

PENTINGNYA PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN SEBAGAI BENTENG PERTAHANAN ROHANI PESERTA DIDIK UNTUK MELAWAN *BRAIN ROT* DI ERA DIGITAL

Muharoma Chomsatul Farida^{1*}

¹STT Pelita Dunia

*Email: ruthfarida84@gmail.com

Submitted: 19 August 2025 | Accepted: 31 August 2025 | Published: 19 September 2025

Abstrak: *Brain rot* adalah istilah yang menggambarkan kemunduran kinerja kognitif yang disebabkan oleh paparan berkepanjangan terhadap konten yang tidak memiliki nilai konstruktif maupun makna yang mendalam. Fenomena ini semakin marak terjadi di kalangan peserta didik pada era digital. Peserta didik yang mengalami *Brain rot* sering menunjukkan tanda-tanda seperti penurunan kemampuan kognitif, degradasi moral, serta melemahnya kehidupan rohani. Kondisi semacam ini jelas bertentangan dengan nilai-nilai iman kristen sebab dapat merusak pola pikir, sikap dan perilaku peserta didik. dalam kerangka tersebut, Pendidikan Agama Kristen memegang peranan yang sangat penting sebagai pelindung rohani peserta didik. Fungsinya tidak hanya sebatas penyampaian pengetahuan Teologis, melainkan juga sebagai perisai terhadap dampak negatif perkembangan teknologi di era digital. Melalui Pendidikan Agama Kristen, peserta didik dibimbing untuk mengembangkan iman yang teguh, kepekaan moral, partisipasi aktif dalam persekutuan orang percaya serta kemampuan menemukan kebenaran sejati melalui pemahaman yang lebih mendalam akan firman Tuhan. Oleh karena itu, Pendidikan Agama Kristen memberikan landasan fundamental dalam membangun ketangguhan rohani peserta didik di tengah pengaruh budaya digital yang begitu luas, yang berpotensi merusak iman, mendistorsi cara berfikir dan melemahkan karakter moral peserta didik.

Kata Kunci : Pendidikan Agama Kristen, Pertahanan Rohani Peserta Didik, *Brain rot*.

Abstract: *Brain rot* is a term that describes the decline of cognitive performance caused by prolonged exposure to content that lacks constructive value or profound meaning. This phenomenon has increasingly emerged among learners in the digital era. Students experiencing *Brain rot* often display symptoms such as diminished cognitive abilities, moral degradation, and a weakened spiritual life. Such a condition clearly contradicts Christian faith values, as it can damage learners' ways of thinking, attitudes, and behaviors. Within this framework, Christian Religious Education (CRE) plays a vital role as a spiritual safeguard for students. Its function extends beyond the mere transmission of theological knowledge; it also serves as a shield against the negative impacts of technological developments in the digital era. Through Christian Religious Education (CRE), students are guided to develop steadfast faith, moral sensitivity, active participation in the fellowship of believers, and the ability to discover ultimate truth through a deeper understanding of God's Word. Therefore, Christian Religious Education (CRE) provides a fundamental foundation for nurturing students' spiritual resilience amidst the pervasive influence of digital culture, which has the potential to undermine faith, distort thinking patterns, and weaken learners' moral character.

Keywords: Christian Religious Education, Spiritual Resilience of Students, *Brain rot*.

PENDAHULUAN

Era digital telah menghadirkan perkembangan yang signifikan khususnya dalam bidang teknologi dan informasi.

Meski membawa banyak kemudahan, dibalik pesatnya arus digitalisasi juga tersebunyi ancaman serius terhadap kesehatan mental, moral dan integritas serta

kehidupan rohani peserta didik. Hanya dengan beberapa sentuhan jari saja, peserta didik dapat menjelajah jutaan data, artikel, video dan gambar dari berbagai belahan dunia. Kehadiran Google, YouTube, tiktok, instagram dan berbagai sosial media lainnya memang menyediakan berbagai informasi dan hiburan yang dibutuhkan oleh manusia, tetapi disisi lain ada bahaya yang dapat menghancurkan kehidupan peserta didik.

Dalam konteks pendidikan, Kemudahan dalam mengakses berbagai informasi melalui internet memberikan keuntungan bagi guru maupun peserta didik. Teknologi sangat menolong guru dalam memilih strategi dan media pembelajaran yang lebih variatif sehingga proses belajar-mengajar menjadi lebih menarik serta mampu meningkatkan motivasi belajar. Namun demikian, kemajuan teknologi ini juga menyimpan bahaya tersembunyi bagi peserta didik jika tidak bijak dalam menggunakannya.

Peserta didik yang tidak mampu mengendalikan diri dalam mengonsumsi berbagai konten di Youtube, google, sosial media maupun bermain game *online* intensitas berlebihan berisiko mengalami apa yang disebut *Brain rot*. Kondisi ini menggambarkan penurunan fungsi otak akibat terlalu sering mengakses konten yang kurang bermanfaat dalam jangka panjang. Dampaknya tidak hanya pada

penurunan kognitif, tetapi juga kemerosotan moral dan kerohanian. Fenomena *Brain rot* jelas bertentangan dengan nilai-nilai iman Kristiani karena secara perlahan dapat merusak pola pikir dan perilaku peserta didik. Dalam menghadapi situasi ini, Pendidikan Agama Kristen berperan sebagai benteng rohani yang melindungi peserta didik dari bahaya *Brain rot*.

Kehadiran Pendidikan Agama Kristen di sekolah tidak hanya sekedar memberikan pengetahuan Teologis saja tetapi juga menjadi perisai pertahanan rohani yang kokoh untuk mengantisipasi dampak negatif akibat kemajuan teknologi di era digital.

Apabila peserta didik berakar dalam iman yang kokoh, peserta didik tidak hanya mampu memilah setiap informasi yang diterima, tetapi juga tetap berdiri teguh ditengah derasny arus digitalisasi yang penuh tantangan. Dengan demikian, Pendidikan Agama Kristen bukan sekedar sarana transfer pengetahuan tetapi juga menjadi wadah penguatan spiritual dan mental yang efektif untuk melawan *Brain rot* di era digital. Pertanyaannya kemudian adalah: bagaimana strategi PAK dapat berfungsi nyata sebagai pertahanan rohani peserta didik dalam menghadapi fenomena tersebut? Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan Pentingnya Pendidikan Agama Kristen Sebagai perisai Pertahanan

rohani Peserta Didik dalam Melawan *Brain rot* di tengah perkembangan Era Digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena permasalahan yang dikaji lebih menekankan pada penelusuran, analisis dan interpretasi terhadap literatur yang relevan baik berupa buku, artikel jurnal, dokumen resmi maupun sumber akademik lainnya yang membahas fenomena *Brain rot* dan peranan Pendidikan Agama Kristen dalam menghadapi dampak budaya digital. Studi pustaka merupakan metode penelitian yang menitikberatkan pada pengumpulan data dan informasi dari berbagai literatur untuk dianalisis secara kritis dan sistematis.¹ Peneliti menelaah berbagai literatur tentang teori-teori Pendidikan Agama Kristen, konsep perkembangan teknologi digital, fenomena *Brain rot*, serta pendekatan pedagogis dalam membangun ketangguhan rohani peserta didik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengertian *Brain rot* Di Era Digital

