi religius. Survei Alvara Research (2020) menunjukkan

bahwa 52,4% remaja Muslim Indonesia lebih mempercayai konten dakwah dari media sosial dibandingkan ulama atau guru agama formal (Asrori, 2023). Fenomena ini memperlihatkan terjadinya pergeseran otoritas keagamaan, dari struktur keilmuan berbasis sanad ke arah populisme digital berbasis visualitas dan emosionalitas (Muttaqin, 2024, hlm. 39). Generasi Z tampak lebih memilih keberagamaan yang cepat, fleksibel, dan visual ketimbang keberagamaan yang berbasis proses, sanad, dan otoritas (Arista dkk., 2025, hlm. 412).

Dalam situasi semacam ini, resiliensi spiritual menjadi kebutuhan mendesak. Resiliensi spiritual tidak hanya menyangkut kemampuan untuk bertahan dalam tekanan psikologis, tetapi juga mencakup ketangguhan dalam mempertahankan iman dan nilai-nilai transendental dalam menghadapi derasnya arus sekularisasi digital. Dalam konteks Islam, nilai-nilai seperti sabar, syukur, tawakkal, dan dzikir menjadi inti dari resiliensi tersebut. Sayangnya, sejauh ini belum banyak penelitian yang mengaitkan nilai-nilai Qur'ani ini secara langsung dengan krisis identitas keagamaan di era digital (Gumiandari dkk., 2022, hlm. 338).

Kajian-kajian sebelumnya tentang Generasi Z dan keberagamaan cenderung lebih menekankan pada aspek sosiologis dan fenomenologis semata, tanpa mendalami secara sistematis kontribusi nilai-nilai Al-Qur'an terhadap pembentukan spiritualitas yang tangguh. Misalnya, studi Ma'arif dan Wahyudi (2021) membahas bagaimana media digital membentuk konstruksi agama virtual di kalangan remaja, namun belum menyinggung secara eksplisit dimensi ketahanan spiritual yang berakar dari teks suci. Demikian pula studi oleh Asy'ari dan Zulfikar (2023) yang memetakan ekspresi keagamaan Gen Z dalam ruang digital, tetapi belum menggali pendekatan tafsir dalam merespons fenomena tersebut secara mendalam.

Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut, dengan menjadikan Al-Qur'an sebagai sumber utama dalam membangun kerangka resiliensi spiritual Generasi Z. Penelitian ini tidak hanya menafsirkan ayat-ayat yang berbicara tentang kekuatan iman dan spiritualitas, tetapi juga mengontekstualisasikannya dengan kondisi disruptif digital yang dialami oleh generasi muda. Melalui pendekatan tafsir tematik (*mawdū'i*), penelitian ini bertujuan mengidentifikasi ayat-ayat yang mengandung nilai-nilai spiritual pembentuk ketahanan identitas keagamaan, serta menilai relevansinya dalam konteks pembinaan spiritual Generasi Z saat ini. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menawarkan kontribusi ilmiah dan praktis dalam pengembangan pendidikan keislaman di era digital.

Kecenderungan Generasi Z dalam membangun religiusitas di ruang digital juga menunjukkan gejala ambiguitas. Di satu sisi, platform digital memberikan ruang ekspresi keagamaan yang luas, tetapi di sisi lain seringkali tidak disertai dengan pendalaman nilai atau pemahaman mendalam terhadap ajaran Islam. Penelitian oleh Azzahra dan Kurniawan (2023) mengungkapkan bahwa mayoritas Gen Z lebih akrab dengan potongan ceramah singkat di TikTok atau Instagram, daripada membaca tafsir atau kitab klasik. Pola konsumsi seperti ini berdampak pada terjadinya fragmentasi spiritual, di mana pemahaman keagamaan bersifat dangkal, emosional, dan terfragmentasi dari nilai-nilai Qur'ani yang utuh dan kontekstual.

Dalam konteks ini, pendekatan tafsir tematik (*mawdū'i*) menjadi relevan untuk menggali nilai-nilai spiritual Al-Qur'an yang dapat memberikan arah dan makna bagi Generasi Z. Tafsir tematik memungkinkan penggalian ayat-ayat yang membentuk kerangka spiritual yang kokoh, seperti nilai sabar, syukur, tawakkal, dan dzikir. Nilai-nilai ini tidak hanya bersifat individual, tetapi juga membentuk sistem keyakinan yang mampu melindungi individu dari kehampaan makna dan tekanan eksistensial. Studi Harun dan Prasetya (2020) menunjukkan bahwa tafsir tematik mampu memberikan jawaban keagamaan yang sistematis, aplikatif, dan responsif terhadap persoalan kontemporer, termasuk dalam isu spiritualitas dan identitas keagamaan.

Penelitian dalam satu dekade terakhir juga menunjukkan bahwa resiliensi spiritual memiliki korelasi signifikan dengan kestabilan identitas diri dan ketangguhan moral remaja. Studi oleh Wijayanti dan Lubis (2019) menekankan bahwa individu dengan tingkat resiliensi spiritual yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan sosial, mempertahankan nilai agama, dan memiliki arah hidup yang jelas. Hal ini menguatkan tesis bahwa spiritualitas bukan sekadar aspek emosional, tetapi juga merupakan fondasi kognitif dalam proses pembentukan identitas. Karena itu, resiliensi spiritual perlu dilihat sebagai interseksi antara aspek psikologis dan wahyu, dan Al-Qur'an menjadi rujukan utama dalam membentuknya.

Sementara itu, penelitian oleh Dewi (2021) menyatakan bahwa program pembinaan spiritual yang efektif bagi Generasi Z harus berasumber dari teks-teks suci yang ditafsirkan secara kontekstual. Ini menunjukkan pentingnya tidak hanya memahami Al-Qur'an secara tekstual, tetapi juga menyajikannya dalam kerangka yang komunikatif, menyentuh realitas, dan relevan dengan tantangan digital. Dalam hal ini, metode tafsir harus mampu menghadirkan Qur'an sebagai sumber pembinaan, bukan sekadar sebagai teks normatif yang jauh dari keseharian anak

muda. Oleh karena itu, tafsir Al-Qur'an perlu mengadopsi pendekatan yang lebih sosiologis dan psikologis dalam membaca realitas spiritual generasi muda.

Kajian resiliensi spiritual juga telah berkembang dalam disiplin psikologi agama, di mana spiritualitas dipandang sebagai salah satu faktor protektif dalam menghadapi krisis identitas, depresi, bahkan kecenderungan bunuh diri. Penelitian oleh Latifah dan Suryadi (2020) menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi spiritual tinggi cenderung lebih tahan menghadapi tekanan akademik dan sosial. Dalam kerangka Islam, hal ini berkaitan erat dengan nilai-nilai Qur'ani seperti sabar (*sabr*), tawakkal, dan kesadaran terhadap makna hidup (*ma'nā al-hayāt*). Maka, ayat-ayat Al-Qur'an tidak hanya relevan secara teologis, tetapi juga menyimpan potensi terapeutik yang dapat dimanfaatkan untuk pembinaan spiritual Gen Z.

Novelty dari penelitian ini terletak pada integrasi antara tafsir tematik Al-Qur'an dan problem spiritualitas Generasi Z dalam konteks digital. Jika sebelumnya kajian tafsir banyak bergerak di ranah normatif dan klasik, maka penelitian ini membawa Al-Qur'an masuk ke dalam ruang kontemporer dengan metode tematik yang aplikatif. Kebaruan lainnya adalah pendekatan multidisipliner yang menggabungkan tafsir, psikologi agama, dan sosiologi digital, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap dinamika spiritual Generasi Z. Dengan demikian, Al-Qur'an diposisikan sebagai sumber solusi, bukan hanya sumber hukum atau ritual formalitas.

Lebih lanjut, penelitian ini juga menawarkan alternatif strategi pembinaan keagamaan yang bersumber langsung dari nilai-nilai Qur'ani. Strategi ini mencakup tiga langkah utama: internalisasi nilai tauhid, penguatan dzikir dan kesabaran, serta pembangunan komitmen terhadap amal saleh sebagai bentuk keberagamaan aktif. Model ini disusun dari hasil pembacaan tematik terhadap sejumlah ayat Al-Qur'an, serta dikaitkan dengan temuan empiris mengenai kebutuhan spiritual Generasi Z. Strategi ini dapat dijadikan acuan bagi lembaga pendidikan, komunitas dakwah, maupun keluarga dalam membina ketahanan spiritual anak muda.

