

## KRISIS IDENTITAS DI KALANGAN GENERASI Z DALAM PERSPEKTIF PATOLOGI SOSIAL PADA ERA MEDIA SOSIAL

**Akilah Mahmud**

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

[akilahmahmud56@gmail.com](mailto:akilahmahmud56@gmail.com)

### **Abstract**

*This article examines the identity crisis among Generation Z in the context of social media and social pathology, and offers Islamic perspectives as a solution. Generation Z, born between the mid-1990s and early 2010s, faces significant challenges in maintaining cultural and personal identity in the fast-paced digital era. Social media, while beneficial, often exacerbates identity crises by providing a platform for social comparison and external validation, which can lead to anxiety, depression, and social alienation. Drug abuse, aggressive behaviors such as group brawls, dependency on extreme ideologies, and excessive consumerism are some forms of social pathology arising from this identity uncertainty. The article also links identity crises to the phenomenon of widespread hoax news on social media and the impacts of extreme ideological dependency. From an Islamic perspective, the article references Quranic verses and Hadith emphasizing the importance of maintaining identity and morality, such as QS. Al-A'raf: 31 and QS. Al-Baqarah: 143, and relevant Hadiths, providing guidance for Generation Z to address identity challenges according to Islamic values. To tackle identity crises and related social pathologies, the article recommends integrating Islamic values into education and social media use, along with collective efforts from government, society, and individuals to create an environment that supports healthy and positive identity development.*

### **Keywords**

Identity Crisis; Social Media; Social Pathology

### **Abstrak**

*Artikel ini membahas krisis identitas di kalangan Generasi Z dalam konteks media sosial dan patologi sosial, serta menawarkan perspektif Islam sebagai solusi. Generasi Z, lahir antara pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an, menghadapi tantangan dalam mempertahankan identitas budaya dan pribadi di era digital yang cepat. Media sosial, meskipun bermanfaat, sering memperburuk krisis identitas dengan menyediakan platform untuk perbandingan sosial dan validasi eksternal, yang dapat mengakibatkan kecemasan, depresi, dan alienasi sosial. Penyalahgunaan narkoba, perilaku agresif seperti tawuran, ketergantungan pada ideologi ekstrem, dan konsumerisme berlebihan adalah beberapa bentuk patologi sosial yang muncul akibat ketidakpastian identitas ini. Artikel ini juga mengaitkan krisis identitas dengan fenomena berita hoaks yang menyebar luas di media sosial, serta dampak ketergantungan pada ideologi ekstrem. Dari perspektif Islam, artikel ini merujuk pada dalil al-Qur'an dan hadis yang menekankan pentingnya menjaga identitas dan moralitas, seperti QS. Al-A'raf: 31 dan QS. Al-Baqarah: 143, serta hadis terkait, memberikan panduan bagi Generasi Z untuk menghadapi tantangan identitas sesuai nilai-nilai Islam. Untuk mengatasi krisis identitas dan patologi sosial yang terkait, artikel ini menyarankan integrasi nilai-nilai Islam dalam pendidikan dan penggunaan media sosial, serta upaya kolektif dari pemerintah, masyarakat, dan individu untuk membangun lingkungan yang mendukung pertumbuhan identitas yang sehat dan positif.*

### **Kata Kunci**

Krisis Identitas; Media Sosial; Patologi Sosial

## **Pendahuluan**

**K**risis identitas di kalangan Generasi Z merupakan fenomena yang semakin mendapatkan perhatian seiring dengan berkembangnya teknologi digital dan media sosial. Generasi Z, yang lahir antara pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an, menghadapi tantangan-tantangan unik di era digital saat ini. Generasi ini tumbuh dalam lingkungan yang dikelilingi oleh teknologi canggih dan media sosial yang berkembang pesat. Dengan cepatnya perubahan teknologi dan tuntutan global yang tinggi, Generasi Z sering kali merasa tertekan untuk memenuhi ekspektasi yang terus berubah dan beradaptasi dengan dinamika sosial yang kompleks. Dalam konteks ini, krisis identitas menjadi isu signifikan, di mana individu merasa kehilangan arah dan jati diri akibat tekanan eksternal dan internal yang intens.

Era digital dan globalisasi menuntut Generasi Z untuk bersaing di kancah global, yang memerlukan keterampilan dan pengetahuan yang tinggi. Namun, tekanan untuk mengikuti arus global ini sering kali membuat Generasi Z merasa terasing dari nilai-nilai lokal dan budaya tradisional mereka. Ketidaksihinggaan antara harapan global dan identitas budaya lokal dapat mengakibatkan krisis identitas, di mana individu mengalami kebingungan tentang siapa mereka sebenarnya dan bagaimana mereka seharusnya berperan dalam masyarakat. Dalam menghadapi tantangan globalisasi dan modernisasi, Generasi Z juga dihadapkan pada masalah serius seperti penyalahgunaan narkoba. Berdasarkan data Badan Narkotika Nasional (BNN), terdapat sekitar 4,8 juta penduduk usia 15-64 tahun yang pernah menggunakan narkoba sepanjang tahun 2022-2023. Penyalahgunaan narkoba tidak hanya merusak kesehatan fisik dan mental individu, tetapi juga mengancam struktur sosial dan keluarga. Masalah ini menyoroti kebutuhan mendesak untuk mengatasi isu-isu yang dapat memperburuk krisis identitas di kalangan generasi muda.

Penggunaan gadget dan media sosial yang berlebihan juga menjadi isu penting. Gadget dan media sosial, jika tidak digunakan dengan bijak, dapat menyebabkan kecanduan, gangguan tidur, dan penurunan interaksi sosial di dunia nyata. Gen Z sering kali menghabiskan waktu berjam-jam di depan layar, yang berdampak negatif pada proses belajar, produktivitas, dan kualitas hubungan sosial mereka. Dampak ini semakin memperburuk krisis identitas dengan mengalihkan fokus mereka dari pengembangan diri dan interaksi sosial yang sehat. Selain itu, maraknya judi online, tawuran, dan berita hoaks menjadi tantangan tambahan bagi Generasi Z. Judi online yang mudah diakses melalui internet dapat menjerat individu dalam lingkaran kecanduan dan masalah finansial. Pada tahun 2024, tercatat sebanyak 792 kasus judi online, sementara

pada tahun 2023 jumlahnya mencapai 1.196 kasus. Di sisi lain, tawuran antarpelajar dan antargeng menunjukkan adanya krisis moral dan sosial di kalangan pemuda, yang menambah kerentanan terhadap kekerasan dan konflik.

Kekerasan terhadap anak juga merupakan isu penting yang harus diperhatikan. Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) per Oktober 2023, terdapat 1.478 kasus kekerasan terhadap anak. Rincian kasus ini mencakup kejahatan seksual, kekerasan fisik dan psikis, serta eksploitasi ekonomi dan seksual. Masalah ini menandakan adanya kekurangan dalam perlindungan anak dan krisis moral yang lebih luas dalam masyarakat. Berita hoaks yang menyebar luas di media sosial juga berpotensi memecah belah masyarakat dan menimbulkan konflik. Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo) mencatat bahwa terdapat 12.547 konten hoaks yang beredar dari Agustus 2018 hingga Desember 2023, dengan kategori isu seperti kesehatan, penipuan, dan politik. Penyebaran informasi yang salah ini dapat memperburuk ketidakpastian dan kebingungan identitas di kalangan Generasi Z.

Dalam konteks bonus demografi, Generasi Z berada pada posisi strategis. Proyeksi Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional (PPN) menunjukkan bahwa pada tahun 2045, proporsi penduduk usia produktif akan mencapai 64 persen dari total populasi Indonesia. Dengan struktur penduduk yang demikian, Indonesia memiliki peluang besar untuk mempercepat pertumbuhan ekonomi dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat. Namun, untuk memanfaatkan bonus demografi ini, penting untuk memastikan bahwa Generasi Z dipersiapkan dengan keterampilan dan pengetahuan yang relevan serta nilai-nilai moral yang kuat. Menghadapi visi Indonesia Emas 2045, Generasi Z diharapkan dapat memainkan peran kunci dalam mewujudkan cita-cita besar bangsa ini. Untuk mencapai visi ini, mereka harus dibekali dengan keterampilan, pengetahuan, dan karakter yang diperlukan untuk bersaing di tingkat global serta berkontribusi positif bagi masyarakat. Investasi dalam pendidikan, kesehatan, dan pelatihan vokasi menjadi langkah strategis untuk mempersiapkan mereka menjadi generasi yang dapat membawa Indonesia menuju kemajuan yang lebih besar.

Media sosial, sebagai salah satu alat utama komunikasi dan interaksi di era digital, berperan signifikan dalam mempercepat dan memperdalam krisis identitas ini. Platform-platform seperti Instagram, TikTok, dan Twitter menawarkan wadah bagi individu untuk membagikan dan membentuk citra diri mereka. Namun, keterpaparan yang terus-menerus terhadap konten yang disaring dan idealisasi yang sering terjadi di media sosial dapat menambah

beban psikologis dan menciptakan perasaan inadequacy atau ketidakcukupan di kalangan Generasi Z. Selain itu, paparan terhadap berbagai pandangan dan norma sosial yang berbeda juga dapat menyebabkan kebingungan identitas dan konflik internal.

Dalam konteks patologi sosial, krisis identitas ini dapat dikategorikan sebagai bentuk perilaku atau kondisi yang menyimpang dari norma sosial yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi individu dan masyarakat. Patologi sosial mencakup berbagai bentuk perilaku atau kondisi yang tidak sesuai dengan norma sosial dan dapat menyebabkan masalah kesehatan mental dan sosial. Krisis identitas yang dialami oleh Generasi Z, jika tidak diatasi dengan baik, dapat menimbulkan gangguan mental seperti kecemasan, depresi, dan penurunan kesejahteraan psikologis yang signifikan. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji fenomena ini dalam konteks patologi sosial untuk memahami dampaknya dan mencari solusi yang efektif. Pentingnya memahami krisis identitas ini tidak hanya berkaitan dengan dampak individual, tetapi juga dengan dampaknya terhadap struktur sosial secara keseluruhan. Ketika individu dari Generasi Z mengalami krisis identitas, mereka mungkin mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan tuntutan sosial dan profesional, yang dapat mengganggu stabilitas sosial dan ekonomi. Misalnya, ketidakstabilan dalam memilih jalur karier atau tujuan hidup dapat mempengaruhi produktivitas dan keterlibatan sosial mereka. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang fenomena ini dapat membantu dalam merancang intervensi yang lebih efektif untuk mendukung Generasi Z.

Relevansi kajian ini dengan ajaran Islam sangat penting karena Islam menawarkan panduan moral dan spiritual yang dapat membantu individu mengatasi krisis identitas. Dalam ajaran Islam, identitas dan moralitas individu sangat dihargai, dan terdapat banyak ajaran yang berkaitan dengan pentingnya mengenal diri sendiri dan menjaga nilai-nilai keimanan. Al-Qur'an, sebagai sumber utama ajaran Islam, memuat berbagai ayat yang menekankan pentingnya menjaga identitas diri dan mengikuti prinsip-prinsip moral dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, QS. Al-A'raf: 31 mengajarkan tentang pentingnya menjaga diri dan tidak mengikuti hawa nafsu yang dapat merusak karakter. Hadis-hadis Nabi Muhammad SAW juga memberikan panduan yang relevan dalam menghadapi krisis identitas. Hadis-hadis ini sering kali menekankan pentingnya menjaga akhlak dan moralitas serta peran pergaulan dalam membentuk identitas. Dengan demikian, ajaran Islam dapat menawarkan solusi berbasis spiritual yang dapat membantu Generasi Z dalam mengatasi krisis identitas mereka. Pengetahuan tentang ajaran Islam yang relevan dapat

memberikan kerangka kerja yang lebih solid dalam memahami dan menangani krisis identitas secara komprehensif.