Istilah “*Brain rot*” kini banyak digunakan oleh generasi Gen Z dan Gen Alpha. Dalam bahasa Inggris, kata “*brain*” berarti “otak”, sedangkan “*rot*” bermakna “*membusuk, lapuk atau mengalami pembusukan*”. Secara harfiah, istilah ini dapat diterjemahkan sebagai “pembusukan otak” atau “pelapukan fungsi otak”. Namun, makna tersebut lebih bersifat kiasan, yakni menggambarkan kondisi menurunnya kemampuan berfikir, konsentrasi dan kesadaran akibat terlalu sering mengonsumsi konten digital yang dangkal, membingungkan atau bersifat aditif. Dengan demikian, *Brain rot* mengacu pada kemerosotan kualitas berfikir yang terjadi karena paparan konten digital yang berlebihan dan aditif sehingga fungsi kognitif serta kesadaran seseorang mengalami penurunan.

Istilah *Brain rot* juga merujuk pada Kelelahan mental, hal ini terjadi ketika otak merasa lelah akibat stres yang terus menerus, terlalu banyak berfikir, atau kurang istirahat.² Sebagian masyarakat memahami istilah *Brain rot* sebagai “pembusukan otak”, yakni sebuah

¹ Mestika Zed, *Metode Penelitian Keputakaan* (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2008), 3-4.
[https://www.google.co.id/books/edition/Metode_Penelitian_Kepustakaan/zG9sDAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Kajian+literatur+diperlukan+dalam+me](https://www.google.co.id/books/edition/Metode_Penelitian_Kepustakaan/zG9sDAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Kajian+literatur+diperlukan+dalam+mePentingnya Pendidikan Agama Kristen Sebagai Benteng Pertahanan Rohani Peserta Didik untuk Melawan Brain)

mbahas+suatu+topik+secara+mendalam+dan+lengkap+sesuai+dengan+tujuan+dari+penelitian&prints ec=frontcover.

² Manisha Bugalia Jhajharia, *The Advanced Mindfit Method* (India: Shashwat Publication, 2025), 90.

ungkapan yang digunakan untuk menggambarkan penurunan kondisi mental, ketika fungsi kognitif seperti ingatan, konsentrasi dan kejernihan berfikir mengalami gangguan.³

Dari perspektif *neuropsikologis*, istilah *Brain rot* tidak dipahami sebagai gangguan otak secara medis, melainkan dipakai sebagai metafora untuk menjelaskan melemahnya fungsi kognitif. Otak manusia memiliki kemampuan *neuroplastisitas*, yaitu daya untuk beradaptasi sekaligus membangun koneksi sinapsis baru melalui pengalaman dan rutinitas yang dilakukan. Ketika seseorang terlalu sering terpapar konten singkat, instan dan bersifat hiburan semata (seperti video pendek) maka jalur saraf yang terbentuk lebih cenderung mendukung kebiasaan *shallow processing* (pemrosesan informasi secara dangkal), dan konsekuensinya antara lain: kesulitan dalam memfokuskan perhatian dalam rentang waktu panjang, kesulitan dalam merumuskan argumen secara runtut dan logis, kesulitan melakukan refleksi yang mendalam.⁴

Oxford word of the year mendefinisikan istilah *Brain rot* sebagai

penurunan fungsi kognitif yang terjadi akibat terlalu sering mengonsumsi konten *online* yang berkualitas rendah.⁵ Dampaknya, seseorang sering merasa lelah dan kehilangan motivasi setelah menjelajah di internet. Namun sejatinya, istilah *Brain rot* sudah dikenal jauh sebelum era internet. Catatan tentang istilah *Brain rot* sudah muncul sejak tahun 1854 dalam tulisan Henry David Thoreau, yang menyoroti kebiasaan masyarakat pada zamannya yang lebih menyukai konten dangkal. Bagi Henry David Thoreau, kebiasaan tersebut mencerminkan kemerosotan kondisi mental dan intelektual seseorang.⁶

Setiap orang berpotensi mengalami *Brain rot* apabila tidak mampu mengendalikan diri dalam menggunakan internet. Waktu yang berlebihan untuk mengonsumsi berbagai konten hiburan, baik di *youtube* maupun media sosial lainnya dapat memicu munculnya kondisi ini. Peserta didik yang mengalami *Brain rot* umumnya memperlihatkan beberapa tanda, antara lain: lebih senang menghabiskan waktu untuk *scrolling* media sosial di manapun dan kapanpun, menunjukkan kecanduan terhadap gawai, mengalami gangguan tidur (*insomnia*) serta merasakan

³ Jhahjaria,91.

⁴ Norman Doidge, *The Brain That Changes Itself* (New York: Penguin, 2007), 45-46.

⁵ Oxford University Press, "Brain Rot Named Oxford Word of the Year 2024," n.d., <https://corp.oup.com/news/brain-rot-named-oxford-word-of-the-year-2024>.

⁶ Alodokter, "'Brain Rot, Lemah Otak Akibat Kecanduan Gadget'," accessed June 29, 2025, <https://www.halodoc.com/artikel/brain-rot-akibat-kecanduan-gadget-ini-fakta-yang-perlu-diketahui>.

kelelahan pada mata dan sakit kepala setelah menggunakan perangkat digital.

Di era digital ini generasi muda khususnya anak-anak, merupakan kelompok yang sangat rentan mengalami *Brain rot*. Kerentanan ini umumnya disebabkan oleh lemahnya pengawasan serta kontrol orang tua terhadap kebiasaan dan perilaku anak dalam menggunakan gawai. Kondisi *Brain rot* sangat berbahaya karena dapat menurunkan kualitas fungsi otak. *Brain rot* menyebabkan peserta didik menjadi malas belajar, sulit berkonsentrasi, serta mengalami kemerosotan dalam aspek moral maupun kerohanian.

Brain rot dapat diibaratkan seperti sebuah “virus” yang perlahan-lahan merusak kualitas generasi muda Kristen, karena mampu mengubah cara berfikir, bersikap dan berperilaku. Kondisi ini membuat peserta didik kehilangan fokus dalam beribadah, berdoa, maupun saat mendengarkan pengajaran firman Tuhan. Pengaruh *Brain rot* bekerja secara halus, sistematis, dan seringkali tidak disadari oleh orang yang mengalaminya. Akibatnya, peserta didik semakin menjauh dari nilai-nilai rohani dan kebenaran firman Tuhan karena pikirannya dipenuhi oleh hal-hal yang bersifat duniawi. Hal ini selaras dengan Firman, Roma 8: 5-6 TB “*Sebab*

mereka yang hidup menurut daging,, memikirkan hal-hal yang dari daging; mereka yang hidup menurut Roh, memikirkan hal-hal yang dari Roh. Karena keinginan daging adalah maut, tetapi keinginan Roh adalah hidup dan damai sejahtera.” Ayat ini menegaskan bahwa pikiran yang terikat dengan hal-hal duniawi (kedagingan) akan membawa kepada kematian rohani, sedangkan pikiran yang dipimpin oleh Roh akan menghasilkan kehidupan dan damai sejahtera. Pendidikan Agama Kristen harus menjadi benteng rohani untuk menyelamatkan peserta didik dari fenomena *Brain rot*.