Dengan mempertimbangkan kerangka di atas, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi ayat-ayat Al-Qur'an yang mengandung nilai resiliensi spiritual; (2) menafsirkan ayat-ayat tersebut dalam konteks krisis identitas keagamaan digital; dan (3) menyusun model konseptual pembinaan spiritual bagi Generasi Z berdasarkan prinsip-prinsip Qur'ani. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi teoretis dan praktis dalam bidang studi Al-Qur'an dan pendidikan keislaman kontemporer.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kualitatif yang berorientasi pada kajian makna dan interpretasi terhadap teks keagamaan (Al-Qur'an) dalam konteks sosial kontemporer. Kualitatif dipilih karena penelitian ini tidak berfokus pada angka atau statistik, tetapi pada pemahaman mendalam terhadap konsep resiliensi spiritual dan relevansinya bagi Generasi Z yang mengalami krisis identitas keagamaan di era digital.

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan tafsir tematik (*mawdū'i*), yaitu metode penafsiran Al-Qur'an yang menghimpun dan menganalisis ayat-ayat yang berkaitan dengan tema tertentu dalam hal ini, tema resiliensi spiritual. Pendekatan ini dipilih karena mampu mengaitkan berbagai ayat Al-Qur'an yang tersebar dalam banyak surah untuk membentuk satu kesatuan makna tematis yang utuh dan relevan dengan isu kekinian. Di samping itu, penelitian ini juga mengadopsi pendekatan interdisipliner, dengan memadukan wawasan dari psikologi agama, sosiologi digital, dan kajian pemuda (*youth studies*) sebagai bingkai analisis dalam memahami konteks Generasi Z secara komprehensif.

Adapun metode yang digunakan adalah studi pustaka (*library research*), yang berarti seluruh data bersumber dari literatur tertulis, baik klasik maupun kontemporer. Penelitian ini menggunakan pendekatan tafsir tematik (*tafsir maudhu'i*) sebagai metode utama dalam menggali konsep resiliensi spiritual dalam Al-Qur'an yang relevan dengan krisis identitas keagamaan Generasi Z di era digital. Tafsir tematik merupakan pendekatan yang memfokuskan kajian pada satu topik tertentu, kemudian menelusuri seluruh ayat Al-Qur'an yang berkaitan untuk dianalisis secara komprehensif dalam rangka membentuk kerangka konseptual yang utuh dan sistematis. Pendekatan ini digunakan untuk menggali secara mendalam bagaimana nilai-nilai seperti sabar, dzikir, istiqamah, dan *tazkiyah al-nafs* dibangun dalam Al-Qur'an, serta bagaimana untuk menjadi fondasi resiliensi spiritual di tengah tantangan zaman digital.

Proseder dalam penerapan tafsir tematik ini dilakukan melalui lima tahap sistematis. Pertama, penentuan tema utama berdasarkan latar permasalahan kontemporer, yakni "resiliensi spiritual Generasi Z dalam menghadapi krisis identitas keagamaan digital". Tema ini dipilih berdasarkan gejala empiris dan diskusi teoritik dari berbagai literatur tentang perubahan keberagaman di era digital. Kedua, inventarisasi ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan dengan tema melalui metode induktif, yakni dengan menelusuri lafaz-lafaz kunci, misalnya *sabr*, *dzikr*, *istiqāmah*, *nafs*, kemudian menggunakan indeks tematik Al-Qur'an, mu'jam,

aplikasi tafsir digital, serta referensi klasik seperti *al-mu'jam al-Mufahras* dan *Tafsir al-Jāmi' li Ahkām al-Qur'an* karya al-Qurthubi.

Ketiga ayat-ayat yang telah teridentifikasi kemudian diklasifikasikan ke dalam kategori tematik berdasarkan nilai spiritual utama yang terkandung. Misalnya, QS. Al-Baqarah: 153 dikategorikan sebagai ayat yang menegaskan konsep sabar sebagai daya tahan jiwa, QS. Ar-Ra'd: 28 masuk dalam kategori dzikir sebagai stabilisator piskologis, QS. Fussilat: 30 menjadi representasi dari istiqamah sebagai bentuk integritas identitas religius. Proses klasifikasi ini dilakukan secara hermeneutik dengan mempertimbangkan konteks ayat (*asbab al-nuzul*), struktur kalimat, relasi semantik, serta makna teologisnya.

Keempat ayat-ayat yang telah diklasifikasikan tersebut dianalisis secara komparatif dan kontekstual dengan melibatkan penafsiran dari beragam corak tafsir, baik klasik (Ibn Katsir, al-Tabari), sufistik (al-Ghazali, al-Qusyari), maupun kontemporer (Quraish Shihab). Analisis ini bertujuan untuk menangkap nuansa perbedaan perspektif keilmuan, metodologi, serta penekanan makna, yang kemudian disesuaikan dengan dinamika spiritualitas Gen Z dalam konteks sosial digital. Tafsir kontemporer dipilih sebagai jembatan untuk mengontekstualisasikan pesan ayat dengan realitas keberagaman pada generasi muda saat ini.

Kelima, dilakukan rekonstruksi konseptual dan integrasi tematik untuk menyusun kerangka teoritis tentang resiliensi spiritual berbasis nilai-nilai Qur'ani. Setiap nilai spiritual disandingkan dengan fungsinya dalam membangun ketahanan jiwa terhadap tekanan psikologis, eksistensial, dan sosial. Dari proses ini, dihasilkan model sintesis yang menampilkan ayat-ayat sebagai fondasi nilai dan solusi praktis terhadap problematika keberagaman Generasi Z. Hasil interpretasi tidak berhenti pada deskripsi normatif, tetapi menjangkau level pemaknaan kritis dalam menjawab tantangan identitas keagamaan era disruptif digital.

Dengan prosuder ini, pendekatan tafsir tematik dalam penelitian ini tidak hanya berfungsi sebagai metode interpretatif, tetapi juga sebagai kerangka epistemik untuk membangun narasi spiritual yang utuh, integratif, dan relevan secara sosial-kontekstual. Penggunaan metode ini juga menegaskan bahwa studi tafsir tidak bersifat statis, tetapi adaptif terhadap realitas sosial yang dinamis termasuk dalam memahami tantangan eksistensial paling kompleks sepanjang sejarah keberagaman umat Islam.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dua tahap. Pertama, inventarisasi ayat-ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan tema ketahanan

spiritual, seperti ayat tentang *sabr* (kesabaran), tawakkal (ketergantungan kepada Allah), *isti'ānah* (memohon pertolongan), serta keteguhan iman dalam menghadapi ujian. Kedua, pengumpulan literatur ilmiah dari jurnal, artikel, buku, dan laporan riset dalam lima tahun terakhir yang membahas krisis identitas keagamaan dan keberagamaan digital di kalangan Generasi Z.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis tematik (*thematic analysis*) dan analisis tafsir tematik. Analisis tematik digunakan untuk mengidentifikasi dan mengelompokkan pola makna dari teks ayat-ayat Al-Qur'an yang telah dihimpun. Kemudian, dilakukan interpretasi kontekstual terhadap ayat-ayat tersebut berdasarkan pendekatan tafsir, serta dikaitkan dengan temuan literatur empiris mengenai fenomena spiritualitas dan krisis identitas di era digital. Dengan demikian, hasil analisis tidak hanya bersifat normatif-teksual, tetapi juga komunikatif dan aplikatif terhadap realitas kontemporer Generasi Z.

Krisis Identitas Keagamaan Generasi Z di Era Digital

Krisis identitas keagamaan yang melanda Generasi Z merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional (Nisa dkk., 2018, hlm. 22). Generasi ini lahir dan tumbuh dalam era informasi yang serba cepat, instan, dan disruptif, di mana eksistensi diri dibentuk lebih oleh eksposur media digital ketimbang oleh pendidikan spiritual tradisional. Dalam konteks ini, nilai-nilai keagamaan yang semula diturunkan melalui institusi formal dan komunitas keagamaan, kini sering kali ditantang oleh pluralitas narasi digital. Hal ini memperlihatkan terjadinya desakralisasi terhadap simbol dan otoritas agama, sebagaimana diungkap dalam studi Campbell dan Tsuria (2021), bahwa otoritas keagamaan telah mengalami pergeseran besar akibat perkembangan teknologi digital (Nisa dkk., 2018, hlm. 157).

Salah satu bentuk paling nyata dari krisis identitas ini adalah keraguan terhadap doktrin dan praktik keagamaan yang selama ini dianggap ajeg. Generasi Z menunjukkan kecenderungan untuk mengevaluasi ulang ajaran agama dengan sudut pandang yang lebih subjektif, pragmatis, bahkan relativistik. Hal ini selaras dengan temuan McKinsey & Company (2020), yang menyatakan bahwa Gen Z memiliki karakteristik "identity fluidity", yaitu keterbukaan dalam memaknai ulang identitas berdasarkan pengalaman personal. Akibatnya, identitas keagamaan pun tidak lagi bersifat ajeg, melainkan cair dan berubah-ubah tergantung pada lingkungan digital yang mengitarinya.