Dalam menghadapi krisis identitas di era media sosial, ajaran Islam dapat memberikan perspektif yang berbeda dan solutif. Misalnya, ajaran tentang kesederhanaan, integritas, dan tanggung jawab pribadi dapat membantu individu mengatasi tekanan yang datang dari media sosial. Selain itu, Islam mengajarkan tentang pentingnya introspeksi dan refleksi diri yang dapat membantu individu untuk lebih memahami dan menerima diri mereka sendiri. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai Islam, Generasi Z dapat menemukan jalan keluar yang lebih sehat dari krisis identitas yang mereka alami.

Rumusan masalah dalam penelitian ini meliputi beberapa aspek kunci yang perlu dijawab. Pertama, bagaimana media sosial mempengaruhi identitas Generasi Z? Penelitian ini akan mengeksplorasi berbagai cara di mana media sosial membentuk, membatasi, atau bahkan merusak identitas individu dari generasi ini. Aspek ini mencakup analisis tentang bagaimana interaksi, paparan terhadap berbagai konten, dan norma-norma media sosial berkontribusi pada pembentukan dan krisis identitas. Kedua, apa saja indikasi krisis identitas yang dapat dianggap sebagai bentuk patologi sosial? Penelitian ini akan mengidentifikasi tanda-tanda dan gejala yang menunjukkan adanya krisis identitas dalam konteks patologi sosial, termasuk dampak psikologis dan sosial yang ditimbulkan. Aspek ini penting untuk memahami sejauh mana krisis identitas mempengaruhi kesejahteraan individu dan masyarakat. Ketiga, bagaimana al-Qur'an dan hadis memberikan panduan dalam menghadapi krisis identitas ini? Penelitian ini akan mengkaji ajaran al-Qur'an dan hadis yang relevan untuk memberikan perspektif spiritual dan moral dalam mengatasi krisis identitas. Pendekatan ini bertujuan untuk menawarkan solusi yang berlandaskan pada nilai-nilai Islam yang dapat membantu Generasi Z mengatasi masalah identitas mereka secara lebih efektif.

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi dampak media sosial terhadap krisis identitas di kalangan Generasi Z. Melalui analisis mendalam, penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana media sosial mempengaruhi pembentukan dan pengalaman identitas individu dari generasi ini. Penelitian ini juga bertujuan untuk menjelaskan fenomena krisis identitas dalam perspektif patologi sosial. Dengan menjelaskan fenomena ini sebagai bentuk patologi sosial, penelitian ini akan memberikan wawasan tentang bagaimana krisis identitas dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan sosial individu. Selanjutnya, penelitian ini bertujuan untuk mengaitkan krisis identitas dengan dalil al-Qur'an dan hadis sebagai solusi. Dalam rangka

memberikan panduan praktis dan spiritual, penelitian ini akan menelaah ajaran Islam yang relevan untuk membantu mengatasi krisis identitas. Dengan mengintegrasikan perspektif Islam, penelitian ini bertujuan untuk menawarkan solusi yang tidak hanya berbasis pada pendekatan psikososial, tetapi juga mempertimbangkan dimensi spiritual yang dapat memperkaya pemahaman dan pengelolaan krisis identitas dalam konteks Generasi Z.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam memahami dinamika krisis identitas di kalangan Generasi Z, serta menawarkan solusi yang lebih holistik dan integratif berdasarkan ajaran Islam. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi akademisi, praktisi, dan pihak-pihak terkait dalam merancang intervensi yang efektif untuk membantu Generasi Z dalam mengatasi krisis identitas mereka.

### **Metodologi**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif-analitis untuk memahami krisis identitas di kalangan Generasi Z dalam konteks patologi sosial dan perspektif Islam. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali fenomena secara mendalam dan memberikan pemahaman yang komprehensif tentang dinamika krisis identitas serta dampaknya terhadap individu dan masyarakat. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif, penelitian ini dapat menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi krisis identitas dan mengeksplorasi solusi yang dapat ditawarkan dari perspektif ajaran Islam.

Sumber data dalam penelitian ini meliputi literatur akademik dan artikel ilmiah yang relevan dengan topik krisis identitas dan patologi sosial, serta data dari survei atau studi kasus terkait Generasi Z. Selain itu, analisis konten media sosial akan digunakan untuk memahami bagaimana platform-platform digital berkontribusi pada krisis identitas. Penelitian ini juga akan merujuk pada ayat-ayat al-Qur'an dan hadis-hadis Nabi Muhammad SAW yang relevan, sebagai sumber panduan moral dan spiritual dalam mengatasi masalah yang dihadapi oleh Generasi Z. Sumber-sumber ini memberikan konteks yang penting dalam memahami fenomena yang sedang dikaji serta menawarkan perspektif dari ajaran Islam.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi studi pustaka untuk mengumpulkan informasi teoritis dan empiris dari berbagai sumber akademik dan praktis. Analisis konten media sosial akan dilakukan untuk menilai bagaimana platform digital mempengaruhi persepsi dan identitas Generasi Z. Selain itu, wawancara atau diskusi dengan ahli sosiologi dan studi Islam akan dilakukan untuk mendapatkan wawasan tambahan mengenai krisis

identitas dan penerapan solusi berbasis Islam. Teknik-teknik ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data yang luas dan mendalam dari berbagai sumber yang berbeda.

Analisis data akan dilakukan dengan metode deskriptif dan interpretatif. Analisis deskriptif akan digunakan untuk menguraikan fenomena krisis identitas yang diidentifikasi, sedangkan analisis interpretatif akan digunakan untuk mengaitkan fenomena tersebut dengan perspektif ajaran Islam. Dengan mengaitkan temuan-temuan dari analisis media sosial dan wawancara dengan ajaran al-Qur'an dan hadis, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang krisis identitas serta solusi yang dapat diambil berdasarkan prinsip-prinsip Islam. Hasil analisis ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap penanganan krisis identitas di kalangan Generasi Z dan mendukung upaya pencapaian visi Indonesia Emas 2045.

### **Krisis Identitas di Kalangan Generasi Z**

Krisis identitas merupakan fenomena psikososial yang muncul ketika individu mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai siapa mereka sebenarnya dan peran mereka dalam masyarakat. Generasi Z, yang meliputi individu yang lahir antara pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an, menjadi kelompok yang semakin sering dikaji dalam konteks krisis identitas karena mereka tumbuh di tengah-tengah perubahan teknologi yang pesat dan kompleksitas sosial yang tinggi. Dalam literatur sosiologi dan psikologi, krisis identitas di Generasi Z sering kali dikaitkan dengan tantangan-tantangan unik yang dihadapi oleh kelompok usia ini.

Generasi Z, sering disebut sebagai "digital natives", adalah generasi yang pertama kali tumbuh dengan akses internet yang luas dan perangkat digital yang canggih sejak usia dini. Karakteristik utama dari Generasi Z meliputi kenyamanan dengan teknologi digital, ketergantungan pada media sosial, serta pola komunikasi dan interaksi yang sangat berbeda dari generasi sebelumnya. Dalam konteks ini, mereka sering kali menghadapi tantangan dalam mengembangkan identitas yang stabil dan konsisten, karena mereka terus-menerus terpapar oleh berbagai informasi dan norma sosial yang berubah dengan cepat. Menurut Jean Twenge dalam buku "iGen" (2017), Generasi Z mengalami lonjakan signifikan dalam tingkat kecemasan, depresi, dan krisis identitas dibandingkan dengan generasi sebelumnya. Faktor utama yang diidentifikasi adalah dampak dari media sosial, yang sering kali menciptakan perbandingan sosial yang merugikan dan ekspektasi yang tidak realistis tentang

penampilan dan kesuksesan. Media sosial sering kali menampilkan citra ideal yang tidak dapat dicapai oleh banyak orang, yang dapat mengarah pada perasaan tidak puas dan kebingungan mengenai diri sendiri.

Dalam konteks psikologi, Erik Erikson dalam teori perkembangan psikososialnya mengidentifikasi krisis identitas sebagai salah satu tahap perkembangan yang kritis, terutama pada masa remaja. Erikson mengemukakan bahwa individu mengalami krisis identitas ketika mereka berusaha menemukan siapa mereka dan di mana mereka cocok dalam struktur sosial yang lebih besar. Generasi Z, dengan paparan yang intensif terhadap berbagai identitas dan peran sosial di media sosial, mungkin mengalami intensifikasi dari krisis identitas ini. Krisis identitas di kalangan Generasi Z dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk tekanan akademis, ketidakpastian ekonomi, dan dinamika keluarga. Penelitian oleh McCrae dan Costa (2004) menunjukkan bahwa perkembangan identitas dipengaruhi oleh interaksi antara faktor-faktor internal seperti kepribadian dan faktor-faktor eksternal seperti lingkungan sosial. Generasi Z, yang sering kali dihadapkan pada tantangan globalisasi dan perubahan ekonomi yang cepat, mungkin mengalami krisis identitas yang dipicu oleh kebutuhan untuk menyeimbangkan harapan pribadi dengan tuntutan eksternal.

Media sosial berperan besar dalam membentuk identitas Generasi Z, sering kali melalui proses yang disebut sebagai "*self-presentation*" atau presentasi diri. Media sosial memungkinkan individu untuk membentuk dan mengelola citra diri mereka, namun sering kali juga memperbesar perasaan ketidakpuasan dan perbandingan sosial. Penelitian oleh Fardouly et al. (2015) mengungkapkan bahwa paparan terhadap gambar-gambar ideal di media sosial dapat menyebabkan penurunan kepuasan tubuh dan peningkatan kecemasan tentang penampilan diri, yang berkontribusi pada krisis identitas. Di samping itu, literatur sosiologi menunjukkan bahwa krisis identitas Generasi Z sering kali terkait dengan perubahan dalam struktur sosial dan norma-norma budaya. Sebagai contoh, penelitian oleh Putnam (2000) mengenai "*Bowling Alone*" mengidentifikasi penurunan dalam keterlibatan sosial dan komunitas sebagai salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan identitas. Generasi Z, yang sering kali mengalami penurunan dalam keterlibatan komunitas tradisional, mungkin menghadapi tantangan tambahan dalam menemukan makna dan tujuan pribadi.

Selain media sosial, krisis identitas di kalangan Generasi Z juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti perubahan dalam pola keluarga dan dinamika hubungan interpersonal. Penelitian oleh Amato (2005) mengungkapkan bahwa perubahan dalam struktur keluarga, seperti

meningkatnya tingkat perceraian dan pergeseran peran gender, dapat mempengaruhi perkembangan identitas remaja. Generasi Z, yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang sering kali lebih tidak stabil, mungkin mengalami kesulitan dalam mengembangkan identitas yang kohesif dan stabil. Dalam konteks budaya dan sosial, Generasi Z juga dihadapkan pada tantangan terkait dengan globalisasi dan pergeseran nilai-nilai. Penelitian oleh Inglehart dan Baker (2000) menunjukkan bahwa globalisasi dapat menyebabkan pergeseran nilai-nilai dari budaya tradisional ke nilai-nilai yang lebih individualistik. Generasi Z, yang terpapar pada berbagai budaya dan nilai-nilai global, mungkin mengalami kebingungan tentang identitas budaya mereka dan bagaimana mereka harus beradaptasi dengan norma-norma global yang sering kali bertentangan dengan nilai-nilai lokal.