B. Faktor-Faktor Penyebab *Brain rot* pada peserta didik

1. Kecanduan Teknologi

Teknologi kini telah melekat erat dalam kehidupan manusia. Namun demikian. Pemanfaatan yang berlebihan berpotensi menimbulkan ketergantungan yang merusak kecerdasan kognitif, emosional dan spiritual peserta didik. berbagai *platform* seperti TikTok dan *Instagram Reels* menyajikan tayangan visual secara instan yang mampu merangsang dopamin, tetapi sesungguhnya kurang memberikan nilai edukatif yang mendalam.⁷ Konsumsi berbagai konten

⁷ Christian Montag and Sarah Diefenbach, “Towards Homo Digitalis: Important Research

Pentingnya Pendidikan Agama Kristen Sebagai Benteng Pertahanan Rohani Peserta Didik untuk Melawan *Brain Rot* di Era Digital | 267

Issues for Psychology and the Neurosciences at the Dawn of the Internet of Things and the Digital

instan dapat menimbulkan kecanduan, sebab otak terbiasa memperoleh kepuasan seketika dan kehilangan kemampuan bertahan dalam aktivitas kognitif yang menuntut fokus mendalam. Riset *neurosains* mengungkap bahwa paparan berulang terhadap konten instan berpotensi mengganggu fungsi *hippocampus* yakni bagian otak yang berperan penting dalam proses belajar dan penyimpanan memori jangka panjang.⁸ Kebiasaan mengonsumsi konten instan juga turut memicu terjadinya *attention residue* yaitu kondisi ketika bagian perhatian tertinggal dari satu konten ke konten lainnya tanpa pernah benar-benar terselesaikan sehingga menimbulkan kelelahan pada otak.

2. Melakukan banyak aktivitas secara bersamaan dan berlebihan (*Multitasking*)

Kebiasaan dalam melakukan banyak aktivitas secara bersamaan dan berlebihan (*multitasking*) menjadi salah satu penyebab terjadinya *brainrot*. Perilaku menonton video atau bermain *games online* membuat otak terbiasa pada stimulus dangkal dan memperlemah konsentrasi jangka panjang.⁹ Kebiasaan belajar sambil

bermain sosial media atau bermain game dapat menurunkan kemampuan konsentrasi. Dalam konteks ini, melakukan banyak aktivitas secara bersamaan dan berlebihan (*multitasking*) sebenarnya bukanlah aktivitas yang benar-benar efektif, karena otak manusia tidak diciptakan untuk fokus pada banyak hal sekaligus. Saat seseorang berganti dari satu pekerjaan ke pekerjaan lain secara cepat, yang terjadi sesungguhnya adalah *task-Switching*, bukan *multitasking*. Proses tersebut justru menguras energi mental, mengurangi efektivitas kerja, serta meningkatkan resiko kelelahan mental dan stres berkepanjangan. Jika berlangsung terus-menerus, kebiasaan ini bisa merusak fungsi *prefrontal cortex*, yaitu bagian otak yang berperan penting dalam konsentrasi, pengambilan keputusan dan pengendalian diri. Akibatnya, peserta didik menjadi lebih sulit berkonsentrasi, mudah lupa, kehilangan motivasi, bahkan bergantung pada rangsangan digital (kecanduan digital).

3. Minimnya Keterlibatan Dalam Proses Kognitif Yang Mendalam.

Society,” *Sustainability (Switzerland)* 10, no. 2 (2018), <https://doi.org/10.3390/su10020415>.

⁸ Gary Small and Gigi Vorgan, *IBrain: Surviving the Technological Alteration of the Modern Mind* (New York: Harpe, 2009).

⁹ Eyal Ophir, Clifford Nass, and Anthony D. Wagner, “Cognitive Control in Media Multitaskers,” *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 106, no. 37 (2009): 15583–87, <https://doi.org/10.1073/pnas.0903620106>.

Kemajuan teknologi digital telah membawa perubahan yang signifikan dalam pola belajar, tetapi disisi lain juga memunculkan tantangan baru, salah satunya adalah fenomena *Brain rot*. Kondisi ini membuat peserta didik mengalami penurunan konsentrasi, fokus, serta kemampuan berfikir kritis akibat terlalu sering terpapar konten hiburan yang serba cepat, dangkal, dan berlebihan saat proses belajar berlangsung. Waktu yang semestinya digunakan untuk membaca, berdiskusi atau mengerjakan tugas-tugas analitis justru tergantikan oleh konsumsi hiburan yang kurang edukatif dan minim manfaat. Fenomena tersebut menjadi hambatan serius yang mengganggu kemampuan berfikir mendalam peserta didik. ketergantungan pada gawai dan media digital khususnya ketika digunakan pada malam hari berpotensi menurunkan kualitas tidur. Dampaknya terlihat pada melemahnya daya fokus dan fungsi kognitif, menurunnya kemampuan dalam memahami materi secara komprehensif, berkurangnya ketahanan belajar dan rendahnya efektivitas dalam menyelesaikan tugas akademik.

C. Dampak Fenomena *Brain rot* Bagi Peserta Didik

a. Merosotnya Kemampuan Kognitif.

Aktifitas *scrolling* yang terus-menerus dalam mengakses konten digital dalam waktu lama akan menyebabkan otak terbiasa dengan rangsangan instan sehingga kemampuan konsentrasi dan fokus berkurang. Kondisi ini berakibat pada menurunnya kemampuan konsentrasi dan fokus. Akibatnya, peserta didik sulit bertahan dalam tugas-tugas kognitif berat misalnya membaca buku pelajaran.

Dalam bukunya yang berjudul *Digital Minimalism*, Cal Newport mengungkapkan bahwa banyak orang menjadi sangat bergantung pada perangkat digital dan media sosial hingga akhirnya kehilangan fokus dan kedalaman dalam kehidupannya.¹⁰ Peserta didik yang mengalami *Brain rot* pada umumnya menghadapi hambatan dalam mempertahankan konsentrasi dalam jangka waktu panjang, baik saat belajar, membaca maupun ketika menyimak penjelasan guru. Fokus peserta didik mudah teralihkan pada notifikasi, media sosial atau dorongan untuk selalu membuka gawai. Penggunaan teknologi harus dilakukan secara bijaksana.

¹⁰ Cal Newport, *Digital Minimalism* (New York: Penguin Random House, 2019), 33.

Ketergantungan terhadap perangkat digital dapat ditekan seminim mungkin, dengan cara mengurangi gangguan dari dunia digital serta memilih media yang benar-benar membawa manfaat.