Krisis ini semakin diperparah oleh kecenderungan Gen Z untuk mengakses pengetahuan keagamaan melalui media sosial yang seringkali tidak disertai proses verifikasi epistemologis. Narasi keagamaan diserap secara instan

dan emosional, bukan melalui kontemplasi dan bimbingan ulama. Fenomena ini disebut sebagai pseudo-religiosity, yakni keberagamaan yang dangkal dan bersifat simbolik tanpa pemahaman teologis yang mendalam (Ruhullah & Ushama, 2025, hlm. 60). Dalam banyak kasus, hal ini menghasilkan apa yang disebut Bauman (2013) sebagai liquid identity, di mana keyakinan keagamaan tidak lagi tertambat pada fondasi spiritual yang stabil, melainkan mudah berubah sesuai dengan algoritma media.

Peran algoritma dalam membentuk narasi keberagamaan menjadi variabel penting dalam membahas krisis ini. Algoritma bekerja dengan menampilkan konten berdasarkan interaksi sebelumnya, sehingga menciptakan apa yang disebut sebagai echo chamber. Dalam ruang ini, Generasi Z cenderung hanya terekspos pada pandangan keagamaan yang memperkuat bias mereka sendiri, tanpa ruang dialog yang sehat. Jenkins (2019) menyebut kondisi ini sebagai algorithmic religion, di mana popularitas menggantikan kedalaman, dan konten yang menarik lebih cepat tersebar dibandingkan konten yang otoritatif. Ini menjadikan spiritualitas bersifat semu dan dangkal.

QS. Al-Hujurat [49]: 6 menjadi relevan dalam konteks ini. Ayat tersebut menyerukan pentingnya tabayyun atau klarifikasi terhadap setiap informasi, terutama dalam isu yang menyangkut nilai dan ajaran agama (Al Wahidah, 2017, hlm. 323). Sayangnya, prinsip ini kerap diabaikan oleh Gen Z yang terbiasa dengan budaya "scroll cepat" di media sosial. Mereka mengonsumsi konten dakwah tanpa pertimbangan sanad, metode tafsir, atau kredibilitas penyampai. Dalam kondisi ini, identitas keagamaan tidak dibentuk melalui proses ilmu yang panjang, melainkan oleh pengalaman emosional sesaat yang dibingkai algoritma (Kim, 2023, hlm. 3).

Dalam survei nasional yang dilakukan oleh Maarif Institute (2022), menunjukkan adanya pergeseran pola rujukan keagamaan di kalangan remaja Muslim Indonesia. Banyak dari mereka lebih memilih mendengarkan tokoh-tokoh agama yang aktif di media sosial daripada ulama tradisional. Pergeseran ini merefleksikan dinamika baru dalam struktur otoritas keagamaan yang kini lebih ditentukan oleh popularitas dan daya tarik visual. Akibatnya, keberagaman menjadi lebih bersifat performatif dan instan, tidak lagi berbasis pada kedalaman ilmu, tetapi pada narasi yang mudah dicerna secara emosional dan cepat tersebar di ruang digital (Institute, 2022).

Banyak remaja Muslim merasa percaya pada agama, namun kehilangan makna dalam menjalankan ritual keagamaan. Fenomena "*spiritual but not religious*" mulai tampak, di mana orientasi spiritual tidak selalu diwujudkan dalam

keikutsertaan terhadap institusi atau ritual keagamaan formal. Studi dari Pew Research Center (2023) menyebutkan bahwa pola ini semakin banyak terlihat di Asia Timur dan mulai memengaruhi lanskap religius anak muda secara global termasuk Asia Tenggara (Center, 2023).

Oleh karena itu, krisis identitas keagamaan Generasi Z harus dipahami bukan hanya sebagai kegagalan pendidikan agama formal, melainkan sebagai hasil dari perubahan ekosistem epistemologis digital. Dalam dunia yang dikendalikan oleh kecepatan, visualisasi, dan interaktivitas, otoritas agama ditantang untuk menghadirkan ulang nilai-nilai keagamaan dalam bahasa, medium, dan logika zaman. Penelitian ini menggarisbawahi urgensi tafsir tematik Al-Qur'an yang mampu menghadirkan kembali fondasi spiritualitas Qur'ani sebagai rujukan utama dalam membentuk identitas keagamaan yang tangguh di era digital.

Faktor dan Dinamika Disrupsi Digital terhadap Keberagaman Gen Z

Disrupsi digital telah membentuk paradigma baru dalam pengalaman keberagamaan Generasi Z. Faktor utama dari disrupsi ini adalah transformasi sistem komunikasi dan penyebaran informasi yang memengaruhi cara Gen Z memahami, menerima, dan mengekspresikan ajaran agama. Akses terbuka terhadap berbagai sumber keagamaan yang tidak tersaring membuat proses internalisasi nilai menjadi lemah. Dalam banyak kasus, konten agama yang dikonsumsi cenderung bersifat singkat, instan, dan populer, bukan berbasis sanad, keilmuan, atau otoritas keagamaan yang otentik (Arifah dkk., 2024, hlm. 154).

Fenomena digitalisasi ini juga menyebabkan pergeseran otoritas keagamaan dari ulama formal kepada influencer digital. Jenkins (2019) menyebutnya sebagai "algorithmic authority," di mana otoritas tidak lagi ditentukan oleh keilmuan, tetapi oleh popularitas dan daya jangkau konten. Hal ini memperkuat "*de-institutionalisasi agama*," yaitu melemahnya peran lembaga keagamaan sebagai penjaga otoritas spiritual, sebagaimana juga dijelaskan oleh Jose Casanova dalam konsep deprivatisasi agama (Rizal dkk., 2024, hlm. 223).

Selain faktor epistemologis, faktor psikologis juga berperan penting. Budaya "*likes*", "*followers*", dan "*viral*" di media sosial telah memengaruhi motivasi keberagamaan Gen Z. Ekspresi religius menjadi performatif, bukan transcendental. QS. Al-Bayyinah [98]: 5 menegaskan bahwa ibadah seharusnya dilakukan dengan ikhlas, bukan demi eksistensi digital. Namun dalam praktiknya, banyak ekspresi keagamaan online justru diarahkan pada pencitraan, bukan pemaknaan (Hudaeri, 2018, hlm. 23).

Media sosial juga menciptakan ruang gema (*echo chambers*), di mana pengguna hanya terekspos pada narasi keagamaan yang memperkuat keyakinan mereka sendiri. Hal ini mempersempit wawasan keagamaan dan menghambat dialog antarmazhab maupun antarideologi. Bauman (2013) menyebut kondisi ini sebagai komunitas emosional yang menghindari kompleksitas dan cenderung menyederhanakan persoalan agama secara hitam-putih. Akibatnya, Generasi Z menjadi lebih rentan terhadap paham ekstrem atau agama instan yang dangkal secara teologis (Sinambela, 2024, hlm. 3028).

Lebih jauh lagi, digitalisasi keberagamaan turut menciptakan fenomena "agama sebagai konten." Pendidikan agama dikemas dalam bentuk video pendek, meme, atau kutipan satu kalimat yang mudah dibagikan, tetapi miskin substansi. Nicholas Carr (2020) menyebutnya sebagai shallow thinking, yaitu kecenderungan berpikir dangkal akibat dominasi media digital. Dalam konteks ini, proses tadabbur dan refleksi mendalam terhadap nilai agama menjadi hilang, digantikan oleh konsumsi simbol keagamaan yang bersifat kosmetik (Subarno & Rivani, 2024).

Dalam perspektif tafsir Al-Qur'an, situasi ini perlu dikritisi dengan mengacu pada QS. Al-Isra' [17]: 36: "*Dan janganlah kamu mengikuti sesuatu yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya....*" Ayat ini memberi rambu epistemologis untuk membangun literasi agama yang kritis. Sayangnya, algoritma media sosial justru mendorong konformitas, bukan konfirmasi pengetahuan. Ini berdampak pada lahirnya keislaman yang superfisial dan performatif (Al Fatih dkk., 2024, hlm. 7).

Pergeseran ini juga membawa dampak terhadap pola pembelajaran agama. Banyak generasi Z lebih memilih belajar agama dari YouTube atau TikTok daripada majelis taklim atau kelas tafsir. Huda (2023) mencatat bahwa 58% remaja Muslim Indonesia mengakses konten keagamaan melalui media sosial sebagai sumber utama. Meskipun ini menunjukkan keterbukaan pada teknologi, hal ini sekaligus menandai keterputusan dengan sanad keilmuan dan nilai otentik dalam tradisi Islam (Zuhri dkk., 2024, hlm. 3).