Penelitian juga menunjukkan bahwa krisis identitas di kalangan Generasi Z dapat diatasi melalui dukungan sosial dan pengembangan keterampilan coping yang efektif. Penelitian oleh Masten dan Reed (2002) mengenai "Resilience in Development" mengidentifikasi bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas dapat memainkan peran penting dalam membantu individu mengatasi krisis identitas dan membangun identitas yang stabil. Program-program pendidikan dan intervensi sosial yang fokus pada pengembangan keterampilan emosional dan sosial dapat membantu Generasi Z menghadapi tantangan ini dengan lebih baik. Dalam perspektif sosiologi, teori-teori tentang struktur sosial dan interaksi sosial juga dapat membantu menjelaskan krisis identitas di kalangan Generasi Z. Teori struktur fungsional, seperti yang dikemukakan oleh Durkheim (1897), menganggap bahwa perubahan dalam struktur sosial dapat mempengaruhi kesejahteraan individu. Generasi Z, yang mengalami perubahan cepat dalam struktur sosial dan norma-norma budaya, mungkin mengalami krisis identitas sebagai respons terhadap ketidakpastian dan perubahan tersebut.

Selain itu, kajian tentang peran gender dan identitas gender juga relevan dalam memahami krisis identitas di kalangan Generasi Z. Penelitian oleh West dan Zimmerman (1987) tentang "Doing Gender" menunjukkan bahwa identitas gender dibentuk melalui interaksi sosial dan norma-norma budaya. Generasi Z, yang tumbuh dalam lingkungan yang lebih inklusif dan terbuka terhadap berbagai identitas gender, mungkin mengalami tantangan dalam menavigasi dan memahami identitas gender mereka sendiri dalam konteks norma-norma yang berubah. Akhirnya, penting untuk mempertimbangkan perspektif ajaran Islam dalam memahami krisis identitas. Ajaran Islam menawarkan panduan moral dan spiritual yang dapat membantu individu menghadapi tantangan

identitas. Ayat-ayat al-Qur'an dan hadis-hadis Nabi Muhammad SAW memberikan prinsip-prinsip yang dapat diterapkan untuk membangun identitas yang sehat dan kohesif, seperti pentingnya kesadaran diri, nilai-nilai keagamaan, dan hubungan yang positif dengan masyarakat. Mengintegrasikan perspektif Islam dalam kajian ini dapat memberikan solusi yang lebih holistik dan relevan bagi Generasi Z dalam mengatasi krisis identitas.

### **Media Sosial dan Pengaruhnya**

Media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari, khususnya bagi Generasi Z, yang tumbuh dalam era digital di mana interaksi sosial terjadi secara dominan melalui platform online. Media sosial, melalui platform seperti Instagram, Facebook, TikTok, dan Twitter, memberikan ruang bagi individu untuk mengungkapkan diri, berinteraksi, dan membangun jaringan sosial. Namun, peran media sosial dalam membentuk dan mempengaruhi identitas merupakan area yang kompleks dan multifaset, yang sering kali membawa dampak positif dan negatif.

Media sosial memfasilitasi pembentukan identitas dengan menyediakan platform di mana individu dapat mengelola citra diri mereka dan menyampaikan identitas yang mereka inginkan kepada publik. Melalui berbagai fitur seperti profil, foto, dan status, pengguna dapat memilih dan menampilkan aspek tertentu dari diri mereka untuk membentuk persepsi orang lain. Proses ini, yang dikenal sebagai "self-presentation", memungkinkan individu untuk menciptakan persona digital yang sering kali ideal dan terkurasi, yang mungkin berbeda dari identitas mereka di dunia nyata. Menurut Goffman dalam teorinya tentang "Presentation of Self in Everyday Life" (1959), individu secara aktif membentuk identitas mereka melalui interaksi sosial, dan media sosial memberikan panggung baru untuk proses ini.

Namun, dampak media sosial pada identitas sering kali bersifat ambivalen. Penelitian oleh Rosen, Whaling, Carrier, Cheever, dan Rokkum (2013) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang intensif dapat menyebabkan perasaan ketidakpuasan dan kecemasan, karena pengguna sering membandingkan diri mereka dengan citra ideal yang ditampilkan oleh orang lain. Hal ini dapat memperburuk krisis identitas, karena individu mungkin merasa bahwa mereka tidak sesuai dengan standar yang diharapkan atau mengalami tekanan untuk memenuhi ekspektasi yang tidak realistis.

Studi oleh Fardouly et al. (2015) mengungkapkan bahwa paparan terhadap gambar-gambar ideal di media sosial dapat menurunkan kepuasan tubuh dan meningkatkan kecemasan mengenai penampilan fisik. Penelitian ini

menunjukkan bahwa media sosial sering menampilkan representasi yang tidak realistis dari standar kecantikan dan kesuksesan, yang dapat mempengaruhi persepsi individu tentang diri mereka sendiri dan meningkatkan risiko krisis identitas. Penelitian lain oleh Perloff (2014) juga mencatat bahwa media sosial dapat memperkuat perasaan ketidakcukupan dan kebingungan identitas, terutama di kalangan remaja yang sangat dipengaruhi oleh norma-norma sosial yang berkembang di platform tersebut.

Dalam konteks Generasi Z, media sosial sering kali menjadi sumber utama informasi dan interaksi sosial. Penelitian oleh Twenge et al. (2018) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi di kalangan remaja dapat mengarah pada peningkatan tingkat kecemasan dan depresi. Mereka menyimpulkan bahwa media sosial dapat memperburuk krisis identitas dengan menciptakan lingkungan di mana individu merasa tertekan untuk memenuhi standar sosial dan ekspektasi yang sering kali tidak realistis. Temuan ini menunjukkan bahwa media sosial, meskipun memberikan peluang untuk ekspresi diri, juga dapat menjadi sumber tekanan yang signifikan yang berkontribusi pada krisis identitas. Selain itu, media sosial berfungsi sebagai ruang di mana norma-norma sosial dan budaya dapat disebarluaskan dan dipengaruhi. Studi oleh Marwick dan Boyd (2011) mengungkapkan bahwa media sosial memungkinkan pengguna untuk terlibat dalam "networked publics" di mana mereka dapat mempengaruhi dan dipengaruhi oleh opini publik dan tren yang berkembang. Dalam konteks ini, identitas individu sering kali dibentuk dan dipengaruhi oleh norma-norma dan tren yang muncul di media sosial, yang dapat menyebabkan pergeseran dalam cara mereka memahami dan mengidentifikasi diri mereka.

Penelitian oleh Valkenburg dan Peter (2011) menyoroti bagaimana interaksi di media sosial dapat mempengaruhi perkembangan identitas sosial dan emosional. Mereka menemukan bahwa media sosial dapat memperkuat perasaan afiliasi dengan kelompok tertentu, tetapi juga dapat memperburuk perasaan keterasingan atau perbedaan. Dalam konteks ini, media sosial dapat memainkan peran ganda dalam pembentukan identitas, dengan memfasilitasi rasa komunitas sambil juga meningkatkan perasaan isolasi dan perbedaan. Dalam studi lain, Nesi dan Prinstein (2015) meneliti dampak media sosial terhadap perkembangan psikososial dan kesehatan mental remaja. Mereka mencatat bahwa media sosial dapat mempengaruhi perkembangan identitas dengan menciptakan platform di mana individu dapat terlibat dalam perilaku sosial yang dapat mempengaruhi harga diri dan persepsi diri mereka. Penelitian ini menyoroti pentingnya memahami bagaimana media sosial dapat

mempengaruhi aspek-aspek psikologis dari identitas, termasuk harga diri dan keterikatan sosial.

Selanjutnya, penelitian oleh Seabrook, Kern, dan Rickard (2016) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dapat menyebabkan perasaan ketidakpuasan diri yang lebih tinggi dan menurunkan kesejahteraan psikologis. Penelitian ini mendukung pandangan bahwa media sosial dapat mempengaruhi identitas dengan memperkuat perasaan ketidakcukupan dan perbandingan sosial, yang dapat memperburuk krisis identitas di kalangan remaja dan dewasa muda. Dalam konteks Indonesia, studi oleh Kurniawati dan Sari (2020) menunjukkan bahwa media sosial juga memiliki dampak yang signifikan pada pembentukan identitas di kalangan Generasi Z. Mereka menemukan bahwa media sosial sering kali digunakan oleh remaja untuk mengkonstruksi identitas sosial mereka dan untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma sosial yang berkembang di platform digital. Penelitian ini menekankan pentingnya memahami dampak media sosial dalam konteks lokal dan budaya, serta bagaimana faktor-faktor ini dapat mempengaruhi krisis identitas di kalangan Generasi Z di Indonesia.

Selain itu, studi oleh Dhir et al. (2017) mengkaji bagaimana interaksi di media sosial dapat mempengaruhi hubungan interpersonal dan identitas. Mereka menemukan bahwa media sosial dapat mempengaruhi kualitas hubungan sosial dan interaksi, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi identitas dan kesejahteraan individu. Penelitian ini menyoroti pentingnya mempertimbangkan bagaimana media sosial mempengaruhi dinamika sosial dan identitas secara keseluruhan. Akhirnya, penting untuk mencatat bahwa media sosial bukanlah faktor tunggal yang mempengaruhi krisis identitas. Faktor-faktor lain seperti dinamika keluarga, lingkungan sosial, dan tekanan akademis juga berperan penting. Penelitian oleh Grotevant dan Cooper (1986) menunjukkan bahwa perkembangan identitas melibatkan interaksi kompleks antara berbagai faktor internal dan eksternal. Oleh karena itu, memahami media sosial dalam konteks yang lebih luas dari perkembangan identitas memerlukan pendekatan yang holistik yang mempertimbangkan berbagai aspek kehidupan individu.

### **Patologi Sosial dalam Konteks Krisis Identitas**

Patologi sosial merupakan cabang dari ilmu sosiologi yang mempelajari penyakit-penyakit sosial, atau perilaku-perilaku yang menyimpang dari norma dan nilai yang diterima dalam suatu masyarakat. Dalam konteks krisis identitas, patologi sosial merujuk pada gangguan atau disfungsi yang terjadi pada

individu atau kelompok akibat ketidakmampuan untuk mengembangkan atau mempertahankan identitas yang stabil dan koheren. Identitas yang dimaksud di sini mencakup identitas pribadi, sosial, budaya, dan agama yang menjadi dasar bagi individu untuk memahami diri mereka sendiri dan posisi mereka dalam masyarakat.