Berbagai Paparan konten cepat (*short movie, reels, tiktok dll*) dalam waktu lama berdampak pada *hippocampus*, bagian otak yang berperan dalam ingatan dan pemrosesan informasi kompleks.¹¹ Peserta didik akan mengalami kesulitan dalam berfikir kritis dan memecahkan masalah. Selain itu, Kemudahan dalam mengakses internet, media sosial dan berbagai aplikasi hiburan telah mengubah pola belajar dan aktivitas kognitif peserta didik. walaupun teknologi memiliki potensi yang besar dalam mendukung pembelajaran namun penggunaan yang tidak terkontrol dapat menyebabkan peserta didik malas belajar, kurang tidur, motivasi belajar melemah, dan hal ini berdampak pada menurunnya prestasi akademik peserta didik.

b. Mengalami masalah mental.

Ketergantungan digital merupakan perilaku kompulsif dalam menggunakan perangkat atau layanan digital yang menyebabkan hilangnya kendali dalam menggunakan teknologi. Ketergantungan digital berpotensi menyebabkan terjadinya

gangguan perilaku. *Brain rot* tidak hanya melemahkan kemampuan kognitif tetapi juga dapat memicu kecemasan, *mood swing* dan kesepian karena isolasi sosial digital.¹² Kurangnya kontrol dalam menggunakan teknologi menyebabkan kecanduan. Hal ini ditandai dengan adanya dorongan terus menerus untuk bermain atau mengonsumsi konten. Penggunaan media sosial berlebihan akan meningkatkan resiko stres, kecemasan, depresi, cenderung menarik diri, kehilangan empati bahkan gangguan tidur pada peserta didik. Kondisi mental yang terganggu akan semakin memperlemah hubungan pribadi dengan Tuhan. Oleh sebab itu Peserta didik perlu bimbingan dan didikan Firman Tuhan agar bertumbuh menjadi pribadi yang beriman dan berkarakter kristus.

c. Merusak karakter dan kerohanian peserta didik

Karakter merupakan landasan utama yang membentuk perilaku serta sikap seseorang dalam keseharian. Kondisi *Brain rot* berpotensi melemahkan fondasi tersebut secara perlahan. Peserta didik yang terus-menerus terpapar konten negatif cenderung mengalami perubahan pola pikir dan perilaku yang merugikan seperti menjadi

¹¹ Susan Greenfield, *Mind Change: How Digital Technologies Are Leaving Their Mark on Our Brains*. (Amerika: Random House, 2015).

¹² Jean M. Twenge, *IGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy* (New York: Atria Books, 2017).

apatis, mudah tersulut emosi, menurunnya rasa empati serta berkurangnya tanggungjawab. Selain itu, paparan konten yang tidak sehat juga menimbulkan kebingungan moral karena peserta didik kesulitan membedakan mana yang benar dan salah akibat informasi yang saling bertentangan. Keadaan ini pada akhirnya beresiko menggerus nilai integritas dan kejujuran yang seharusnya tertanam dalam diri peserta didik.¹³ Dalam jangka panjang, *Brain rot* berpotensi mendorong perilaku adiktif terhadap media sosial dan gawai sehingga menimbulkan ketergantungan. Ketergantungan ini tidak hanya mengurangi waktu yang seharusnya digunakan untuk aktivitas positif, seperti belajar dan beribadah, tetapi juga dapat memicu stres dan kecemasan yang pada akhirnya menurunkan kualitas karakter peserta didik.

Mengakses konten digital yang tidak sehat dapat berdampak negatif pada pola pikir, moral, karakter serta kehidupan rohani peserta didik. konten yang bersifat nihilistik, permisif atau memuat kekerasan baik secara verbal maupun visual berpotensi menurunkan moral, etika dan rasa empati yang dimiliki peserta didik. fenomena *Brain rot* telah mengalihkan perhatian peserta didik dari berbagai

aktivitas rohani seperti berdoa, membaca Alkitab dan beribadah. Hal ini sangat berbahaya karena kehidupan rohani itu dibangun atas dasar harapan, iman dan kasih yang mendalam kepada Tuhan.

D. Peranan Pendidikan Agama Kristen (PAK) Sebagai Pertahanan Rohani Peserta didik di Era Digital

Pendidikan Agama Kristen harus menjadi benteng rohani untuk melindungi peserta didik dari *Brain rot*. Pendidikan agama kristen merupakan benteng rohani bagi peserta didik dalam memfilter berbagai pengaruh negatif kemajuan teknologi di era digital. Melalui Pendidikan Agama Kristen (PAK) peserta didik dibimbing agar dapat membedakan benar dan salah, terlibat dalam persekutuan iman dan mampu menemukan kebenaran yang sejati melalui pemahaman firman Tuhan yang benar. Roma 12:2 TB “*janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini, tetapi berubahlah oleh pembaharuan budimu, sehingga kamu dapat membedakan manakah kehendak Allah: apa yang baik, yang berkenan kepada Allah dan yang sempurna.*” Firman Tuhan adalah pedoman hidup untuk melawan pengaruh negatif era digital. Ayat ini menegaskan

¹³ R Santoso, *Pendidikan Agama Kristen Dalam Pembentukan Karakter Siswa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2021).

bahwa pembaharuan pikiran melalui firman Tuhan adalah cara efektif untuk melawan kemerosotan mental dan moral yang disebabkan oleh *Brain rot*. Oleh karena itu Pendidikan Agama Kristen memegang peranan yang sangat penting. Pendidikan Agama Kristen mengarahkan guru untuk tidak hanya menyampaikan, tetapi juga menerapkan seluruh kebenaran firman Tuhan, sementara peserta didik diharapkan memberikan respons aktif dengan terus belajar. Hakikat utama PAK adalah menuntun peserta didik dalam memahami ajaran yang diberikan oleh Tuhan. Melalui PAK peserta didik dibimbing untuk menghidupi kebenaran firman Tuhan, khususnya mengenai keselamatan sejati. Melalui PAK peserta didik senantiasa didorong untuk mengaplikasikan prinsip-prinsip Alkitab dalam kehidupan sehari-hari sehingga terbentuk karakter kristen yang kokoh. Jika peserta didik memiliki iman yang teguh, peserta didik akan memiliki pegangan kuat dalam menghadapi tantangan moral maupun persoalan sosial di tengah dunia. Dengan demikian, PAK memiliki fungsi yang krusial dalam membentuk karakter, iman, serta nilai-nilai rohani peserta didik. Pendidikan Agama Kristen adalah benteng rohani yang efektif untuk melawan pengaruh negatif yang berpotensi merusak kehidupan peserta didik. melalui pembelajaran PAK, peserta didik juga diajarkan nilai-nilai moral dan

etika yang bersumber dari firman Tuhan, seperti kasih, pengampunan, kejujuran dan tanggungjawab. Firman Tuhan inilah yang menjadi filter dalam menghadapi derasnya arus digital yang merusak.