Maka, dinamika disruptif digital terhadap keberagamaan tidak hanya berdampak pada apa yang dipercaya, tetapi juga bagaimana kepercayaan itu dihayati dan dijalani. Proses keberagamaan berubah dari yang bersifat dialogis dan bertahap menjadi visual, cepat, dan reaktif. Realitas ini menuntut upaya rekonstruksi model dakwah dan pendidikan agama yang tidak hanya mengadaptasi media digital, tetapi juga menjaga kedalaman spiritualitas dan otoritas keilmuan Islam.

Konsep Resiliensi Spiritual dalam Al-Qur'an: Pendekatan Tafsir Tematik

Resiliensi spiritual merupakan konsep yang menekankan kemampuan individu untuk tetap tangguh secara batiniah di tengah tekanan sosial, psikologis, maupun eksistensial. Dalam kerangka Islam, resiliensi ini bukan sekadar sikap pasif menerima ujian, tetapi bentuk kekuatan iman yang lahir dari hubungan mendalam antara manusia dan Tuhan. Hal ini selaras dengan teori Kenneth Pargament (2007) yang memandang spiritual resilience sebagai mekanisme coping berbasis keyakinan dan makna transenden dalam menghadapi krisis hidup (Nahri, 2021, hlm. 208).

Pendekatan tafsir tematik (*tafsīr maudhū'i*) menjadi sangat relevan untuk menggali secara sistematis tema resiliensi spiritual dalam Al-Qur'an. Dalam metode ini, ayat-ayat yang terkait satu tema dikumpulkan dan dianalisis secara holistik, bukan hanya berdasarkan konteks turunnya, tetapi juga makna lintas waktu. Quraish Shihab (2002) menekankan bahwa tafsir tematik memudahkan integrasi antara pesan ilahi dengan problematika kontemporer. Dalam konteks Generasi Z, tafsir tematik membuka ruang untuk menafsir ulang ayat-ayat yang membahas sabar (*sabr*), tawakkal, tazkiyat al-nafs, dan istiqamah sebagai fondasi spiritual yang kontekstual (Shihab, 2013, hlm. 85–88).

QS. Al-Ankabut [29]: 2-3

أَخَسِبَ النَّاسُ أَنْ يُجْزَوُا أَمْنًا وَهُمْ لَا يُفْتَنُونَ ۚ ۖ وَلَقَدْ فَتَنَّا الَّذِينَ مِنْ قَبْلِهِمْ فَلَيَعْلَمَنَّ اللَّهُ الدُّنْيَا
صَدَّقُوا وَلَيَعْلَمَنَّ الْكُفَّارُ ۚ ۖ (العنكبوت/ ۲۹ : ۳-۲)

"Apakah manusia mengira bahwa mereka akan dibiarkan (hanya dengan) berkata, "Kami telah beriman," sedangkan mereka tidak diuji? Sungguh, Kami benar-benar telah menguji orang-orang sebelum mereka. Allah pasti mengetahui orang-orang yang benar dan pasti mengetahui para pendusta." (QS. Al-'Ankabut/29:2-3)

Menggaris bawahi bahwa keimanan tidak cukup hanya diucapkan, tetapi harus diuji. Ayat ini memperlihatkan bahwa ujian spiritual adalah keniscayaan yang mendewaskan iman (Shihab, 2007, hlm. 114). *Tafsir al-Misbah* mengartikulasikan bahwa ayat ini membentuk paradigma bahwa tantangan dalam bentuk krisis identitas adalah bagian dari proses *takmīlī* (penyempurnaan) iman. Bagi Generasi Z, yang kerap terombang-ambing oleh ekspektasi sosial media dan fluiditas nilai, ayat ini menjadi pondasi untuk menata ulang makna ujian dalam kehidupan spiritual (Shihab, 2002, hlm. 8–10).

Penting dicatat bahwa pendekatan *maqāṣid al-sharī'ah* juga menjadi landasan kuat dalam memahami resiliensi spiritual. Spirit *maqāṣid*, terutama perlindungan agama (*hifz al-dīn*), jiwa (*hifz al-nafs*), dan akal (*hifz al-'aql*), selaras

dengan misi pembinaan keagamaan di era digital. Resiliensi spiritual yang dibangun Al-Qur'an bukan sekadar tahan banting dalam tekanan, tetapi juga mencakup kemampuan berpikir kritis, berintegritas, dan memelihara makna hidup dengan kesadaran transendental (Shihab, 2007).

Dengan demikian, tafsir tematik terhadap ayat-ayat resiliensi spiritual menegaskan bahwa Al-Qur'an menyediakan fondasi untuk membentuk generasi yang tangguh secara batin, kokoh dalam prinsip, dan fleksibel dalam pendekatan. Ketahanan spiritual bukan hanya soal sabar, tapi juga tentang makna, arah, dan keterhubungan eksistensial dengan Allah. Konteks digital menuntut tafsir yang komunikatif, aplikatif, dan mampu menyentuh ruang batin Generasi Z. Penelitian ini menegaskan bahwa tafsir Al-Qur'an, jika dikontekstualisasikan dengan baik, tetap menjadi rujukan utama dalam membangun spiritualitas yang adaptif dan transformatif.

Ayat-Ayat Al-Qur'an tentang Ketahanan Spiritual Generasi Z: Analisis Kontekstual dan Tafsir Komparatif

1. QS. Ar-Ra'd [13]: 28, Dzikir sebagai Regulasi Emosi dan Spiritualitas

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطَمِّنُ فُلُوْجُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ إِلَّا يَنْكِرُ اللَّهُ تَعَظِّمُ الْمُنْكُرُ ۚ ۲۸ (الرَّسُد / ۱۳)

"(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram." (QS. Ar-Ra'd/13:28)

Ayat tersebut menyatakan bahwa "dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram." Ayat ini menegaskan bahwa dzikir bukan hanya ritual verbal, tetapi merupakan pengalaman spiritual mendalam yang memberikan ketenangan eksistensial. Dalam konteks krisis identitas digital, ayat ini menjadi fondasi bagi Generasi Z untuk membangun kesadaran transendental di tengah disrupsi informasi. Penafsiran Quraish Shihab dalam *Tafsir al-Misbah* menekankan bahwa dzikir dapat menjadi jangkar spiritual dalam menghadapi ketegangan psikologis era digital (Shihab, 2002, hlm. 599).

Spiritualitas yang dibangun atas dasar dzikir akan menguatkan ketahanan batin dan menghindarkan dari kekosongan nilai. Sementara itu dalam *Tafsir al-Qur'an al-Adzim* menafsirkan dzikir secara lebih literal sebagai pembacaan ayat, pujiannya kepada Allah, dan amal shaleh, dengan efek ketenteraman iman dan amal (Kathir, 2000). Perbedaan semacam ini menegaskan bahwa pada tafsir klasik lebih menekankan aspek amal lahiriah, sementara pada tafsir kontemporer seperti Quraish Shihab

menggarisbawahi dimensi psikologis dan spiritual yang relevan untuk disrupsi masa kini.

Dalam konteks keberagamaan Generasi Z, dzikir tidak cukup dimaknai sebagai aktivitas spiritual verbal yang bersifat normatif, tetapi sebagai mekanisme spiritual kontemplatif yang menjawab kebutuhan emosional dan eksistensial mereka di era disrupsi digital. Generasi Z hidup dalam lingkungan algoritmik yang sarat distraksi, validasi sosial semu, dan kekosongan makna akibat paparan konten instan. Dalam situasi ini, dzikir sebagai "penyebutan berkesadaran terhadap Allah" menawarkan ruang keheningan batin dan keteguhan diri yang dapat menstabilkan fluktuasi psikologis mereka. Dzikir menjadi bentuk emotional regulation dan spiritual anchoring yang tidak hanya meredam kecemasan digital (digital anxiety), tetapi juga menjadi benteng terhadap fragmentasi identitas yang ditimbulkan oleh kehidupan daring yang hiperaktif dan superficial. Maka, dalam kerangka resiliensi spiritual, dzikir adalah respons Qur'ani terhadap alienasi modern dan spiritualitas artifisial yang banyak dialami oleh pemuda muslim di era digital.