Krisis identitas sering kali terjadi ketika individu atau kelompok mengalami kebingungan atau ketidakpastian mengenai siapa mereka sebenarnya, apa yang mereka percayai, atau di mana mereka berdiri dalam struktur sosial. Ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk tekanan sosial, perubahan budaya, globalisasi, dan pengaruh media. Ketika identitas yang stabil tidak dapat dibentuk, individu atau kelompok tersebut mungkin mengalami patologi sosial, seperti alienasi, kehilangan makna hidup, atau perilaku menyimpang yang dapat merusak integrasi sosial. Berikut adalah Contoh-contoh Krisis Identitas sebagai Patologi Sosial

#### *1. Alienasi Sosial*

Alienasi sosial merupakan salah satu dampak psikologis dan sosial yang serius akibat krisis identitas, di mana individu merasa terputus dari komunitas atau kelompok sosial yang seharusnya menjadi tempat mereka menemukan makna dan dukungan. Fenomena ini sering terjadi ketika individu mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan norma dan nilai-nilai yang ada di lingkungan sosial mereka, atau ketika mereka merasa identitas mereka tidak sesuai dengan harapan sosial yang dominan. Ketika seseorang merasa teralienasi, mereka mungkin mengalami perasaan keterasingan yang mendalam, yang pada gilirannya dapat memicu kondisi emosional negatif seperti kesepian, depresi, dan hilangnya arah dalam hidup.

Generasi Z, yang hidup di era di mana media sosial menjadi pusat interaksi sosial, sangat rentan terhadap alienasi sosial. Media sosial sering kali membentuk dan mendikte standar kesuksesan, kecantikan, dan kebahagiaan yang mungkin tidak realistis atau tidak dapat dicapai oleh semua orang. Ketidakmampuan untuk memenuhi standar ini dapat menyebabkan perasaan rendah diri dan keterasingan dari kelompok sosial, yang dalam banyak kasus diperburuk oleh perbandingan sosial yang terus-menerus di platform digital. Misalnya, melihat teman atau rekan sebaya yang tampaknya memiliki kehidupan yang lebih bahagia atau lebih sukses dapat membuat individu merasa tidak memadai, sehingga mereka mulai menarik diri dari interaksi sosial dan merasa semakin terisolasi.

Alienasi sosial juga dapat diperparah oleh perubahan cepat dalam norma sosial dan budaya, yang sering kali sulit diikuti oleh individu yang berada dalam

proses membentuk identitas mereka. Generasi Z, yang berada di tengah transisi antara tradisi dan modernitas, mungkin merasa bingung atau kehilangan arah ketika nilai-nilai tradisional yang mereka pelajari di rumah berbenturan dengan nilai-nilai baru yang mereka temui di dunia digital. Ketidaksesuaian antara nilai-nilai ini dapat menciptakan konflik internal yang mendalam, di mana individu merasa mereka tidak sepenuhnya milik salah satu dari kedua dunia tersebut, dan akhirnya merasa terasing dari keduanya.

Dalam konteks ini, alienasi sosial tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu tetapi juga pada dinamika sosial yang lebih luas. Ketika individu yang teralienasi tidak merasa terhubung dengan komunitas mereka, partisipasi sosial mereka dapat menurun, yang pada gilirannya mengurangi kohesi sosial dan meningkatkan ketegangan sosial. Di masyarakat di mana alienasi sosial menjadi fenomena yang meluas, kita sering melihat peningkatan dalam perilaku antisosial, seperti kejahatan, penggunaan narkoba, atau kekerasan, sebagai cara individu untuk mengekspresikan rasa frustrasi dan ketidakberdayaan mereka. Ini menciptakan siklus yang memperburuk patologi sosial, di mana alienasi yang dialami individu memperburuk kondisi sosial di sekitarnya, yang pada gilirannya memperkuat perasaan keterasingan mereka.

Selain itu, alienasi sosial sering kali memiliki implikasi jangka panjang yang serius terhadap kesehatan mental dan emosional. Individu yang merasa teralienasi dari kelompok sosial mereka cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi, yang dapat memicu atau memperburuk kondisi mental seperti depresi dan kecemasan. Dalam beberapa kasus, alienasi yang berkelanjutan dapat menyebabkan perasaan putus asa yang mendalam, di mana individu merasa tidak ada tempat bagi mereka dalam masyarakat dan bahwa mereka tidak memiliki nilai atau tujuan hidup. Tanpa intervensi yang tepat, perasaan ini dapat mengarah pada hasil yang lebih ekstrem, seperti pemikiran atau tindakan bunuh diri.

Penting juga untuk dipahami bahwa alienasi sosial tidak selalu merupakan hasil dari tindakan individu itu sendiri, melainkan bisa menjadi akibat dari struktur sosial yang eksklusif atau tidak inklusif. Dalam banyak masyarakat, norma-norma sosial yang kaku atau tidak adil dapat mendorong individu tertentu keluar dari lingkaran sosial yang lebih luas. Misalnya, individu yang berasal dari latar belakang ekonomi yang lebih rendah atau yang memiliki identitas gender dan seksual yang tidak sesuai dengan mayoritas mungkin merasa terpinggirkan, tidak hanya oleh teman sebaya mereka tetapi juga oleh struktur sosial yang lebih luas. Alienasi semacam ini dapat menciptakan rasa

ketidakadilan dan kemarahan, yang dapat memicu protes sosial atau bahkan pemberontakan.

Generasi Z juga menghadapi tantangan tambahan dalam bentuk teknologi yang semakin mendominasi interaksi sosial mereka. Meskipun teknologi dapat mendekatkan orang dari berbagai belahan dunia, itu juga dapat memperdalam perasaan keterasingan jika tidak digunakan dengan bijak. Ketika interaksi sosial menjadi semakin terfragmentasi dan berpusat pada dunia maya, individu mungkin kehilangan keterhubungan yang nyata dengan orang lain. Percakapan tatap muka yang mendalam dan bermakna semakin jarang terjadi, digantikan oleh komunikasi yang sering kali superfisial di media sosial. Hal ini dapat menciptakan perasaan hampa dan tidak terhubung, yang memperburuk alienasi sosial.

Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk mengembangkan strategi yang dapat membantu mengatasi dan mencegah alienasi sosial, terutama di kalangan generasi muda. Pendidikan yang mendorong pemahaman dan penerimaan terhadap keberagaman identitas, serta promosi kesehatan mental yang baik, merupakan langkah awal yang penting. Institusi sosial, seperti sekolah, organisasi keagamaan, dan komunitas lokal, juga perlu memainkan peran aktif dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung, di mana individu dari semua latar belakang merasa dihargai dan diakui.

Selain itu, peran media sosial itu sendiri perlu dievaluasi dengan cermat. Sementara media sosial menawarkan banyak manfaat, juga penting untuk membangun kesadaran akan dampak negatifnya terhadap kesehatan mental dan identitas individu. Platform media sosial dan penggunaannya perlu didorong untuk mengembangkan praktik yang lebih sehat dalam berinteraksi secara online, seperti mengurangi perbandingan sosial yang merusak dan meningkatkan konten yang positif dan inspiratif. Dengan cara ini, media sosial dapat menjadi alat yang lebih konstruktif dalam membantu Generasi Z menemukan dan menegaskan identitas mereka, daripada menjadi sumber keterasingan dan krisis identitas.

Akhirnya, pendekatan berbasis komunitas dan keluarga juga sangat penting dalam mengatasi alienasi sosial. Dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan komunitas dapat membantu individu mengatasi perasaan keterasingan dan membangun kembali keterhubungan mereka dengan dunia di sekitar mereka. Dalam konteks ini, ajaran agama dan nilai-nilai moral tradisional sering kali memainkan peran penting dalam memberikan panduan dan makna hidup, yang dapat membantu individu menemukan kembali identitas mereka yang hilang dan merasa lebih terhubung dengan komunitas mereka.

## 2. *Konflik Identitas dalam Konteks Budaya dan Agama*

Dalam masyarakat yang multikultural dan multireligius, individu sering kali berada dalam situasi yang kompleks dan menantang terkait dengan identitas mereka. Mereka dihadapkan pada kebutuhan untuk menavigasi dan menyesuaikan diri dengan berbagai identitas yang berbeda, baik itu identitas budaya, agama, etnis, atau bahkan identitas nasional. Ketika individu tidak mampu mengintegrasikan berbagai identitas ini dengan harmonis, mereka sering kali mengalami apa yang disebut sebagai krisis identitas. Krisis ini ditandai oleh kebingungan dan ketidakpastian tentang siapa mereka sebenarnya dan nilai-nilai apa yang mereka pegang teguh.

Fenomena ini sangat terasa di kalangan remaja dan kaum muda yang berada pada fase pembentukan identitas. Pada usia ini, mereka sedang dalam proses eksplorasi diri dan mencoba memahami tempat mereka di dunia. Ketika dihadapkan pada norma dan nilai yang berbeda, baik dari keluarga maupun masyarakat yang lebih luas, mereka mungkin merasa terpecah antara berbagai identitas yang saling bersaing. Misalnya, seorang remaja Muslim yang tinggal di negara Barat mungkin merasakan tekanan untuk mengikuti tradisi dan ajaran agama yang diajarkan oleh keluarganya, sementara pada saat yang sama, mereka juga harus beradaptasi dengan nilai-nilai sekuler dan budaya populer yang dominan di masyarakat tempat mereka tinggal.

Konflik ini bisa sangat membingungkan dan dapat menyebabkan stres psikologis yang signifikan. Remaja mungkin merasa terjebak di antara dua dunia yang berbeda, tidak sepenuhnya milik salah satunya. Mereka mungkin merasa bahwa dengan mengikuti satu identitas, mereka mengkhianati identitas lainnya. Hal ini dapat menyebabkan perasaan keterasingan dan isolasi, baik dari keluarga maupun dari lingkungan sosial yang lebih luas. Dalam beberapa kasus, tekanan ini dapat memperburuk kondisi mental mereka, memicu kecemasan, depresi, atau bahkan perasaan tidak berdaya.

Selain itu, dalam konteks masyarakat multikultural, individu juga sering kali menghadapi stereotip dan diskriminasi yang didasarkan pada identitas mereka. Hal ini dapat memperparah krisis identitas yang mereka alami. Misalnya, remaja Muslim di negara-negara Barat mungkin menghadapi stereotip negatif terkait dengan agama mereka, yang dapat mempengaruhi cara mereka memandang diri mereka sendiri dan identitas agama mereka. Stereotip ini, yang sering kali diperkuat oleh media, dapat menyebabkan mereka merasa malu atau tertekan tentang identitas mereka, yang selanjutnya memperburuk krisis identitas yang mereka alami.

Oleh karena itu, penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung di mana individu dapat mengeksplorasi identitas mereka tanpa takut dihakimi atau dipaksa untuk menyesuaikan diri dengan satu identitas tertentu. Pendidikan yang mendorong pemahaman dan penghargaan terhadap keberagaman identitas, serta dukungan dari keluarga dan komunitas, dapat membantu individu menghadapi tantangan ini. Dalam konteks ini, pendidikan multikultural memainkan peran penting dalam membantu individu mengembangkan identitas yang kuat dan positif, yang mencerminkan integrasi yang harmonis dari berbagai aspek identitas mereka.

Penting juga untuk diingat bahwa identitas adalah konsep yang dinamis dan terus berkembang. Individu mungkin mengalami perubahan dalam cara mereka memandang diri mereka sendiri seiring berjalannya waktu dan pengalaman hidup yang mereka alami. Oleh karena itu, memberikan ruang bagi individu untuk mengeksplorasi dan berevolusi dalam identitas mereka tanpa tekanan untuk segera memutuskan "siapa mereka" adalah kunci dalam mencegah krisis identitas. Ini termasuk memberikan dukungan dalam memahami bahwa mereka dapat memiliki identitas ganda atau bahkan multiselaras, yang mencakup berbagai aspek budaya, agama, dan nilai yang berbeda.