1. Pendidikan Agama Kristen Berperan Dalam Menanamkan Nilai Kebenaran Firman Tuhan.

Paulus dan Timotius memiliki hubungan yang sangat erat, tidak hanya sebagai rekan kerja dalam pelayanan, tetapi juga seperti hubungan antara seorang ayah dan anak. Paulus menyebut Timotius sebagai “anakku yang sah di dalam iman” (1 tim. 1:2). Dalam Timotius pasal 1 dan 2, Paulus secara tegas menekankan pentingnya menjaga kemurnian Injil. Sebagai Pemimpin rohani, Paulus memberikan pengajaran yang kuat dan mendalam agar Timotius tetap teguh dalam memberitakan Injil yang murni. Dalam 2 Timotius 1: 13-14, Paulus mendorong timotius untuk memegang teguh ajaran yang sehat dan menjaga iman yang telah dipercayakan kepadanya. Injil tidak untuk diubah atau disesuaikan dengan zaman, tetapi harus dijaga kemurniannya dan diwariskan dengan setia. Dalam 1 Timotius 1:3-4, Paulus mengingatkan kepada Timotius agar tidak memberi tempat kepada ajaran palsu. Injil yang benar adalah pemberitaan tentang Yesus Kristus, bukan spekulasi, hukum adat atau tambahan-

tambahan dari manusia. Pendidikan Agama Kristen yang diterapkan Paulus kepada Timotius merupakan bentuk pendidikan iman yang bersifat relasional, mendalam dan transformatif. Salah satu penekanan utama dalam pendidikan yang dilakukan Paulus terhadap Timotius adalah tentang kemurnian doktrin agar Timotius tidak menyimpang dari ajaran sehat dan menolak berbagai pengajaran sesat.

Pendidikan Agama Kristen memiliki peranan penting dalam menanamkan nilai-nilai kebenaran firman Tuhan, sehingga peserta didik terlindung dari bahaya *Brain rot*. Dalam penerapannya, Pendidikan Agama Kristen memiliki misi utama, bukan sekedar pengetahuan agama (kognitif) namun juga sebagai transformasi dalam mengubah hidup peserta didik melalui pengajaran Firman Tuhan. Amsal 22: 6 TB *“Didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya, maka pada masa tuanya pun ia tidak akan menyimpang dari pada jalan itu.”* Penyampaian firman Tuhan kepada peserta didik merupakan langkah penting guna melindungi peserta didik dari pengaruh dunia yang jahat, jeratan dosa, serta ajaran yang menyesatkan. Firman Tuhan menjadi benteng pertahanan yang kokoh dalam menghadapi berbagai

pengaruh negatif tersebut. Pendidikan Agama Kristen pada hakikatnya bertujuan membentuk peserta didik agar memiliki pikiran, karakter dan budi pekerti yang serupa dengan Kristus. Melalui Pendidikan Agama Kristen peserta didik akan memiliki hikmat untuk membedakan yang benar dan salah.¹⁴

2. Pendidikan Agama Kristen Berperan Dalam Membentuk Karakter Kristiani Peserta Didik

Firman Tuhan merupakan pedoman untuk membentuk karakter peserta didik. Melalui Pendidikan Agama Kristen, peserta didik dibentuk menjadi pribadi yang memiliki integritas, kasih, tanggungjawab dan takut akan Tuhan. Timotius merupakan salah satu tokoh Alkitab yang patut dijadikan teladan. Timotius dikenal sebagai orang baik dan banyak mendapatkan pujian sebagai anak muda yang hebat. Dalam Kisah para rasul 16: 2 TB *“Timotius dikenal baik oleh saudara-saudara di Listra dan Ikonium”* Kehidupan Timotius yang dikenal sebagai orang baik dan berintegritas juga tidak lepas dari didikan ibunya Eunike dan neneknya yakni Lois. Keluarga adalah tempat pertama bagi seorang anak untuk belajar firman Tuhan. Timotius mendapat didikan Firman Tuhan sejak usia dini, oleh karena itu timotius dikenal sebagai pemuda

¹⁴ Kenneth and Robert M. Bowman Jr
Boa, *Faith Has Its Reasons: An Integrative*

yang beriman, berintegritas dan berkarakter baik. Selain dari keluarga, Timotius juga belajar firman Tuhan dari Paulus. Paulus mengajarkan tentang kemurnian doktrin (2 Tim 1: 13-14), Paulus mendorong Timotius untuk memegang teguh ajaran yang benar dan menjaga harta yang indah yaitu Injil dengan pertolongan Roh Kudus. Selain itu, Paulus juga mengajarkan kepada Timotius untuk memiliki keteladanan hidup (1 Tim. 4:12). Paulus mendidik Timotius agar menjadi teladan dalam perkataan, tingkah laku, kasih, kesetiaan dan kesucian. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa didikan firman Tuhan yang Paulus ajarkan kepada Timotius, tidak hanya bersifat pengetahuan (kognitif) saja tetapi juga menyangkut tentang transformasi karakter dan integritas.

Dalam konteks PAK, firman Tuhan yang diajarkan oleh guru kepada peserta didik harus mampu membentuk kehidupan peserta didik agar menjadi pribadi yang teguh dalam iman, serta memiliki karakter kristus (Galatia 5:22-23) yaitu kasih, sukacita, damai sejahtera, kesabaran, kemurahan, kebaikan, kesetiaan, kelemahlembutan, penguasaan diri. PAK harus mampu mentransformasi pengetahuan dan karakter peserta didik untuk melawan fenomena *Brain rot* di era digital ini.

3. Pendidikan Agama Kristen Berperan Mendorong Disiplin Rohani Peserta Didik

Pendidikan Agama Kristen memiliki peranan penting dalam pembentukan karakter dan kerohanian peserta didik. Penerapan Pendidikan Agama Kristen harus sampai kepada pembentukan karakter dan kerohanian peserta didik, khususnya dalam mendorong disiplin rohani peserta didik. Disiplin rohani dalam konteks kekristenan merujuk pada serangkaian kebiasaan dan latihan rohani yang membantu orang percaya untuk bertumbuh dalam pengenalannya kepada Tuhan. Dalam bukunya yang berjudul *celebration of discipline*, Richard Foster menjelaskan bahwa disiplin rohani adalah sarana yang Tuhan sediakan untuk membawa umat-Nya kepada transformasi yang sejati.¹⁵ Firman Tuhan dalam 1 Tim. 4:7b dan 8 ” *latihlah dirimu beribadah.*” Latihan badani terbatas gunanya, tetapi ibadah itu berguna dalam segala hal, karena mengandung janji, baik untuk hidup ini maupun untuk hidup yang akan datang” berdasarkan ayat ini, disiplin rohani diperoleh dari hasil latihan terus menerus.

Kedisiplinan rohani peserta didik dapat terwujud jika peserta didik memiliki

¹⁵ Richard J. Foster, *Celebration of Discipline: The Path to Spiritual Growth* (San Fransisco: HarperSanFransisco, 1998),1-2.

pengenalan yang benar tentang Tuhan dan firman-Nya. Disiplin rohani sangat penting untuk membentuk integritas, kedewasaan rohani dan ketangguhan moral di tengah-tengah tantangan zaman. Disiplin rohani tidak hanya sekedar rutinitas agamawi namun juga sebagai fondasi bagi pembentukan jati diri yang utuh sebagai murid Kristus. Melalui Pendidikan Agama Kristen, peserta didik belajar untuk membangun kehidupan doa, membaca Alkitab dan menerapkan firman Tuhan, hidup dalam komunitas yang sehat secara rohani agar tidak mudah terpengaruh oleh tren digital yang merusak.