2. QS. Al-Baqarah [2]: 2, Al-Qur'an sebagai Otoritas Nilai dalam Disrupsi Digital

ذلِكَ الْكِتَابُ لَا رَبَّ لَهُ فِيهِ هُدًى لِّلْمُتَّقِينَ ۚ (البقرة/٢:٢)

"Kitab (Al-Qur'an) ini tidak ada keraguan di dalamnya; (ia merupakan) petunjuk bagi orang-orang yang bertakwa," (QS. Al-Baqarah/2:2)

Ayat ini menegaskan bahwa Al-Qur'an adalah petunjuk bagi orang bertakwa. Ayat ini penting untuk menegaskan bahwa sumber nilai dan moralitas Generasi Z tidak boleh ditentukan oleh algoritma atau narasi populer di media sosial, tetapi oleh wahyu yang otentik. Ketika narasi keagamaan digital penuh distorsi dan bias, otoritas teks suci menjadi sumber stabilitas identitas. Dalam hal ini, Al-Qur'an berfungsi sebagai ethical compass untuk menavigasi kebingungan moral digital.

Menurut Quraish Shihab ayat ini sebagai jaminan dan otentisitas pesan ilahi, yang sekaligus berfungsi sebagai penuntun dalam mencari kebenaran sejati di tengah kebingungan informasi (Shihab, 2005). Sebaliknya, tafsir klasik seperti Ibn Katsir lebih menekankan aspek *lā rayba fīhī* sebagai penegasan kebenaran mutlak dan jaminan kemurnian teks wahyu, tanpa keraguan sedikitpun. Ia mengutip sejumlah hadits untuk

menunjukkan keagungan Al-Qur'an sebagai petunjuk bagi setiap umat, sepanjang mereka bersikap takwa dan taat (Ibn Katsir, 2000).

3. QS. Al-Isrā' [17]: 36, Tabayyun sebagai Filter Informasi dan Literasi Digital

وَلَا تُفْفُتْ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ لَاَنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادُ كُلُّهُ أُولَئِكَ كَانُوا عَنْهُ مَسْأُولًا
٣٦ (الاسراء/١٧)

"Janganlah engkau mengikuti sesuatu yang tidak kauketahui. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan, dan hati nurani, semua itu akan diminta pertanggungjawabannya." (QS. Al-Isra'/17:36)

Ayat diatas memerintahkan agar tidak mengikuti sesuatu yang tidak memiliki dasar pengetahuan. Ayat ini memberikan pedoman epistemologis yang sangat penting di era post-truth dan hoax digital. Dalam dunia di mana Generasi Z kerap menyerap narasi keagamaan tanpa verifikasi, ayat ini menjadi prinsip etis untuk membangun resiliensi spiritual berbasis ilmu. Ayat ini juga mendorong kemampuan *critical spirituality* yang memadukan iman dengan nalar, sebagaimana ditegaskan oleh Nasr (2021) bahwa Islam menuntut integrasi antara wahyu dan akal dalam membentuk karakter religius.

Buya Hamka menghubungkan ayat ini dengan pentingnya kebebasan berpikir, penggunaan akal sehat, dan tanggung jawab epistemik dalam Islam. Baginya pendengaran, penglihatan, dan hati bukan sekedar alat, tetapi modal etik untuk memperoleh kebenaran, mengikuti sesuatu tanpa ilmu adalah cerminan kejumudan intelektual, yang ditolak keras oleh Islam (Hamka, 1984, Hlm. 101). Tafsir ini sangat kontekstual, mengingat Generasi Z sering terpapar narasi agama di media sosial tanpa verifikasi. Dalam tafsir klasik seperti *al-Tabari*, ayat ini dimaknai sebagai perintah untuk menggunakan akal, pendengaran, dan penglihatan secara bertanggung jawab, mencakup prinsip pertanggungjawaban moral (Shakir, t.t., hlm. 197)

4. QS. Ash-Shams [91]: 9–10, *Tazkiyatun Nafs* sebagai Disiplin Diri Spiritual

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ رَكِّبَهَا ٩ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّهَا ١٠ (الشمس/٩١:٩-١٠)

"Sungguh beruntung orang yang menyucikannya (jiwa itu) dan sungguh rugi orang yang mengotorinya." (QS. Asy-Syams/91:9-10)

Ayat diatas menyatakan bahwa beruntunglah orang yang menyucikan jiwanya dan celakalah yang mengotorinya. *Tazkiyat al-nafs* menjadi fondasi penting dalam membangun ketahanan spiritual, terutama dalam menghadapi polusi nilai digital. Dalam konteks Generasi Z, ayat ini

mengajarkan bahwa keberagamaan bukan soal simbol, tetapi proses pembentukan jiwa yang bersih, konsisten, dan reflektif. Tafsir kontemporer menekankan bahwa penyucian diri adalah jalan untuk membentuk spiritualitas yang matang, jauh dari ekspresi religius yang performatif.

Quraish Shihab menekankan bahwa ayat ini mengandung prinsip pendidikan jiwa, yaitu kesadaran untuk membersihkan jiwa dari penyakit seperti egoisme, riya, dan hedonisme (Shihab, 2002, hlm. 298). Dalam tafsir sufistik, al-Ghazali memaknai *tazkiyah* sebagai proses *riyadhah nafs* (latihan spiritual) untuk mengalahkan hawa nafsu demi mencapai maqam ruhani yang stabil (Al-Ghazali, 2005). Tafsir sufistik ini memperluas makna *tazkiyah* menjadi disiplin spiritual jangka panjang, yang sangat relevan sebagai "detoks digital" bagi Generasi Z di tengah paparan konten instan dan berisiko merusak stabilitas moral.

5. QS. Al-Insyirah [94]: 5–6, Optimisme Iman dan Spiritualitas Terapeutik

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرٌۤ وَإِنَّ مَعَ الْأَغْرِيِّ يُشْرِقُۤ ۚ (الشح/٩٤ : ٦-٥)

"Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan." (QS. Asy-Syarh/94:5-6)

"*Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan,*" mengandung nilai-nilai terapeutik dalam menghadapi tekanan psikologis. Ayat ini penting bagi Generasi Z yang sering menghadapi burnout, alienasi, dan krisis makna akibat tekanan sosial media. Tafsir psikologis Qur'ani menafsirkan ayat ini sebagai bentuk spiritual encouragement dalam menghadapi dinamika zaman. Al-Qur'an tidak memisahkan antara dimensi spiritual dan psikologis, tetapi menghadirkannya sebagai kesatuan untuk membangun ketahanan holistik dalam menghadapi realitas (An'am, 2024, hlm. 58).

Quraish Shihab menafsirkan ayat ini sebagai afirmasi psikologis bahwa setiap tekanan batin adalah pintu untuk pertumbuhan spiritual (Shihab, 2002). Dalam pendekatan kontemporer, ayat ini digunakan dalam teori spiritual untuk anak muda yang mengalami kecemasan digital (Setiawan, 2021). Sementara itu menurut al-Razi, pengulangan ini menunjukkan bahwa rahmat Allah selalu lebih dominan dari ujian-Nya, yang mempertegas prinsip harapan dalam iman (Al-Razi, 2000). Pada tafsir klasik memberi nuansa ketuhanan sementara tafsir modern menekankan fungsi terapeutik. Ini relevan bagi Generasi Z yang membutuhkan spiritualitas yang menenangkan dan adaptif.

6. QS. Luqman [31]: 17, Keteguhan dan Tanggung Jawab Spiritual di Tengah Disrupsi

يُبَيِّنَ أَقِيمَ الصَّلَاةُ وَأَمْرٌ بِالْمُعْرُوفِ وَإِنَّهُ عَنِ الْمُنْكَرِ وَاصْبِرْ عَلَىٰ مَا أَصَابَكُ إِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأَمْوَارِ

"Wahai anakku, tegakkanlah salat dan suruhlah (manusia) berbuat yang makruf dan cegahlah (mereka) dari yang mungkar serta bersabarlah terhadap apa yang menimpamu. Sesungguhnya yang demikian itu termasuk urusan yang (harus) diutamakan." (QS. Luqman/31:17)

Ayat tersebut berisi nasihat agar menegakkan salat, menyuruh kepada kebaikan, dan bersabar terhadap apa yang menimpa. Ayat ini mencerminkan pentingnya komitmen religius dalam menjalani kehidupan yang fluktuatif. Dalam Tafsir al-Misbah, Shihab menyatakan bahwa ayat ini mengajarkan integritas spiritual dan ketangguhan sosial. Nilai istiqamah, sabar, dan amar ma'ruf menjadi kekuatan spiritual yang sangat relevan dalam membentuk karakter religius Gen Z yang stabil meski berada dalam kultur digital yang labil (Rofidah & Thobroni, 2024, hlm. 107–108).

Tafsir Quraish Shihab menekankan bahwa shalat bukan hanya ritual, tetapi pilar kesadaran transdental. Amar ma'ruf dan nahi munkar adalah wujud keberagaman sosial yang aktif, bukan pasif atau ekslusif (Shihab, 2002, hlm. 57). Sabar dalam hal ini bukan berarti pasrah, tetapi daya tshn bagi Gen Z yang sering mengalami perundangan digital saat menyuarakan nilai-nilai spiritualitas.