Akhirnya, masyarakat dan pembuat kebijakan juga memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung. Ini bisa dilakukan dengan mempromosikan kebijakan yang mendukung pluralisme dan melawan diskriminasi, serta menyediakan layanan yang membantu individu, terutama kaum muda, untuk mengatasi tantangan identitas mereka. Program yang mempromosikan dialog antarbudaya dan antaragama, misalnya, dapat membantu memperkuat pemahaman dan toleransi, serta mengurangi konflik identitas yang dialami oleh individu dalam masyarakat multikultural dan multireligius.

### *3. Penyalahgunaan Narkoba sebagai Bentuk Pelarian*

Penyalahgunaan narkoba merupakan salah satu bentuk patologi sosial yang serius dan semakin mendalam di berbagai lapisan masyarakat, termasuk di kalangan remaja dan dewasa muda. Fenomena ini sering kali berkaitan erat dengan krisis identitas, di mana individu merasa terjebak dalam ketidakpastian mengenai siapa mereka sebenarnya dan bagaimana mereka seharusnya menempatkan diri dalam masyarakat. Ketika seseorang mengalami kebingungan identitas atau merasa tekanan sosial yang berat, mereka mungkin melihat narkoba sebagai pelarian dari kenyataan yang menyakitkan atau sebagai

sarana untuk mencapai rasa penerimaan dan pemenuhan diri, meskipun hanya sementara.

Di Indonesia, masalah penyalahgunaan narkoba di kalangan generasi muda terus meningkat, dan ini mencerminkan dampak dari ketidakmampuan mereka untuk menemukan identitas yang stabil dan bermakna dalam lingkungan yang sering kali penuh dengan tekanan sosial, ekonomi, dan budaya. Remaja yang berada dalam fase pencarian jati diri sering kali menjadi kelompok yang paling rentan terhadap godaan narkoba. Mereka mungkin merasa bahwa menggunakan narkoba memberikan jalan keluar dari rasa kesepian, stres, atau bahkan ketidakberdayaan yang mereka rasakan dalam menghadapi tuntutan sosial.

Narkoba sering kali dianggap sebagai solusi instan untuk mengatasi perasaan tidak berharga, kecemasan, atau depresi yang terkait dengan krisis identitas. Namun, alih-alih memberikan solusi, penyalahgunaan narkoba justru memperburuk kondisi psikologis dan sosial individu. Penggunaan narkoba dapat merusak kemampuan seseorang untuk berfungsi secara normal dalam masyarakat, baik dalam konteks pendidikan, pekerjaan, maupun hubungan sosial. Lebih jauh, ketergantungan pada zat terlarang ini dapat menyebabkan isolasi sosial yang lebih parah, memperdalam rasa keterasingan, dan pada akhirnya mengarah pada kehancuran individu secara fisik, mental, dan emosional.

Penyalahgunaan narkoba juga memiliki dampak yang luas terhadap keluarga dan komunitas. Ketika seorang anggota keluarga terjerumus ke dalam penyalahgunaan narkoba, ini dapat menyebabkan disintegrasi keluarga, konflik, dan bahkan kekerasan. Selain itu, komunitas yang memiliki tingkat penyalahgunaan narkoba yang tinggi sering kali mengalami penurunan kualitas hidup, peningkatan kriminalitas, dan melemahnya kohesi sosial. Dalam skala yang lebih besar, masalah ini dapat mengancam stabilitas sosial dan ekonomi, menciptakan beban berat bagi sistem kesehatan dan penegakan hukum.

Krisis identitas yang mendorong penyalahgunaan narkoba sering kali diperparah oleh faktor-faktor eksternal seperti tekanan teman sebaya, ekspektasi yang tidak realistis dari masyarakat, serta akses mudah ke narkoba. Media sosial, misalnya, telah menjadi saluran di mana tekanan untuk tampil "sempurna" atau memenuhi standar kesuksesan tertentu semakin diperkuat, yang pada akhirnya dapat mendorong individu yang rentan untuk mencari pelarian melalui narkoba. Tekanan ini, jika tidak diimbangi dengan dukungan yang memadai dari keluarga, sekolah, dan masyarakat, dapat membuat individu merasa terisolasi dan tidak berdaya dalam menghadapi tantangan hidup.

Upaya untuk mengatasi penyalahgunaan narkoba sebagai bentuk patologi sosial yang terkait dengan krisis identitas memerlukan pendekatan yang komprehensif dan terpadu. Intervensi yang efektif harus mencakup pencegahan yang dimulai sejak dini, dengan fokus pada penguatan identitas positif dan resilien di kalangan remaja. Pendidikan yang berfokus pada pengembangan karakter, pengelolaan stres, dan keterampilan sosial yang baik dapat membantu individu membangun identitas yang kuat dan sehat, yang mampu menahan godaan penyalahgunaan narkoba.

Selain itu, dukungan psikososial yang memadai bagi individu yang mengalami krisis identitas juga penting. Konseling, terapi kelompok, dan program pemulihan narkoba yang dirancang untuk memperkuat identitas positif dan memberdayakan individu dapat membantu mengarahkan mereka kembali ke jalur yang lebih sehat dan konstruktif. Pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan keluarga, sekolah, dan organisasi masyarakat juga diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan mempromosikan kehidupan bebas narkoba.

Dengan memahami penyalahgunaan narkoba sebagai manifestasi dari krisis identitas, masyarakat dapat lebih fokus pada pencegahan dan intervensi yang berorientasi pada penguatan identitas individu. Hal ini tidak hanya akan membantu mengurangi prevalensi penyalahgunaan narkoba, tetapi juga akan berkontribusi pada pembangunan generasi yang lebih kuat, sehat, dan mampu menghadapi tantangan hidup dengan cara yang positif dan konstruktif.

#### *4. Perilaku Agresif dan Kekerasan*

Perilaku agresif dan kekerasan, seperti tawuran antar kelompok, adalah bentuk nyata dari patologi sosial yang sering kali berkaitan erat dengan krisis identitas. Ketika individu, terutama remaja, merasa kebingungan atau ketidakpastian mengenai identitas mereka, hal ini dapat memicu respon defensif yang diwujudkan melalui kekerasan. Dalam banyak kasus, kekerasan ini bukan hanya tentang tindakan fisik semata, tetapi juga merupakan ekspresi dari kebutuhan yang mendalam untuk menegaskan eksistensi dan posisi mereka dalam hierarki sosial yang mereka pahami.

Tawuran antar pelajar adalah contoh klasik dari bagaimana konflik identitas kelompok dapat memanifestasikan diri dalam bentuk kekerasan. Di kalangan remaja, periode pencarian jati diri sering kali disertai dengan kecenderungan untuk mengidentifikasi diri dengan kelompok tertentu, yang memberikan rasa kebersamaan dan perlindungan. Namun, ketika kelompok-kelompok ini merasa terancam atau diprovokasi oleh kelompok lain, mereka mungkin merespons dengan agresi sebagai cara untuk mempertahankan

identitas kolektif mereka. Tawuran tersebut menjadi cara untuk mencari pengakuan, baik dari anggota kelompok mereka sendiri maupun dari masyarakat luas, meskipun cara ini destruktif dan merusak.

Fenomena ini juga bisa dilihat sebagai akibat dari kurangnya saluran yang positif untuk mengekspresikan identitas diri. Ketika remaja tidak memiliki sarana yang konstruktif untuk mengembangkan dan mengekspresikan identitas mereka, mereka mungkin beralih ke perilaku yang merusak sebagai bentuk protes atau penegasan diri. Dalam konteks ini, kekerasan menjadi alat yang mereka anggap efektif untuk menunjukkan kekuatan, keberanian, dan keunggulan, meskipun kenyataannya, hal tersebut hanya memperparah perasaan terasing dan konflik internal mereka.

Penting untuk dicatat bahwa perilaku kekerasan ini sering kali diperkuat oleh dinamika kelompok dan tekanan sebaya. Remaja yang mungkin secara individual tidak cenderung ke arah kekerasan dapat terlibat dalam tawuran karena dorongan dari kelompok mereka atau karena rasa takut akan penolakan jika mereka tidak ikut serta. Dalam situasi ini, identitas kelompok menjadi lebih dominan dibandingkan identitas individu, dan tindakan kekerasan dilihat sebagai cara untuk mempertahankan solidaritas dan kohesi kelompok, meskipun hal ini berarti melanggar norma-norma sosial yang lebih luas.

Dari sudut pandang sosial, tawuran dan kekerasan antar kelompok dapat dipandang sebagai bentuk perlawanan terhadap struktur sosial yang dianggap tidak adil atau tidak memberikan ruang yang cukup bagi ekspresi identitas. Ketika remaja merasa bahwa identitas mereka tidak diakui atau dihargai dalam sistem sosial yang ada, mereka mungkin memilih kekerasan sebagai cara untuk menuntut perhatian dan memperjuangkan tempat mereka dalam masyarakat. Ini mencerminkan ketidakmampuan masyarakat untuk menyediakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi perkembangan identitas remaja, yang pada akhirnya mengarah pada bentuk-bentuk perilaku yang merusak.

Lebih jauh, kekerasan antar kelompok juga mencerminkan permasalahan yang lebih luas dalam struktur masyarakat, termasuk kurangnya akses terhadap pendidikan yang inklusif dan berkualitas, serta minimnya dukungan psikososial untuk remaja. Ketika sistem pendidikan dan masyarakat gagal memberikan bimbingan yang memadai, serta kesempatan untuk mengembangkan identitas yang positif dan bermakna, kekosongan ini sering kali diisi oleh identitas kolektif yang dibangun di atas dasar antagonisme dan konflik.

Upaya untuk mengatasi tawuran dan kekerasan antar kelompok sebagai bentuk patologi sosial yang berkaitan dengan krisis identitas harus dimulai dengan pendekatan yang holistik. Intervensi perlu difokuskan pada

pengembangan identitas individu yang sehat dan resilien, dengan menyediakan bimbingan, dukungan emosional, dan peluang untuk mengekspresikan diri melalui cara-cara yang positif. Program pendidikan yang menekankan pada pemahaman diri, pengelolaan emosi, dan resolusi konflik secara damai sangat penting untuk membantu remaja menemukan cara yang lebih konstruktif untuk menegaskan identitas mereka.

Selain itu, penting untuk mengubah dinamika kelompok yang cenderung memicu kekerasan. Pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan keluarga, sekolah, dan organisasi masyarakat dapat menciptakan lingkungan di mana nilai-nilai solidaritas, penghargaan terhadap keragaman, dan perdamaian diutamakan. Dengan demikian, remaja dapat belajar bahwa kekuatan dan keberanian tidak harus ditunjukkan melalui kekerasan, tetapi melalui kerja sama, dialog, dan penghormatan terhadap identitas orang lain.

Dalam jangka panjang, menangani masalah tawuran dan kekerasan antar kelompok memerlukan perubahan dalam cara masyarakat memandang dan menangani identitas remaja. Alih-alih melihat mereka sebagai kelompok yang bermasalah, penting untuk mengakui kebutuhan mereka akan pengakuan dan tempat dalam masyarakat. Dengan menyediakan lebih banyak ruang untuk dialog, ekspresi diri, dan pengembangan keterampilan sosial, masyarakat dapat membantu remaja membangun identitas yang kuat dan positif, yang tidak perlu bergantung pada kekerasan untuk diperjuangkan.