4. Pendidikan Agama Kristen Mampu Mengembangkan *Critical Thinking* Berdasarkan Iman Kristen

Pendidikan Agama Kristen tidak hanya berfokus pada pembentukan pribadi yang religius secara lahiriah, tetapi juga pada pengembangan kemampuan berfikir kritis yang berlandaskan iman Kristen. Pemikiran kritis yang dimaksud bukanlah sikap yang meragukan iman secara negatif melainkan keterampilan untuk menelaah serta memahami firman Tuhan secara mendalam dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Seperti tertulis dalam 1 Tesalonika 5: 21 “*Ujilah segala sesuatu dan peganglah yang baik..*” Paulus

menasihati Timotius untuk meneliti, menguji dan berpegang pada hal-hal yang benar. Hal ini mencerminkan hakikat berfikir kritis, yaitu kemampuan menyaring informasi, menilai argumen serta membuat keputusan yang bijaksana berdasarkan kebenaran Firman Tuhan.

Pendidikan Agama Kristen membekali peserta didik dengan kemampuan berfikir kritis terhadap setiap informasi digital dengan menjadikan iman Kristen sebagai dasar untuk menyaring nilai-nilai yang diterima, terutama dalam menghadapi berbagai ajaran sesat yang bertentangan dengan kebenaran firman Tuhan. Iman kristen bukanlah iman yang buta, melainkan iman yang mengarahkan peserta didik untuk menguji segala sesuatu dan tetap berpegang pada yang baik (1 Tesalonika 5:21). Dengan demikian, pendidikan Agama Kristen memiliki peranan penting dalam menumbuhkan keberanian intelektual yang disertai kerendahan hati, sehingga peserta didik mampu menilai, menalar serta mengambil keputusan berdasarkan nilai-nilai kebenaran Alkitabiah. Pendidikan semacam ini menolong peserta didik agar tidak mudah terombang-ambing oleh arus pemikiran dunia maupun ajaran sesat, khususnya dalam melawan fenomena *Brain rot*. Melalui kemampuan berfikir kritis yang berlandaskan iman kristen, peserta didik akan bertumbuh menjadi pribadi yang

teguh dalam iman, mampu menjadi teladan dalam menghidupi firman Tuhan serta bijak dalam menyaring setiap informasi yang hadir di tengah dunia yang penuh tantangan.

E. Strategi implementasi Pendidikan agama kristen dalam menyelamatkan peserta didik dari bahaya *Brain rot* di era digital

Kemajuan teknologi dan informasi di era digital merupakan tantangan Pendidikan Agama Kristen, oleh karena itu diperlukan strategi yang efektif untuk menyelamatkan peserta didik dari bahaya *Brain rot*. Berikut ini adalah beberapa strategi implementasi Pendidikan Agama Kristen dalam menyelamatkan peserta didik dari bahaya *Brain rot* di era digital yang dapat diterapkan:

1. Integrasi Teknologi dan Pendidikan Agama Kristen.

Pemanfaatan teknologi dalam Pendidikan Agama Kristen bukan sekedar adopsi alat digital, tetapi sebagai sarana untuk memperdalam iman, memperluas wawasan rohani dan menjangkau generasi muda yang hidup di tengah dunia digital.¹⁶

Teknologi memungkinkan PAK menjadi lebih kontekstual, interaktif dan relevan. Penggunaan multimedia dalam mengajar, mendorong keterlibatan emosional dan spiritual peserta didik secara lebih kuat dibandingkan metode mengajar konvensional.¹⁷ Melalui penggunaan media digital seperti video Alkitab animasi, aplikasi Alkitab interaktif dan platform pembelajaran *online* akan membantu peserta didik dalam memahami firman Tuhan.

Teknologi dapat digunakan untuk mendukung pertumbuhan rohani peserta didik, oleh karena itu Guru PAK perlu menggunakan media digital dengan bijak untuk mengajarkan nilai-nilai firman Tuhan dalam Alkitab secara relevan. Namun demikian, integrasi teknologi dalam PAK juga memiliki tantangan, misalnya: resiko penyalahgunaan teknologi, disinformasi teologis dan berbagai informasi digital yang bertentangan dengan nilai-nilai Injil. Oleh karena itu, guru Agama Kristen harus memiliki literasi digital yang tinggi dan disertai dengan ketajaman spiritual dalam memilah dan mengarahkan pemanfaatan teknologi sesuai dengan nilai-nilai kerajaan Allah.¹⁸ Integrasi teknologi dan PAK akan

¹⁶ Suyadi, *Strategi Pembelajaran Pendidikan Agama Kristen Di Era Digital* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2020), 45.

¹⁷ Robert W. Pazmino, *Foundational Issues in Christian Education: An Introduction in*

Evangelical Perspective (Grand Rapids: Baker Academic, 2008), 112.

¹⁸ Yulius Setiadi, *Digital Ministry: Transformasi Pelayanan Dan Pengajaran Di Era Teknologi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002), 89.

menuntun peserta didik dalam menyaring informasi yang bertentangan dengan firman Tuhan, dan agar mampu menggunakan teknologi secara bijak dan bertanggungjawab. Dengan demikian, PAK tidak hanya membentuk iman yang kokoh namun juga mempersiapkan peserta didik yang kritis dan siap menghadapi tantangan dunia modern tanpa kehilangan jati dirinya didalam Kristus.

2. Penguatan Pendidikan Agama Kristen melalui kolaborasi antara sekolah, gereja dan keluarga

Pendidikan Agama Kristen memegang peranan yang sangat penting dalam membentuk karakter serta spiritualitas peserta didik. namun, pelaksanaannya tidak akan efektif apabila hanya menjadi tanggungjawab institusi sekolah semata. Untuk mewujudkan peserta didik yang tangguh dan berakar kuat dalam firman Tuhan, diperlukan kerjasama yang harmonis antara tiga pilar utama yaitu sekolah, gereja dan keluarga.¹⁹ Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal memiliki tanggungjawab dalam menyampaikan pengajaran iman Kristen secara terstruktur dan sistematis. Melalui proses ini, peserta didik tidak hanya

memperoleh pemahaman teologis, tetapi juga dibimbing untuk menghidupi serta mempraktikkan nilai-nilai kekristenan dalam keseharian peserta didik. Namun demikian, efektivitas pembelajaran tersebut hanya dapat tercapai secara optimal apabila mendapat dukungan yang konsisten dan berkelanjutan dari peranan gereja maupun keluarga.²⁰

Sebagai lembaga kerohanian, Gereja memiliki peran sebagai komunitas iman yang mendukung perkembangan spiritual anak dan remaja melalui berbagai bentuk pelayanan, seperti sekolah minggu, pemuridan, persekutuan, serta kegiatan remaja dan pemuda. Melalui pelayanan tersebut, gereja menjadi wadah bagi peserta didik untuk bertumbuh dalam kebersamaan, mengalami relasi yang lebih dalam dengan Tuhan serta mengembangkan sikap melayani.²¹ Gereja sebagai tempat pembinaan kerohanian peserta didik hendaknya mampu mendorong peserta didik untuk memiliki iman yang teguh kepada Yesus Kristus, mengasihi Tuhan dan mengasihi sesama sebagai wujud penerapan firman Tuhan dalam kehidupan sehari-hari.