Sementara itu, tafsir klasik al-Tabari menekankan dimensi etika ketaatan dari nasihat Luqman ini, sebagai manifestasi ketakwaan seorang ayah kepada anaknya. Ia tidak menyentuh secara mendalam aspek sosial-kontekstual, tetapi lebih kepada penegakkan amar ma'ruf sebagai kewajiban syar'i (al-Tabari, 2000, hlm. 225–226). Dari perbandingan ini terlihat bahwa tafsir kontemporer membuka ruang refleksi sosial yang lebih luas, sehingga ayat ini dapat dibaca sebagai panduan pembentukan identitas religius yang aktif, komunikatif, dan tangguh secara spiritual.

7. QS. Fussilat [41]: 30, Istiqamah sebagai Stabilitas Identitas Keagamaan

كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ٣٠ (فصْلٍ ٤ : ٣٠) إِنَّ الَّذِينَ قَاتَلُوا رَبِّنَا اللَّهَ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَنَزَّلَ عَلَيْهِمُ الْمَلِكَةُ أَلَا تَخَافُوا وَلَا تُحْزِنُوا وَأَبْشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي

"Sesungguhnya orang-orang yang berkata, "Tuhan kami adalah Allah," kemudian tetap (dalam pendiriannya), akan turun malaikat-

malaikat kepada mereka (seraya berkata), "Janganlah kamu takut dan bersedih hati serta bergembiralah dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan kepadamu." (Fussilat/41:30)

Pada ayat diatas menegaskan bahwa orang-orang yang beristiqamah akan mendapat keteguhan dari malaikat. Dalam konteks ini, istiqamah dipahami sebagai konsistensi dalam nilai dan spiritualitas, yang menjadi modal penting dalam menghadapi relativisme identitas digital. Tafsir kontekstual atas ayat ini menunjukkan bahwa stabilitas spiritual memerlukan usaha sadar dan komitmen mendalam terhadap nilai tauhid (Shihab, 2002, hlm. 512). Ayat ini sekaligus mengafirmasi bahwa keteguhan dalam spiritualitas akan membawa ketenangan, kekuatan, dan keberanian menghadapi tekanan zaman. Bagi Generasi Z, yang sering mengalami fluktuasi spiritual akibat paparan konten, pergaulan global, dan tekanan eksistensial, istiqamah adalah pondasi konsistensi nilai yang harus dijaga dan dilatih terus-menerus.

Sebaliknya, Ibn Katsir menafsirkan istiqamah sebagai keteguhan dalam bertauhid, menjauhi syirik, dan menjaga konsistensi amal shalih hingga wafat (Alvansyah dkk., 2017, hlm. 155–156). Dalam tafsir sufi, seperti al-Qushairi, istiqamah adlaah maqam spiritual yang lebih tinggi dari karamah, karena menunjukkan stabilitas ruhani yang lebih langka daripada sekedar pengalaman luar biasa (al-Qushairi, t.t.).

Untuk megintegrasikan pembacaan tematik terhadap ayat-ayat Al-Qur'an dalam penelitian ini, berikut disajikan tabel klasifikasi tematik yang merangkum hubungan antar ayat, nilai spiritual umum, fungsi teologis-psikiologis, serta relevansi kontekstualnya.

No .	Surah Al-Qur'an	Nilai Spiritual	Tafsir Klasik	Tafsir Kontemporer	Konteks Relevansi bagi Gen z
1	QS. Ar-Ra'd [13]: 28	Dzikir dan ketenangan batin	Dzikir sebagai amalan lisan yang membawa pahala dan ketenteraman (Ibn Katsir)	Dzikir sebagai kesadaran eksistensial dan spiritual anchoring (Shihab)	Memberikan ketenangan hati dan stabilitas jiwa di tengah kecemasan digital.

2	QS. Al-Baqarah [2]: 2	Petunjuk Hidup Otoritas Nilai	Al-Qur'an sebagai hujjah mutlak bagi orang bertakwa	Al-Qur'an sebagai kompar moral di tengah relativisme nilai (Shihab)	Menjadi sumber rujukan nilai dalam menghadapi relativisme media sosial.
3	QS. Al-Isrā' [17]: 36	Tabayyun (verifikasi)	Gunakan akal dan pancaindera secara bertanggung jawab (al-Tabari)	Melarang taklid buta dan peniruan tanpa ilmu. (Hamka)	Mengarahkan untuk selektif terhadap informasi keagamaan di ruang digital.
4	QS. Ash-Shams [91]: 9–10	<i>Tazkiyatun Nafs</i>	Penyucian jiwa dari dosa dan hawa nafsu (Ibn Katsir)	Proses pendidikan spiritual yang terus-menerus (Shihab) Maqam ruhani (al-Ghazali)	Mengembangkan disiplin spiritual agar tidak hanyut dalam eksistensi semu digital.
5	QS. Al-Insyirah [94]: 5–6	Sabar dan Optimisme Iman	Kesabaran sebagai ketundukan terhadap takdir dan ujian (al-Razi)	Optimisme spiritual yang aktif untuk bangkit dari keterpurukan (Shihab)	Memberi penguatan psikologis saat mengalami tekanan atau krisis identitas.
6	QS. Luqma'n [31]: 17	Keteguhan dan Tanggung Jawab	Amar ma'ruf sebagai kewajiban syar'i untuk dakwah dan kebaikan (al-Tabari)	Pembentukan karakter religius, tangguh secara spiritual dan	Mendorong konsistensi nilai dan tanggung jawab religius di ruang publik digital.

				sosial (Shihab)	
7	QS. Fussilat [41]: 30	Istiqamah	Keteguhan dalam tauhid dan amal shaleh hingga akhir hayat (Ibn Katsir)	Istiqamah sebagai stabilitas iman dan spiritualitas jangka panjang (Shihab) Maqam mulia (al- Qushairi)	Menumbuhkan konsistensi iman dalam menghadapi tnatangan nilai- nilai baru.

Nilai-nilai spiritual yang diklasifikasikan dalam tabel di atas menunjukkan keterhubungan sistematik antar ayat-ayat Al-Qur'an yang menyusun kerangka resiliensi spiritual secara menyeluruh. Masing-masing ayat tidak berdiri secara terpisah, melainkan membentuk satu jejaringan makna ayat yang saling memperkuat. Secara tematik, struktur nilai-nilai tersebut membentuk kerangka coping spiritual Qur'ani yang memiliki tiga lapis utama:

1. Resiliensi kognitif, melalui nilai seperti tabayyun (QS. Al-Isra' ayat 36) dan kompas moral (QS. Al-Baqarah ayat 2), yang membekali Gen Z untuk berpikir kritis terhadap informasi keagamaan.
2. Resiliensi emosional, melalui dzikir (QS. Ar-Ra'd ayat 28) dan optimisme iman (QS. Al-Insyirah ayat 5-6), yang meredam gejolak batin.
3. Resiliensi eksistensial, melalui tanggung jawab spiritual (QS. Luqman ayat 17) dan istiqamah (QS. Fussilat ayat 30), yang memperkuat identitas keagamaan yang stabil dan berkelanjutan.

Al-Qur'an bukanlah konsep tunggal yang kaku, melainkan struktur nilai yang hidup dan kontekstual, mampu menyesuaikan dengan zaman. Tafsir terhadap ayat-ayat tersebut, ketika dianalisis secara tematik dan dikaitkan dengan konteks keberagaman Generasi Z, menghasilkan wawasan baru bahwa spiritualitas tidak harus ekslusif, tetapi dapat dikembangkan dalam kesadaran kolektif digital.

Relevansi Penafsiran terhadap Pembinaan Spiritualitas Gen Z di Era Digital

Di era digital yang ditandai oleh banjir informasi, fragmentasi nilai, dan krisis otoritas religius, penafsiran Al-Qur'an tidak lagi cukup diposisikan sebagai wacana teoretis belaka. Tafsir harus menjadi instrumen pembinaan spiritual yang komunikatif, kontekstual, dan empatik terhadap dinamika batin Generasi Z. Dalam konteks ini, Al-Qur'an bukan hanya teks suci normatif, tetapi sumber daya spiritual yang adaptif terhadap perubahan zaman. Oleh sebab itu, pendekatan tafsir harus diintegrasikan dalam program pembinaan religius yang menyasar kesadaran reflektif, bukan sekadar dogmatis.