##### *5. Ketergantungan pada Media Sosial*

Ketergantungan yang berlebihan pada media sosial telah menjadi salah satu tantangan terbesar dalam perkembangan identitas individu di era digital. Media sosial memberikan platform yang hampir tak terbatas bagi individu untuk membentuk, memanipulasi, dan memproyeksikan identitas mereka. Namun, di balik kebebasan ini, tersembunyi risiko besar yang dapat mengarah pada patologi sosial, terutama ketika individu menjadi terlalu bergantung pada validasi eksternal dari pengguna lain. Fenomena ini sering kali menjadi akar dari berbagai masalah identitas, di mana individu mulai mendefinisikan diri mereka berdasarkan jumlah "likes," komentar, atau pengikut yang mereka miliki di platform tersebut.

Ketergantungan pada media sosial untuk validasi eksternal sering kali memicu perbandingan sosial yang tidak sehat. Individu mungkin merasa perlu untuk menyesuaikan diri dengan standar kecantikan, kesuksesan, atau gaya hidup yang ideal yang dipromosikan oleh pengguna lain di media sosial. Perbandingan ini dapat menyebabkan ketidakpuasan diri, karena individu merasa bahwa mereka tidak pernah cukup baik atau tidak mampu mencapai

standar yang ditetapkan oleh orang lain. Akibatnya, mereka mengalami penurunan harga diri dan mungkin mulai mengembangkan pandangan negatif tentang diri mereka sendiri.

Dalam banyak kasus, ketergantungan pada media sosial dapat menyebabkan gangguan dalam pengembangan identitas yang sehat. Identitas yang terbentuk melalui media sosial cenderung bersifat rapuh dan bergantung pada persepsi orang lain, daripada didasarkan pada nilai-nilai internal atau pengakuan diri yang tulus. Ketika individu terus-menerus mencari validasi dari luar, mereka mungkin kehilangan kemampuan untuk mengenali dan menghargai diri mereka sendiri tanpa perlu persetujuan dari orang lain. Hal ini dapat menyebabkan ketergantungan emosional pada media sosial, yang pada akhirnya merusak kesejahteraan mental dan emosional individu.

Ketergantungan berlebihan ini juga dapat mengganggu fungsi sosial individu. Ketika seseorang terlalu fokus pada kehidupan online mereka, mereka mungkin mulai mengabaikan hubungan sosial di dunia nyata. Interaksi tatap muka dan pengalaman sosial yang mendalam sering kali digantikan oleh hubungan superfisial yang didorong oleh media sosial. Akibatnya, individu mungkin merasa terisolasi secara sosial meskipun mereka terlihat aktif di media sosial. Isolasi ini dapat memperburuk masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi, yang sering kali muncul sebagai hasil dari tekanan untuk tampil sempurna di media sosial.

Lebih jauh, media sosial dapat memperparah krisis identitas dengan menekankan aspek-aspek tertentu dari identitas seseorang sementara mengabaikan atau menekan aspek-aspek lainnya. Misalnya, seseorang mungkin merasa perlu untuk memamerkan kesuksesan profesional atau kehidupan pribadi yang ideal di media sosial, tetapi pada saat yang sama menyembunyikan kesulitan atau tantangan yang mereka hadapi. Ketidakseimbangan ini dapat menciptakan identitas yang tidak otentik dan tidak konsisten, yang pada akhirnya menimbulkan kebingungan dan stres internal.

Dalam jangka panjang, dampak dari ketergantungan pada media sosial terhadap pengembangan identitas yang sehat dapat sangat merusak. Identitas yang rapuh dan bergantung pada validasi eksternal tidak hanya membuat individu rentan terhadap gangguan emosional, tetapi juga dapat mengganggu kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang sehat dan bermakna dengan orang lain. Isolasi sosial yang disebabkan oleh ketergantungan pada media sosial juga dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan, karena individu mungkin mulai merasa terputus dari dunia nyata

dan kehilangan kemampuan untuk merasakan kebahagiaan dan kepuasan dalam interaksi sosial yang sejati.

Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan kesadaran tentang bahaya ketergantungan pada media sosial dan mencari cara untuk membangun identitas yang lebih otentik dan berkelanjutan. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah dengan membatasi waktu yang dihabiskan di media sosial dan lebih fokus pada hubungan dan kegiatan yang memberikan makna dan nilai intrinsik. Selain itu, penting untuk mendidik individu tentang pentingnya pengakuan diri dan harga diri yang tidak bergantung pada validasi eksternal, sehingga mereka dapat mengembangkan identitas yang kuat dan positif, yang tidak mudah goyah oleh tekanan dari media sosial.

Intervensi dari pihak keluarga, pendidikan, dan komunitas juga sangat penting dalam membantu individu, terutama generasi muda, untuk menavigasi dunia media sosial dengan cara yang sehat. Dengan bimbingan yang tepat, individu dapat belajar untuk menggunakan media sosial sebagai alat untuk mengekspresikan diri dan berhubungan dengan orang lain tanpa terperangkap dalam siklus perbandingan sosial yang merusak dan ketergantungan pada validasi eksternal. Hanya dengan pendekatan yang holistik dan berkesinambungan, kita dapat mengatasi tantangan yang ditimbulkan oleh media sosial terhadap pengembangan identitas yang sehat dan mencegah timbulnya patologi sosial yang lebih serius di masa depan.

#### *6. Penyebaran Berita Hoaks sebagai Reaksi terhadap Ketidakpastian Identitas*

Penyebaran berita hoaks atau informasi palsu sering kali menjadi refleksi dari ketidakpastian identitas yang dialami oleh individu atau kelompok. Ketika orang merasa bingung atau tidak yakin tentang siapa mereka atau apa yang mereka percayai, mereka mungkin cenderung mencari informasi yang memperkuat pandangan mereka, meskipun informasi tersebut tidak akurat. Hoaks sering kali berfungsi sebagai alat untuk mengkonfirmasi bias konfirmasi—yaitu, kecenderungan untuk mencari dan mempercayai informasi yang mendukung keyakinan yang sudah ada. Dalam konteks ini, berita hoaks dapat memperkuat rasa identitas kelompok dengan menciptakan narasi yang membedakan "kita" dari "mereka," sekaligus mengabaikan fakta-fakta yang bertentangan.

Proses ini dapat memperburuk polarisasi dan konflik sosial karena informasi yang salah sering kali dirancang untuk menimbulkan ketegangan dan kebencian terhadap kelompok lain. Ketika berita hoaks menyebar, mereka dapat memperdalam perpecahan sosial dengan memperkuat stereotip dan prasangka, serta memicu reaksi emosional yang kuat. Individu yang merasa terancam oleh

ketidakpastian identitas mereka mungkin lebih rentan terhadap narasi yang menuduh kelompok lain sebagai penyebab masalah mereka, sehingga memperburuk konflik dan meningkatkan polarisasi di masyarakat.

Selain itu, penyebaran berita hoaks yang berkaitan dengan krisis identitas dapat menciptakan siklus umpan balik negatif, di mana informasi palsu semakin memperkuat ketidakpastian identitas dan mendorong individu untuk mencari lebih banyak informasi yang tidak valid. Ini menciptakan lingkaran setan di mana individu merasa semakin terjebak dalam pandangan dunia yang terdistorsi dan terpisah dari realitas objektif. Oleh karena itu, menangani penyebaran berita hoaks memerlukan pendekatan yang menyeluruh, termasuk pendidikan media yang lebih baik, untuk membantu individu mengembangkan kemampuan kritis dan memperkuat identitas yang lebih stabil dan realistis.

#### *7. Ketergantungan pada Ideologi Ekstrem*

Ketergantungan pada ideologi ekstrem sering kali muncul dari krisis identitas, di mana individu yang merasa kehilangan makna atau tujuan dalam hidup mereka mencari struktur dan arah melalui ideologi yang radikal. Ideologi ekstrem—baik itu ekstremisme agama, politik, atau sosial—dapat memberikan rasa kepemilikan dan tujuan yang kuat kepada individu yang merasa terasing atau tidak puas dengan kehidupan mereka. Ideologi ini sering kali menjanjikan solusi sederhana untuk masalah yang kompleks, memberikan rasa kontrol dan kekuatan yang mungkin tidak mereka rasakan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Namun, ketergantungan pada ideologi ekstrem sering kali datang dengan konsekuensi yang merugikan, termasuk pengabaian nilai-nilai toleransi dan keragaman. Ideologi ekstrem cenderung membentuk pandangan dunia yang hitam-putih, di mana perbedaan dianggap sebagai ancaman dan konformitas dengan ideologi dianggap sebagai satu-satunya cara untuk mencapai makna dan tujuan hidup. Hal ini dapat menyebabkan tindakan-tindakan destruktif, baik secara individu maupun kelompok, seperti kekerasan, terorisme, atau pelanggaran hak asasi manusia.

Selain itu, ideologi ekstrem sering kali membatasi kemampuan individu untuk berinteraksi secara konstruktif dengan orang lain yang memiliki pandangan berbeda. Ketika seseorang mengadopsi ideologi ekstrem, mereka mungkin mulai melihat dunia sebagai tempat yang penuh dengan musuh dan ancaman, yang pada gilirannya dapat memperburuk isolasi sosial dan konflik. Untuk mengatasi ketergantungan pada ideologi ekstrem, penting untuk memperkuat program-program yang mengajarkan toleransi, empati, dan keterampilan berpikir kritis yang memungkinkan individu untuk

mengeksplorasi berbagai pandangan dan menemukan makna yang lebih seimbang dalam hidup mereka.

#### *8. Kecenderungan Konsumerisme Berlebihan*

Konsumerisme berlebihan dapat dilihat sebagai bentuk patologi sosial yang terkait erat dengan krisis identitas. Dalam masyarakat yang didominasi oleh nilai-nilai materialistik, individu sering kali merasa terdorong untuk mengonsumsi barang dan jasa sebagai cara untuk membentuk atau memperkuat identitas mereka. Konsumerisme menjadi alat untuk menunjukkan status sosial, prestasi pribadi, dan bahkan nilai-nilai diri. Namun, kepuasan yang diperoleh dari konsumerisme sering kali bersifat sementara dan tidak memecahkan ketidakpuasan mendalam yang mendasari krisis identitas.

Ketika individu terus-menerus mencari kepuasan melalui pembelian barang dan jasa, mereka dapat mengalami perasaan hampa dan ketidakpuasan jangka panjang. Konsumerisme berlebihan sering kali mengarah pada siklus konsumsi yang tidak berujung, di mana individu berusaha memenuhi kebutuhan emosional mereka dengan barang-barang material. Hal ini dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup, karena kepuasan yang diperoleh dari konsumerisme tidak mampu memberikan makna yang mendalam atau solusi untuk masalah identitas yang mereka hadapi.

Selain itu, kecenderungan konsumerisme berlebihan dapat menyebabkan dampak lingkungan yang merugikan dan memperburuk ketidaksetaraan sosial. Konsumerisme yang tidak terkontrol dapat mendorong pola produksi dan konsumsi yang tidak berkelanjutan, serta memperbesar kesenjangan antara mereka yang memiliki akses ke barang-barang mewah dan mereka yang tidak. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan pendekatan yang lebih berkelanjutan dalam konsumsi dan memperkuat nilai-nilai yang menekankan kepuasan dari hubungan yang bermakna dan pencapaian pribadi yang autentik.