¹⁹ Yusak R. Najoran, *Pendidikan Agama Kristen Dan Tantangan Zaman* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2018), 57.

²⁰ Frans Donal Sinaga, “Integrasi Nilai Kristiani Dalam Pendidikan Sekolah,” *Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 13, no. 1 (2020): 45-56.

²¹ Dwi Astuti, *Gereja Dan Pendidikan Anak* (Yogyakarta: Kanisius, 2017), 74.

Keluarga sebagai tempat pertama belajar bagi peserta didik hendaknya mampu memberikan keteladanan dalam iman dan kehidupan sehari-hari. Ulangan 6: 6-7 TB berkata *“Apa yang Kuperintahkan kepadamu pada hari ini haruslah engkau perhatikan, haruslah engkau mengajarkannya secara berulang-ulang kepada anak-anakmu dan membicarakannya apabila engkau duduk di rumahmu, apabila engkau sedang dalam perjalanan, apabila engkau berbaring dan apabila engkau bangun.”* Ayat ini menyiratkan bahwa proses pembelajaran iman dimulai dari keluarga. Keteladanan orang tua dalam hidup beriman, disiplin rohani dan komunikasi rohani dalam keluarga akan membentuk dasar yang kuat bagi pertumbuhan iman anak. Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa penguatan PAK melalui kolaborasi antara sekolah, gereja dan keluarga sangat penting untuk membentuk peserta didik yang beriman, berkarakter Kristus dan cerdas.

3. Pendidikan Karakter Berbasis Kasih Kristus

Pendidikan karakter merupakan proses yang esensial dalam membentuk kepribadian, moralitas dan spiritualitas peserta didik. Pendidikan karakter idealnya

dibangun di atas dasar kasih Kristus sebagai fondasi utama.²² Pendidikan karakter yang berlandaskan kasih Kristus menuntun peserta didik untuk menghidupi nilai kebenaran, keadilan, belas kasih, kerendahan hati serta pengampunan. Nilai-nilai tersebut tidak hanya disampaikan secara teoritis tetapi juga diwujudkan dalam interaksi sehari-hari, di kelas, di rumah, di lingkungan sekitar maupun di dalam gereja.²³ Dengan kasih Kristus sebagai dasar, peserta didik belajar untuk mengasihi sesama tanpa memandang latar belakang, menolong yang lemah dan tetap hidup dalam integritas meskipun berada dalam tekanan. Guru berperan penting sebagai teladan kasih Kristus. Guru Pendidikan Agama Kristen tidak hanya mengajar melainkan juga berperan sebagai pembimbing rohani yang mencerminkan kasih, kesabaran dan kesediaan untuk mendampingi peserta didik dalam proses pertumbuhan karakter. Melalui pendidikan karakter berbasis kasih Kristus, peserta didik diajak untuk tidak membalas kejahatan dengan kejahatan tetapi untuk berdamai dan mengasihi (Matius 5: 44). Apabila kasih Kristus tertanam dalam proses pendidikan, maka akan lahir generasi yang kokoh dalam spiritualitas,

²² Najoan, *Pendidikan Agama Kristen Dan Tantangan Zaman*, 24.

²³ Robert W. Pazmino, *Foundation Issues in Christian Education: An Introduction in*

Evangelical Perspective (Grand Rapids: Baker Academic, 2008), 85.

bijaksana dalam menentukan pilihan serta mampu menghadirkan terang dan menjadi garam bagi dunia (Matius 5:13-14).

4. Pelatihan Literasi Digital Berbasis Iman

Literasi digital tidak sekedar berkaitan dengan keterampilan mengoperasikan teknologi atau mencari informasi secara *online*, melainkan juga mencakup kemampuan berfikir kritis, menyeleksi informasi yang bermanfaat serta memahami etika dalam memanfaatkan media digital.²⁴ Dalam perspektif iman Kristen, literasi digital perlu dipadukan dengan nilai-nilai Alkitabiah agar generasi masa kini tidak hanya cakap dalam teknologi, tetapi juga mampu menggunakannya untuk tujuan yang bernilai, etis, serta membentuk karakter Kristus. Program literasi berbasis iman dirancang untuk membekali peserta didik, guru maupun orang tua dalam memanfaatkan teknologi secara bijaksana. Melalui pelatihan ini, peserta didik diarahkan untuk untuk mampu mengidentifikasi konten yang mengandung hoaks, ujaran kebencian, pornografi, maupun nilai-nilai yang bertentangan dengan firman Tuhan. Lebih dari itu,

peserta didik juga didorong untuk menjadikan media sosial dan *platform* digital sebagai sarana kesaksian, pendalaman firman, serta penginjilan kreatif di tengah kehidupan generasi era digital.²⁵

Prinsip utama dalam pelatihan literasi digital berbasis iman adalah untuk kemuliaan Tuhan. Segala bentuk interaksi digital bukan sekedar pencitraan diri atau demi kepentingan pribadi melainkan untuk kemuliaan Tuhan. Peserta didik diajak untuk merenungkan apakah konten yang di konsumsi dan dibagikan itu untuk memuliakan Tuhan? Apakah peserta didik telah menggunakan waktu secara bijak di dunia digital? apakah peserta didik telah menciptakan damai melalui media sosial? Pertanyaan-pertanyaan semacam ini akan mendorong peserta didik untuk tidak hanya menjadi pengguna aktif tetapi juga pelaku firman dalam ranah digital.²⁶ Guru Pendidikan Agama Kristen perlu membekali peserta didik dengan berbagai keterampilan literasi digital yang disertai dengan filter rohani supaya peserta didik memiliki kemampuan dalam membedakan antara informasi yang membangun dan menyesatkan. Oleh karena itu, guru PAK hendaknya mengajarkan kepada peserta

²⁴ Paul Gilster, *Digital Literacy* (New York: Wiley, 1997), 1-2.

²⁵ Steven M. Case, *The Book of Uncommon Truths: Using Technology to Reach the*

Next Generation (Grand Rapids: Zondervan, 2015), 112.