Pendekatan tematik (*maudhu'i*) dalam penafsiran Al-Qur'an sangat efektif dalam menyusun narasi spiritual yang menjawab kecemasan kontemporer. Misalnya, QS. Ar-Ra'd [13]: 28 yang mengangkat pentingnya dzikir sebagai penenang jiwa ditafsirkan Quraish Shihab sebagai bentuk kesadaran eksistensial, bukan sekadar ritual lisan. Tafsir semacam ini relevan bagi Gen Z yang mengalami kegelisahan akibat tekanan performativitas media sosial (Shihab, 2002). Tafsir bertindak sebagai jembatan antara teks dan eksistensi, antara ayat dan pengalaman psiko-spiritual masa kini.

Penafsiran berbasis *maqāṣid al-sharī'ah* menjadi solusi strategis dalam membina spiritualitas Gen Z. Nilai-nilai seperti perlindungan agama (*hifz al-dīn*), akal (*hifz al-'aql*), dan jiwa (*hifz al-nafs*) sangat relevan untuk merancang kurikulum keagamaan berbasis pembentukan karakter dan ketahanan moral. Dalam kerangka ini, tafsir bukan hanya menjelaskan makna literal, tetapi menuntun kepada orientasi nilai (*value-based interpretation*) yang mampu membentuk kesadaran spiritual yang dewasa dan reflektif di tengah gempuran relativisme nilai digital (Jannah & Sholeh, 2021, hlm. 53).

Metode tafsir psikologis juga memberikan pendekatan edukatif terhadap pembinaan jiwa. QS. Al-Insyirah [94]: 5–6 menunjukkan bahwa ketenangan batin adalah buah dari spiritual resilience. Ayat ini memberi landasan untuk terapi ruhaniah di tengah kelelahan eksistensial dan burnout digital. Bagi Generasi Z yang menghadapi burnout digital dan kelelahan eksistensial akibat tekanan sosial media dan overload informasi, pesan ayat ini menanamkan harapan spiritual bahwa keterpurukan tidak final. *Al-'Usr* (kesempitan) dan *Yusr* (kelapangan) hadir bersamaan, bukan berturut-turut, yang menunjukkan pentingnya mindset resilien berbasis iman. Penafsiran kontemporer terhadap ayat ini membuka ruang kolaborasi antara tafsir dan psikologi dalam merancang pendekatan pembinaan yang multidisipliner dan relevan dengan dunia batin Generasi Z (Nashori & Saputro, 2020, hlm. 90).

Lebih lanjut, strategi digitalisasi tafsir menjadi faktor penting dalam menjangkau Generasi Z. Tafsir dalam bentuk video tematik, podcast, atau aplikasi Qur'an interaktif dapat menjembatani komunikasi spiritual antara teks dan audiens muda. Misalnya, komunitas tafsir daring seperti Tafsir Center atau YouTube Quraish Shihab mampu menyajikan penafsiran Qur'ani dalam gaya naratif dan visual yang lebih mudah diakses dan dicerna oleh Gen Z. Ini membuktikan bahwa bentuk penyampaian sangat menentukan efektivitas pembinaan spiritual digital native.

Selain media, substansi tafsir juga perlu mengangkat nilai-nilai spiritual yang aplikatif dalam keseharian, seperti kejujuran, keikhlasan, dan introspeksi. QS. Al-Insan [76]: 9 tentang beramal semata-mata karena Allah menjadi sangat signifikan dalam membina religiositas yang autentik, bukan performatif. Penafsiran ini menjadi kontra-narasi terhadap praktik keberagamaan yang hanya demi eksistensi sosial media. Dakwah dan pendidikan agama seharusnya lebih menekankan mengapa beragama daripada sekadar bagaimana beragama.

Dengan demikian, relevansi penafsiran Al-Qur'an dalam pembinaan spiritualitas Generasi Z terletak pada kemampuannya untuk menyentuh aspek kognitif, afektif, dan eksistensial secara serempak. Tafsir bukan lagi produk teks yang statis, tetapi praktik edukatif yang dinamis dan kontekstual. Dalam kerangka ini, tafsir berfungsi sebagai instrumen dakwah yang mampu membangun ketahanan spiritual, literasi keagamaan kritis, dan kedewasaan iman. Tafsir yang hidup adalah tafsir yang mampu menafsirkan realitas, bukan hanya teks.

No	Ayat	Nilai Qur'ani	Fungsi Psikospiritual	Masalah Psikososial Gen Z yang Dijawab
1	QS. Ar-Ra'd [13]: 28	Dzikir	<i>Emotional regulation</i>	Kecemasan digital, kehilangan makna, stres algoritmik
2	QS. Al-Baqarah [2]: 2	Huda (Petunjuk)	<i>Moral anchoring</i>	Relativisme nilai, krisis otoritas agama
3	QS. Al-Isrā' [17]: 36	Tabayyun	<i>Epistemic filter</i> dan <i>critical literacy</i>	Hoax agama, manipulasi informasi digital
4	QS. Ash-Shams [91]: 9-10	Tazkiyah (Penyucian Jiwa)	<i>Spiritual discipline</i> dan <i>self-purification</i>	Hedonisme, impulsif, identitas konsumtif

5	QS. Al-Insyirah [94]: 5–6	Sabar	<i>Copy mechanism</i>	Tekanan sosial, kelelahan eksistensial, burnout digital
6	QS. Luqman [31]: 17	Amar ma'ruf dan Shalat	<i>Spiritual leadership dan meaning</i>	Hilangnya tanggung jawab moral dan keagamaan
7	QS. Fussilat [41]: 30	Istiqamah	<i>Identity stability</i>	Krisis identitas religius, ketidakkonsistenan iman

Tabel diatas menunjukkan konstruksi tematik integratif dari ayat-ayat Al-Qur'an yang ditafsirkan dalam penelitian ini. Setiap ayat tidak hanya dimaknai dalam kerangka nilai-nilai spiritual Qur'ani, tetapi juga dihubungkan secara fungsional dengan kondisi psikososial Generasi Z. Misalnya, nilai dzikir dalam QS. Ar-Ra'd ayat 28 diartikulasikan sebagai regulasi emosional yang efektif untuk mengatasi kecemasan digital. Sementara nilai sabar dalam QS. Al-Insyirah ayat 5–6 difungsikan sebagai mekanisme coping terhadap tekanan eksistensial dan burnout media sosial. Dengan pendekatan ini, ayat-ayat tidak hanya dibahas secara fragmentatif, tetapi membentuk struktur tematik yang mendalam dan aplikatif dalam pembinaan resiliensi spiritual generasi muda.

Kesimpulan

Penelitian ini mengungkap bahwa krisis identitas keagamaan Generasi Z di era digital tidak hanya bersifat spiritual tetapi juga multidimensi: epistemologis, emosional, dan sosial. Disrupsi digital telah mereduksi peran otoritas keagamaan, membanjiri generasi ini dengan konten keislaman instan, dan menciptakan jurang antara ritual dan makna. Dalam situasi tersebut, tafsir tematik terhadap tujuh ayat Al-Qur'an menunjukkan bahwa nilai-nilai seperti dzikir (QS. Ar-Ra'd: 28), sabar (QS. Al-Insyirah: 5–6), istiqamah (QS. Fussilat: 30), hingga tabayyun (QS. Al-Isra': 36) memuat daya spiritual yang tidak hanya normatif, tetapi fungsional. Nilai-nilai ini membentuk struktur resiliensi spiritual yang mampu merespons fragmentasi identitas religius Gen Z secara Qur'ani.

Hasil penafsiran membuktikan bahwa Al-Qur'an memiliki kapasitas transformatif dalam membangun spiritualitas kontemporer jika dibaca melalui pendekatan tematik-kontekstual. QS. Al-Insyirah menjadi landasan Qur'ani untuk membangun optimisme iman dan ketangguhan psikologis, berfungsi sebagai bentuk terapi spiritual dalam menghadapi tekanan eksistensial dan burnout digital. QS. Ar-Ra'd tentang dzikir dipahami sebagai alat pengatur emosi

(emotional regulation) yang melawan kecemasan algoritmik. Nilai tabayyun dari QS. Al-Isra' menawarkan filter epistemik di tengah gelombang informasi palsu. Maka, setiap ayat tidak hanya berdiri sendiri, tetapi saling terhubung membentuk sistem nilai Qur'ani untuk resilensi generasi digital.

Secara akademik, penelitian ini memberikan kontribusi dalam dua aspek utama: metodologis dan tematik. Dari sisi metode, penelitian ini memperkuat pendekatan tafsir tematik (*tafsīr mawdū'i*) dengan prosedur sistematis: identifikasi tema, seleksi ayat, klasifikasi nilai, dan analisis multidisipliner. Dari sisi isi, penelitian ini menyusun kerangka tematik integratif yang mengelompokkan ayat-ayat berdasarkan nilai spiritual dan fungsi psikospiritualnya. Tabel kerangka tersebut menghadirkan relasi fungsional seperti: sabar sebagai coping mechanism, dzikir sebagai emotional anchoring, dan istiqamah sebagai stabilitas identitas. Model ini menawarkan cara pandang baru dalam memahami Al-Qur'an secara aplikatif untuk konteks keberagamaan generasi muda.