#### *9. Gangguan Makan sebagai Manifestasi Krisis Identitas*

Gangguan makan seperti anoreksia dan bulimia sering kali dapat dianggap sebagai bentuk patologi sosial yang muncul dari krisis identitas. Individu yang merasa tidak memiliki kendali atas hidup mereka atau yang tidak puas dengan tubuh mereka mungkin mencoba untuk mengendalikan asupan makanan mereka sebagai cara untuk menegaskan identitas mereka atau memenuhi standar kecantikan yang tidak realistis. Gangguan makan ini mencerminkan ketidakpuasan mendalam dengan diri sendiri, yang sering kali berakar dari ketidakstabilan identitas dan perasaan tidak berdaya.

Gangguan makan sering kali menjadi mekanisme untuk mencoba meraih kontrol di area kehidupan yang terasa tidak terkendali. Misalnya, individu

dengan anoreksia mungkin merasa bahwa mengontrol berat badan mereka adalah satu-satunya hal yang dapat mereka kendalikan dalam hidup mereka. Dengan mengubah tubuh mereka sesuai dengan standar kecantikan yang ditetapkan oleh masyarakat, mereka berharap dapat memperbaiki citra diri mereka dan mengatasi perasaan kekurangan yang mendalam. Namun, pendekatan ini sering kali mengarah pada masalah kesehatan serius dan tidak menyelesaikan krisis identitas yang mendasarinya.

Penting untuk mengatasi gangguan makan dengan pendekatan yang holistik, yang tidak hanya fokus pada pengobatan fisik tetapi juga pada dukungan psikologis dan emosional. Pendekatan ini harus mencakup terapi yang membantu individu untuk mengeksplorasi dan membangun identitas yang lebih positif dan sehat, serta untuk mengatasi perasaan ketidakpuasan dan tekanan sosial yang mempengaruhi pandangan mereka tentang tubuh mereka. Dukungan dari keluarga, teman, dan profesional kesehatan juga sangat penting dalam proses pemulihan dan pencarian identitas yang lebih stabil.

#### *10. Perilaku Antisosial dan Kriminalitas*

Perilaku antisosial dan kriminalitas sering kali dapat dilihat sebagai manifestasi dari krisis identitas, di mana individu merasa tidak memiliki tempat atau peran yang jelas dalam masyarakat. Ketika individu merasa terasing atau tidak mampu memenuhi ekspektasi sosial, mereka mungkin mencari cara untuk menegaskan diri mereka atau mendapatkan rasa kekuasaan dan kontrol melalui tindakan kriminal. Perilaku ini sering kali mencerminkan disfungsi yang mendalam dalam pengembangan identitas dan menunjukkan kebutuhan untuk intervensi sosial yang lebih besar.

Dalam banyak kasus, perilaku kriminal dapat menjadi cara bagi individu untuk merespons ketidakpuasan atau ketidakmampuan untuk menemukan makna dalam kehidupan mereka. Tindakan kriminal sering kali menawarkan rasa kekuasaan atau kontrol yang mungkin tidak dapat mereka capai melalui cara-cara yang sah. Misalnya, kejahatan dapat menjadi bentuk pelarian dari rasa tertekan atau dari ketidakmampuan untuk memenuhi harapan sosial dan pribadi. Perilaku ini, pada gilirannya, memperburuk masalah sosial dan menciptakan tantangan tambahan bagi sistem peradilan dan rehabilitasi.

Menangani perilaku antisosial dan kriminalitas memerlukan pendekatan yang berfokus pada pencegahan dan rehabilitasi. Program-program yang menawarkan dukungan psikososial, pendidikan, dan peluang kerja dapat membantu individu untuk menemukan tujuan dan makna dalam hidup mereka tanpa harus beralih ke tindakan kriminal. Selain itu, penting untuk menciptakan lingkungan sosial yang inklusif dan mendukung, yang memungkinkan individu

untuk merasa diterima dan dihargai, serta untuk membantu mereka membangun identitas yang positif dan konstruktif.

### **Perspektif Islam terkait Identitas, Moralitas, dan Perilaku Sosial**

Identitas dalam Islam tidak hanya dipahami sebagai ciri khas individu tetapi juga sebagai bagian integral dari misi keberadaan manusia di dunia. Identitas manusia dalam Islam adalah sebagai khalifah Allah di bumi, yang memiliki tanggung jawab untuk menjaga dan mengelola dunia sesuai dengan kehendak-Nya. Al-Qur'an dalam Surah Al-Baqarah (2:30) menegaskan bahwa manusia diangkat sebagai khalifah (pemimpin) di muka bumi. Ini menunjukkan bahwa identitas manusia dalam Islam terikat erat dengan tugas spiritual dan tanggung jawab moral yang harus dijalankan. Dengan demikian, identitas seorang Muslim bukan hanya tentang kepercayaan yang ia pegang, tetapi juga tentang bagaimana kepercayaan tersebut tercermin dalam tindakan dan perilaku sehari-hari. Identitas ini mencakup komitmen untuk mengikuti ajaran Allah dan Rasul-Nya, serta berusaha menjalankan peran sebagai khalifah dengan integritas dan moralitas yang tinggi.

Dalam QS. Al-Baqarah: 143, Allah menegaskan pentingnya identitas umat Islam sebagai "ummatan wasathan" atau umat yang moderat. Umat Islam ditetapkan oleh Allah untuk menjadi saksi bagi manusia lainnya dan menunjukkan keseimbangan dalam segala aspek kehidupan, termasuk dalam aspek spiritual dan material. Identitas moderat ini tidak hanya menghindarkan umat dari ekstremisme, tetapi juga menekankan pentingnya keseimbangan dalam moralitas dan perilaku sosial, sehingga umat Islam dapat menjadi contoh yang baik bagi masyarakat. Moderasi ini tidak berarti kompromi dalam keimanan, tetapi lebih kepada kemampuan untuk menavigasi kehidupan dengan bijak, menghindari ekstremisme, dan tetap setia pada prinsip-prinsip Islam yang sejati.

Dalam QS. Al-A'raf: 31, Allah SWT mengajarkan pentingnya menjaga adab dan moralitas dalam kehidupan sehari-hari. Ayat ini berbunyi, "Wahai anak-anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, dan jangan berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan." Ayat ini menggarisbawahi pentingnya kesederhanaan dan adab, yang merupakan bagian dari identitas seorang Muslim. Perilaku sosial yang baik harus sejalan dengan prinsip moderasi dan penghindaran dari perilaku berlebihan. Dalam konteks ini, identitas Muslim sangat terkait dengan bagaimana seseorang menjalankan kehidupannya dengan

cara yang mencerminkan nilai-nilai Islam, termasuk dalam hal berpakaian, makan, minum, dan berinteraksi dengan orang lain.

Dalam sebuah hadis yang diriwayatkan oleh Abu Hurairah, Rasulullah SAW bersabda, "Seseorang itu berada di atas agama temannya. Maka hendaklah salah seorang dari kalian melihat dengan siapa ia bergaul" (HR. Abu Dawud). Hadis ini menunjukkan bahwa identitas dan moralitas seseorang sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan pergaulan mereka. Oleh karena itu, menjaga pergaulan yang baik merupakan salah satu cara untuk mempertahankan identitas dan moralitas yang sesuai dengan ajaran Islam. Lingkungan sosial yang positif dan mendukung akan membantu seorang Muslim untuk tetap teguh pada identitasnya sebagai hamba Allah, sementara pergaulan yang buruk dapat menjerumuskan seseorang ke dalam perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai Islam.

Globalisasi telah membawa tantangan baru bagi identitas Muslim, di mana nilai-nilai global sering kali bertentangan dengan nilai-nilai Islam. Dalam konteks ini, mempertahankan identitas sebagai Muslim yang taat sambil tetap terbuka terhadap perkembangan global merupakan tantangan yang kompleks. Al-Qur'an dan hadis memberikan panduan untuk tetap berpegang teguh pada nilai-nilai Islam sambil bersikap bijak dalam menghadapi perubahan zaman. QS. Al-Mumtahanah: 8, misalnya, mengajarkan umat Islam untuk berbuat baik dan adil kepada orang non-Muslim yang tidak memerangi umat Islam. Ini menunjukkan bahwa dalam interaksi dengan dunia luar, seorang Muslim harus tetap berpegang pada prinsip-prinsip keadilan dan kebaikan, tanpa mengorbankan identitas dan keyakinannya.

Kesadaran akan identitas diri sebagai seorang Muslim sangat penting dalam menjaga moralitas. Identitas Muslim tidak hanya terkait dengan keyakinan agama, tetapi juga dengan perilaku sehari-hari yang mencerminkan ajaran Islam. Hal ini mencakup menjaga integritas, kejujuran, dan tanggung jawab sosial. Rasulullah SAW menekankan pentingnya menjaga identitas ini dengan berkata, "Barang siapa yang menyerupai suatu kaum, maka ia termasuk golongan mereka" (HR. Abu Dawud). Hadis ini memperingatkan agar umat Islam tidak mengadopsi perilaku atau identitas yang bertentangan dengan nilai-nilai Islam. Oleh karena itu, menjaga identitas sebagai seorang Muslim juga berarti menghindari pengaruh budaya dan perilaku yang tidak sejalan dengan prinsip-prinsip Islam.

Islam juga menekankan pentingnya identitas kolektif sebagai umat. Identitas ini mencakup rasa persaudaraan, solidaritas, dan tanggung jawab sosial di antara sesama Muslim. Al-Qur'an menyebutkan dalam QS. Al-Hujurat:

10, "Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara," yang menegaskan bahwa identitas kolektif ini harus diwujudkan dalam bentuk kerjasama, saling tolong-menolong, dan menjaga kehormatan sesama Muslim. Identitas kolektif ini adalah salah satu aspek yang memperkuat kesatuan umat Islam di seluruh dunia, terlepas dari perbedaan budaya, bahasa, atau etnis. Dengan memahami dan menginternalisasi identitas kolektif ini, umat Islam dapat lebih kuat dalam menghadapi tantangan global dan menjaga persatuan di tengah perbedaan.

Dalam Islam, moralitas adalah cerminan dari identitas spiritual seseorang. Seorang Muslim yang memiliki kesadaran spiritual yang tinggi akan menampilkan akhlak yang mulia dalam setiap aspek kehidupannya. Hal ini ditegaskan oleh Rasulullah SAW yang mengatakan bahwa tujuan diutusnya beliau adalah untuk menyempurnakan akhlak yang mulia (HR. Ahmad). Oleh karena itu, menjaga identitas spiritual yang kuat adalah kunci untuk menjalani kehidupan yang bermoral. Identitas ini tidak hanya sebatas keyakinan, tetapi juga mencakup tindakan nyata yang mencerminkan iman dan ketakwaan kepada Allah. Moralitas yang baik adalah buah dari identitas spiritual yang kokoh, yang terwujud dalam sikap, perilaku, dan interaksi sehari-hari.

Dalam konteks modern, di mana arus informasi dan budaya asing sangat kuat, penting bagi umat Islam untuk menjaga identitas mereka dari pengaruh-pengaruh negatif yang dapat merusak moralitas. Al-Qur'an mengingatkan dalam QS. Al-Ma'idah: 49 agar umat Islam tidak mengikuti hawa nafsu orang-orang yang tidak beriman, yang dapat membawa mereka kepada penyimpangan dari jalan yang benar. Ini menekankan pentingnya mempertahankan identitas Islam meskipun berada di lingkungan yang berbeda. Dalam era globalisasi dan digitalisasi, tantangan ini semakin besar, karena pengaruh budaya luar dapat dengan mudah masuk melalui berbagai media, terutama media sosial. Oleh karena itu, umat Islam perlu selalu waspada dan selektif dalam menyerap informasi serta tetap teguh pada identitas keislaman mereka.