²⁶ Yusak R. Najoran, *Pendidikan Agama Kristen Dalam Dunia Digital* (Yogyakarta: Andi, 2022), 93.

didik cara bijak menggunakan media sosial, internet dan teknologi lain dengan dasar iman kristen. Ketika iman dan teknologi dipadukan secara harmonis, maka akan lahir generasi yang tidak hanya cakap secara digital tetapi juga kuat dalam iman, berintegritas dan berani bersaksi di ruang digital.²⁷

KESIMPULAN

Kemajuan teknologi di era digital membawa banyak manfaat bagi manusia, namun dibalik kemajuan tersebut ternyata tersimpan bahaya yang dapat merusak kesehatan mental, moral, integritas dan kehidupan rohani peserta didik. peserta didik yang tidak mampu mengendalikan diri dalam mengakses berbagai konten di youtube, google, media sosial, maupun bermain game online secara berlebihan berpotensi mengalami kondisi yang dikenal dengan istilah *brain rot*. Istilah ini merujuk pada menurunnya fungsi otak akibat terlalu sering terpapar konten yang kurang bermanfaat dalam jangka panjang. Dampaknya tidak hanya sebatas pada aspek kognitif, tetapi juga mencakup penurunan moral dan spiritual. Fenomena *brain rot* jelas bertentangan dengan nilai-nilai iman kristiani, sebab secara perlahan dapat merusak pola pikir dan perilaku peserta

didik. Pendidikan Agama Kristen menjadi benteng penting bagi peserta didik untuk menjaga iman di tengah derasnya pengaruh budaya digital yang berpotensi tertanam dalam pola pikir dan merusak iman peserta didik. Oleh karena itu perlu adanya pendekatan yang strategis, kreatif dan kontekstual dalam pengajaran PAK agar peserta didik bukan hanya mampu bertahan tetapi juga mampu menjadi terang dan garam di tengah dunia digital ini. *Pertama*, adanya integrasi teknologi dan Pendidikan Agama Kristen. Teknologi memungkinkan PAK menjadi lebih kontekstual, interaktif dan relevan. Melalui penggunaan media digital seperti video Alkitab animasi, aplikasi Alkitab interaktif dan *Platform* pembelajaran *online* akan membantu peserta didik dalam memahami firman Tuhan. *Kedua*, perlu adanya penguatan Pendidikan Agama Kristen melalui kolaborasi antara sekolah, gereja dan keluarga. Penguatan PAK melalui kolaborasi antara sekolah, gereja dan keluarga sangat penting untuk membentuk peserta didik yang beriman, berkarakter Kristus dan cerdas. *Ketiga*, Pendidikan karakter berbasis kasih Kristus. *Keempat*, pelatihan literasi digital berbasis iman. Literasi digital tidak sekedar berkaitan dengan keterampilan mengoperasikan

²⁷ Elia D. Rumambi, "Transformasi Digital Dan Gereja Masa Kini," *Jurnal Teologi Kontekstual* 7, no. 1 (2022): 45–54.

teknologi atau mencari informasi secara *online*, melainkan juga mencakup kemampuan berfikir kritis, menyeleksi informasi yang bermanfaat serta memahami etika dalam memanfaatkan media digital. Guru PAK hendaknya mengajarkan kepada peserta didik cara bijak menggunakan media sosial, internet dan teknologi lain dengan dasar iman kristen. Ketika iman dan teknologi dipadukan secara harmonis, maka akan lahir generasi yang tidak hanya cakap secara digital tetapi juga kuat dalam iman, berintegritas dan berkarakter Kristus.

DAFTAR PUSTAKA

- Alodokter. “Brain Rot, Lemah Otak Akibat Kecanduan Gadget’,” Accessed June 29, 2025. <https://www.halodoc.com/artikel/brain-rot-akibat-kecanduan-gadget-ini-fakta-yang-perlu-diketahui>.
- Astuti, Dwi. *Gereja Dan Pendidikan Anak*. Yogyakarta: Kanisius, 2017.
- Boa, Kenneth and Robert M. Bowman Jr. *Faith Has Its Reasons: An Integrative Approach to Defending Christianity*. Downers Grove: IL: InterVarsity Press, 2001.
- Case, Steven M. *The Book of Uncommon Truths: Using Technology to Reach the Next Generation*. Grand Rapids: Zondervan, 2015.
- Doidge, Norman. *The Brain That Changes Itself*. New York: Penguin, 2007.
- Foster, Richard J. *Celebration of Discipline: The Path to Spiritual Growth*. San Fransisco: HarperSanFransisco, 1998.
- Greenfield, Susan. *Mind Change: How Digital Technologies Are Leaving Their Mark on Our Brains*. Amerika: Random House, 2015.
- Jhajharia, Manisha Bugalia. *The Advanced Mindfit Method*. India: Shashwat Publication, 2025.
- Montag, Christian, and Sarah Diefenbach. “Towards Homo Digitalis: Important Research Issues for Psychology and the Neurosciences at the Dawn of the Internet of Things and the Digital Society.” *Sustainability (Switzerland)* 10, no. 2 (2018). <https://doi.org/10.3390/su10020415>.
- Najoan, Yusak R. *Pendidikan Agama Kristen Dalam Dunia Digital*. Yogyakarta: Andi, 2022.
- . *Pendidikan Agama Kristen Dan Tantangan Zaman*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2018.
- Newport, Cal. *Digital Minimalism*. New York: Penguin Rndom House, 2019.
- Ophir, Eyal, Clifford Nass, and Anthony D. Wagner. “Cognitive Control in Media Multitaskers.” *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* 106, no. 37 (2009): 15583–87. <https://doi.org/10.1073/pnas.0903620106>.
- Oxford University Press. “Brain Rot Named Oxford Word of the Year 2024,” n.d. <https://corp.oup.com/news/brain-rot-named-oxford-word-of-the-year-2024>.
- Pazmino, Robert W. *Foundation Issues in Christian Education: An Intoduction in Evangelical Perspektive*. Grand Rapids: Baker Academic, 2008.
- . *Foundational Issues in Christian Education: An Introduction in Evangelical Perspektive*. Grand Rapids: Baker Academic, 2008.
- Rumambi, Elia D. “Transformasi Digital Dan Gereja Masa Kini.” *Jurnal Teologi Kontekstual* 7, no. 1 (2022): 45–54.
- Santoso, R. *Pendidikan Agama Kristen Dalam Pembentukan Karakter Siswa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2021.
- Setiadi, Yulius. *Digital Ministry*:

- Transformasi Pelayanan Dan Pengajaran Di Era Teknologi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002.
- Sinaga, Frans Donal. ““Integrasi Nilai Kristiani Dalam Pendidikan Sekolah”.” *Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 13, no. 1 (2020): 45-56.
- Suyadi. *Strategi Pembelajaran Pendidikan Agama Kristen Di Era Digital*. Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2020.
- Twenge, Jean M. *IGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. New York: Atria Books, 2017.
- Vorgan, Gary Small and Gigi. *IBrain: Surviving the Technological Alteration of the Modern Mind*. New York: Harpe, 2009.
- Zed, Mestika. *Metode Penelitian Keputakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2008.
https://www.google.co.id/books/editon/Metode_Penelitian_Kepustakaan/zG9sDAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=Kajian+literatur+diperlukan+dalam+membahas+suatu+topik+secara+mendalam+dan+lengkap+sesuai+dengan+tujuan+dari+penelitian&printsec=frontcover.