Implikasi praktis dari penelitian ini menyasar pembinaan spiritual Gen Z dalam pendidikan, dakwah digital, dan pengembangan psikologi Islam. Nilai-nilai Qur'ani yang ditemukan harus diterjemahkan menjadi kurikulum pembinaan iman yang kontekstual, bukan sekadar dogmatis. Komunitas keislaman digital dapat menjadikan tafsir-tematik sebagai dasar narasi dakwah yang lebih reflektif dan empatik. Guru, dai, dan psikolog Islam dapat mengembangkan modul pembinaan berbasis nilai Qur'ani fungsional yang menyeimbangkan antara kekuatan spiritual, rasionalitas, dan keseimbangan emosional dalam menghadapi tekanan zaman.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada ruang lingkup ayat yang masih bersifat normatif dan belum melibatkan data kualitatif etnografis dari Gen Z secara langsung. Selain itu, belum dianalisis bagaimana persepsi Gen Z terhadap tafsir-tafsir kontemporer yang beredar di platform digital. Penelitian lanjutan direkomendasikan untuk mengkaji respons nyata Gen Z terhadap strategi spiritual Qur'ani ini, serta eksplorasi lebih luas terhadap interaksi mereka dengan Al-Qur'an dalam konteks digitalisasi religi. Kajian ini juga dapat diperluas melalui pendekatan interdisipliner, menggabungkan tafsir, psikologi perkembangan remaja, dan studi media Islam.

Daftar Pustaka

- Alfina Rohmanina Arifah, Arsan Shanie, Nisa Nur Aprilia, & dkk. (2024). Peran Gen Z dalam Membawa Islam Moderat ke Kehidupan Masyarakat. *Jurnal Harmoni Nusa Bangsa*, 2(1), 149–157.
- Al-Ghazali (last). (2005). *Ihya 'Ullum al-Din* (Vol. 3). Dar al-Fikr.
- Ali Musthofa Asrori. (2023). *Tren Beragama di Medsos menurut Alvara Research Center*. NU Online. <https://nu.or.id/nasional/tren-beragama-di-medsos-menurut-alvaro-research-center-9WJ3C>
- al-Qushairi. (t.t.). *Risalah Qushairiyyah*. Dar al-Fikr.
- Al-Razi. (2000). *Tafsir al-Kabir*. Dar al-Fikr.
- al-Tabari. (2000). *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayat Al-Qur'an*. Muassasat al-Risalah.
- Arista, F. D., Elsa, Razzaq, A., & Nugraha, M. Y. (2025). Media Sosial Instagram Sebagai Komunikasi Dakwah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Agama Pada Gen Z. *NAAFI: JURNAL ILMIAH MAHASISWA*, 2(3).
- Buya Hamka. (1984). *Tafsir Al-Azhar*. Pustaka Panjimas.
- Delta Yaumin Nahri. (2021). Resiliensi Spiritual di Masa Pandemi Covid-19 Perspektif Al-Qur'an. *Proceedings of the 5th International Conference on Islamic Studies (ICONIS)*), 199–214.
- Derry Ahmad Rizal, Rif'atul Maula, & Nilna Idamatussilmi. (2024). Transformasi Media Sosial dalam Digitalisasi Agama: Media Dakwah dan Wisata Religi. *Mukaddimah: Jurnal Studi Islam*, 9(2), 206–230.
- Devi Rofidah Celine & Ahmad Yusam Thobroni. (2024). Nilai-Nilai Pendidikan Unggul Perspektif QS. Luqman Ayat 12-19. *Al-Fatih: Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 7(2).
- Fuad Nashori & Iswan Saputro. (2020). *Psikologi Resiliensi* (Cetakan 1). Universitas Islam Indonesia.
- Husnul Muttaqin. (2024). Pergeseran Otoritas Keagamaan di Ruang Publik Virtual X (Twitter). *The Sociology of Islam*, 7(1).
- Ibn Kathir. (2000). *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*. Dar Tayyibah.
- Iffah Al Wahidah. (2017). Tabayyun Di Era Generasi Millennial. *Jurnal Living Hadis*, 2(1).
- Ircham Alvansyah, Dahyal Afkar, & Tubagus Kesa Purwasandy (Ed.). (2017). *Tafsir Ibn Katsir* (Vol. 7). Maghfirah Pustaka.
- Ismail Zaky Al Fatih, Rachmatsah Adi Putera, & Zahri Hariman Umar. (2024). Peran Algoritma Media Sosial dalam Penyebaran Propaganda Politik Digital Menjelang Pemilu. *Jurnal Kajian Stratejik Ketahanan Nasional*, 7(1).

- Karim, R. I. (2020). *Kehidupan Beragama Generasi Z Dalam Era Digital (Studi Kasus Di Perumahan Purwokerto Indah (Purin) Kendal)* [Thesis]. UIN Walisongo.
- Khizan Ahmilul An'am. (2024). *Self Healing Dalam QS. Al-Insyirah* [Skripsi]. UIN Profesor K.H. Saifuddin Zuhri.
- Lasria Sinambela. (2024). Membongkar Algoritma: Studi Kualitatif Tentang Kesadaran Pengguna Terhadap Filter Bubble dan Echo Chamber. *Multiple: Journal of Global and Multidisciplinary*, 2(10), 3027–3032.
- Lucas Kim. (2023). The Echo chamber-driven Polarization on Social Media. *Journal of Student Research*, 12(4).
- M. Quraish Shihab. (2002b). *Tafsir al-Misbah: Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an* (Vol. 6). Lentera Hati.
- M. Quraish Shihab. (2002c). *Tafsir al-Misbah: Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an* (Vol. 13). Lentera Hati.
- M. Quraish Shihab. (2007). *Membumikan Al-Qur'an*. Mizan.
- M. Quraish Shihab. (2013). *Wawasan Al-Qur'an: Tafsir Tematik atas Pelbagai Persoalan Umat* (Cetakan 1). Mizan.
- Maarif Institute. (2022). *Laporan Riset: Potret Toleransi Remaja Muslim di Media Sosial*. Maarif Institute for Culture and Humanity.
- Miftahul Jannah & Moh. Jufriyadi Sholeh. (2021). Kebebasan Beragama dan Berbicara Dalam Bingkai Kajian Tafsir Nusantara. *Revelatia: Jurnal Ilmu Al-Qur'an and Tafsir*, 2(1).
- Mohammad Eisa Ruhullah & Thameem Ushama. (2025). Leadership in Islam: A Spiritual and Theological Doctrine. *Fikroh: Jurnal Pemikiran dan Pendidikan Islam*, 18(1).
- Muhammad Hudaeri. (2018). Sekularisme dan Deprivatisasi Agama di Era Kontemporer. *Aqlania*.
- Pew Research Center. (2023). *Religion and Spirituality in East Asia*.
- Quraish Shihab. (2005). *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Lentera Hati.
- Saifuddin Zuhri, Sela Halimatus Sakdiah, Farah Faizah, & dkk. (2024). Analisis Pengaruh Media Sosial dan Platform Digital Terhadap Pemahaman Agama Islam Di Kalangan Generasi Z. *Relinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia*, 3(2), 1–11.
- Septi Gumiandari, Abd Majid, Ilman Nafi'a, Safii, & Abas Hidayat. (2022). Islamic Resilience As Spiritual and Psychological Coping Strategies For Muslims During Covid-19 Pandemic. *Afkar Special Issue on Covid-19*.

- Setiawan, A. (2021). Tafsir Terapi dalam Resiliensi Generasi Digital. *Jurnal Psikologi Islami*, 6(1), 22–35.
- Shakir, A. (t.t.). *Jami' al-Bayan 'an Ta'wil Ayi Al-Qur'an*. Dar al-Fikr.
- Shihab, M. Q. (2002a). *Tafsir al-Misbah: Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an* (Vol. 12). Lentera Hati.
- Shihab, M. Q. (2002). *Tafsir al-Misbah: Pesan Kesan dan Keserasian Al-Qur'an* (Vol. 15). Lentera Hati.
- Subarno & Rivani. (2024). Upaya Pengembangan Diri (Self Improvement) dalam Meningkatkan Perilaku Islam Gen Z Melalui Konten Media Sosial Instagram Bagas Rais. *Esensi Pendidikan Inspiratif*, 6(2).
- Yunita Faela Nisa, M. Zaki Mubarok, Tati Rohayanti, & dkk. (2018). *GEN Z: Kegalauan Identitas Keagamaan*. PPIM UIN Jakarta.