Identitas seorang Muslim tidak hanya dilihat dari keyakinan, tetapi juga dari amal saleh yang dilakukan. Konsistensi dalam berbuat baik dan menjalankan ajaran Islam adalah bagian dari identitas seorang Muslim. Allah berfirman dalam QS. Al-Baqarah: 177 bahwa kebajikan bukan hanya dalam menghadap ke arah Timur atau Barat, tetapi kebajikan adalah iman kepada Allah, hari akhir, malaikat, kitab, nabi, dan berbuat baik kepada sesama. Ini menunjukkan bahwa identitas Muslim yang sejati adalah yang tercermin dalam perbuatan baik dan amal saleh. Seorang Muslim yang konsisten dalam menjalankan amal saleh, baik dalam kehidupan pribadi maupun sosial,

menunjukkan identitas yang kuat dan komitmen yang tinggi terhadap ajaran Islam.

Rasulullah SAW menekankan pentingnya menjaga identitas Islam dalam kehidupan sosial, termasuk dalam muamalah dengan orang lain. Dalam sebuah hadis, beliau bersabda, "Muslim yang baik adalah yang tidak mengganggu orang lain dengan lisan dan tangannya" (HR. Bukhari). Hadis ini menunjukkan bahwa identitas seorang Muslim harus tercermin dalam akhlak yang baik dan sikap sosial yang tidak merugikan orang lain. Interaksi sosial yang positif dan bermanfaat bagi orang lain adalah cerminan dari identitas seorang Muslim yang sejati. Dalam kehidupan sehari-hari, identitas ini diwujudkan melalui sikap yang ramah, jujur, dan penuh empati terhadap sesama manusia, tanpa memandang latar belakang agama atau budaya.

Islam mendorong umatnya untuk mengintegrasikan identitas keislaman dalam semua aspek kehidupan, termasuk dalam pekerjaan, pendidikan, dan interaksi sosial. Ini berarti bahwa seorang Muslim harus selalu berusaha menjalankan nilai-nilai Islam dalam setiap tindakan dan keputusan yang diambil. QS. Al-An'am: 162 menekankan bahwa "sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidupku dan matiku hanya untuk Allah, Tuhan semesta alam." Ayat ini mengingatkan bahwa identitas seorang Muslim harus sepenuhnya terikat kepada Allah dalam segala aspek kehidupan. Dengan demikian, seorang Muslim harus selalu mengingat bahwa setiap tindakan, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional, harus didasarkan pada niat untuk menyenangkan Allah dan menjalankan ajaran-Nya.

Era digital membawa tantangan baru dalam menjaga identitas Muslim, terutama dengan maraknya media sosial yang dapat mempengaruhi perilaku dan pandangan hidup seseorang. Dalam menghadapi tantangan ini, penting bagi umat Islam untuk tetap teguh pada prinsip-prinsip Islam dan tidak mudah terpengaruh oleh tren atau budaya yang bertentangan dengan ajaran agama. Al-Qur'an dalam QS. An-Nur: 30-31 mengajarkan umat Islam untuk menjaga pandangan dan kehormatan mereka, yang juga dapat diterapkan dalam konteks penggunaan media sosial. Dalam era digital, menjaga identitas Islam berarti selektif dalam konten yang dikonsumsi dan dihasilkan, serta berusaha untuk menggunakan media sosial sebagai sarana untuk menyebarkan kebaikan dan nilai-nilai Islam.

Identitas dan moralitas dalam Islam adalah dua hal yang tidak terpisahkan. Identitas seorang Muslim yang kuat akan tercermin dalam moralitas yang baik, dan moralitas yang baik adalah bukti dari identitas keislaman yang sejati. Dalam kehidupan sehari-hari, menjaga identitas sebagai

Muslim berarti selalu berusaha untuk hidup sesuai dengan ajaran Islam, baik dalam hal keimanan, ibadah, maupun interaksi sosial. Dengan demikian, identitas dan moralitas dalam Islam tidak hanya menjadi pedoman pribadi, tetapi juga menjadi kontribusi positif bagi masyarakat dan dunia secara keseluruhan.

## **Penutup**

Ringkasan dari penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki dampak signifikan pada krisis identitas yang dialami oleh Generasi Z. Media sosial, dengan kemampuannya menyebarkan informasi dan memengaruhi persepsi individu, sering kali menjadi sarana yang memperparah kebingungan identitas pada generasi ini. Identitas yang rapuh ini sering kali terjebak dalam tuntutan untuk menyesuaikan diri dengan standar sosial yang dibentuk oleh media, yang kadang-kadang bertentangan dengan nilai-nilai dan norma yang ada dalam masyarakat. Sebagai akibatnya, krisis identitas ini dapat dikategorikan sebagai bentuk patologi sosial, di mana individu mengalami disorientasi dalam menentukan siapa diri mereka dan apa yang menjadi tujuan hidup mereka.

Islam menawarkan solusi yang jelas dalam menghadapi krisis identitas ini. Dengan kembali kepada ajaran-ajaran al-Qur'an dan hadis, individu dapat menemukan panduan yang kuat untuk membangun identitas yang kokoh dan bermoral. Islam mengajarkan pentingnya menjaga integritas, keseimbangan, dan moderasi dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam penggunaan media sosial. Nilai-nilai seperti kejujuran, kesederhanaan, dan tanggung jawab sosial adalah pilar-pilar yang dapat membantu Generasi Z untuk menemukan dan menjaga identitas mereka di tengah pengaruh globalisasi dan media sosial yang semakin kuat.

Untuk mengatasi krisis identitas yang dialami oleh Generasi Z, penting bagi berbagai pihak untuk berperan aktif. Bagi Generasi Z sendiri, mereka perlu meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga identitas diri yang kokoh dan tidak mudah terpengaruh oleh pengaruh luar yang negatif. Orang tua dan pendidik memiliki peran penting dalam membimbing generasi muda ini dengan memberikan pendidikan yang berbasis nilai-nilai agama dan moralitas. Pendidikan agama yang kuat dan relevan dengan tantangan zaman dapat membantu Generasi Z untuk membentuk identitas yang kokoh dan moralitas yang baik. Pembuat kebijakan juga perlu merancang kebijakan dan program yang mendukung pembentukan identitas yang sehat bagi Generasi Z, termasuk

regulasi yang lebih ketat terhadap konten media sosial yang dapat merusak moralitas.

Integrasi nilai-nilai Islam dalam penggunaan media sosial menjadi kunci untuk mengatasi krisis identitas ini. Dengan menerapkan ajaran-ajaran Islam dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam aktivitas di media sosial, Generasi Z dapat menjaga identitas mereka tetap utuh dan terhindar dari pengaruh negatif yang dapat merusak moralitas mereka. Ini bukan hanya tanggung jawab individu, tetapi juga tanggung jawab kolektif dari keluarga, institusi pendidikan, dan masyarakat secara keseluruhan.

Secara teoritis, penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi literatur sosiologi, psikologi, dan studi Islam. Penelitian ini menyoroti bagaimana media sosial dapat menjadi faktor utama dalam pembentukan dan pergeseran identitas, serta bagaimana krisis identitas ini dapat dipahami sebagai bentuk patologi sosial dalam konteks modern. Dengan demikian, penelitian ini menambah pemahaman tentang dinamika identitas dalam era digital, khususnya bagi Generasi Z yang tumbuh dalam lingkungan yang sangat dipengaruhi oleh teknologi dan media sosial. Selain itu, penelitian ini memperkuat relevansi ajaran Islam dalam konteks sosial kontemporer, dengan menunjukkan bagaimana nilai-nilai agama dapat menjadi solusi untuk krisis identitas yang dialami oleh generasi muda.

Secara praktis, penelitian ini memiliki implikasi yang luas bagi pembentukan kebijakan dan program pendidikan yang ditujukan untuk Generasi Z. Para pembuat kebijakan perlu mempertimbangkan dampak media sosial terhadap identitas dan moralitas generasi muda dalam merancang kebijakan yang mendukung pembentukan identitas yang sehat. Program pendidikan yang lebih terintegrasi dengan nilai-nilai agama dan moralitas dapat membantu Generasi Z untuk menghadapi tantangan identitas di era digital. Selain itu, penelitian ini juga memiliki implikasi bagi pembinaan moral dan identitas dalam keluarga dan masyarakat. Orang tua dan komunitas memiliki peran penting dalam membimbing Generasi Z untuk menjaga identitas mereka tetap kuat dan selaras dengan nilai-nilai agama, sehingga mereka dapat berkembang menjadi individu yang bermoral dan berkontribusi positif bagi masyarakat.

### **Daftar Pustaka**

Al Qur'an dan Terjemahannya. Kementerian Agama Republik Indonesia: Jakarta  
Andriani, R. (2021). *Krisis Identitas dan Dampaknya Terhadap Generasi Z*. *Jurnal Sosial dan Politik*, 8(2), 145-160.

- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). *Video Games and Aggressive Thoughts, Feelings, and Behavior in the Laboratory and in Life*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772-790.
- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). *Video Games and Aggressive Thoughts, Feelings, and Behavior in the Laboratory and in Life*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772-790.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity: Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford University Press.
- Hafid, M. (2020). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Pembentukan Identitas Remaja*. *Jurnal Komunikasi Indonesia*, 15(1), 78-90.
- Kurniawan, A. (2019). *Patologi Sosial dalam Konteks Masyarakat Modern*. Penerbit Universitas Indonesia.
- Lestari, S. (2018). *Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja*. *Jurnal Psikologi*, 12(3), 231-245.
- Marcia, J. E. (1980). *Identity in Adolescence*. In J. Adelson (Ed.), *Handbook of Adolescent Psychology* (pp. 159-187). Wiley.
- Nasution, M. (2022). *Krisis Identitas di Kalangan Generasi Z dan Implikasinya*. *Jurnal Pendidikan dan Sosial*, 20(1), 112-127.
- Rachmawati, D. (2021). *Penyalahgunaan Narkoba dan Krisis Identitas di Kalangan Pemuda*. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 14(2), 98-110.
- Sari, F. (2020). *Identitas Sosial dan Media Sosial: Studi Kasus pada Generasi Z*. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 7(4), 87-101.
- Setiawan, R. (2021). *Perilaku Kekerasan di Kalangan Remaja dan Faktor-faktor Penyebabnya*. *Jurnal Pendidikan dan Kesejahteraan Sosial*, 19(3), 145-159.
- Simmel, G. (1908). *The Philosophy of Money*. Routledge.
- Tönnies, F. (1887). *Community and Society*. Dover Publications.
- Vallerand, R. J., & Houliort, N. (2003). *The Role of Passion in the Development of Identity*. In M. E. L. Giddens & A. D. Smith (Eds.), *Identity and Society* (pp. 78-91). Cambridge University Press.
- Wahyu, R. (2019). *Konsumerisme dan Krisis Identitas dalam Masyarakat Kontemporer*. *Jurnal Ekonomi dan Sosial*, 11(2), 56-70.
- Wood, J. V. (2017). *Social Comparison and Self-Esteem*. In J. J. H. John (Ed.), *Handbook of Self and Identity* (pp. 195-208). Guilford Press.
- Yuliana, N. (2020). *Berita Hoaks dan Politisasi Identitas di Era Digital*. *Jurnal Komunikasi dan Media*, 16(3), 203-217.