

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital yang pesat dalam beberapa tahun terakhir sudah menciptakan dampak signifikan dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam cara individu menjalani gaya hidupnya (Angelista et al., 2024). Gaya hidup digital, yang ditandai oleh dominasi penggunaan perangkat teknologi seperti *smartphone*, laptop, dan akses internet, telah mengubah pola interaksi sosial, cara bekerja, serta aktivitas sehari-hari. Fenomena ini tidak hanya terjadi di kalangan dewasa, tetapi juga merambah generasi muda yang sangat akrab dengan dunia digital sejak usia dini. Mereka tumbuh dalam lingkungan yang penuh dengan teknologi canggih, yang secara tidak langsung membentuk perilaku dan gaya hidup mereka (Supratman, 2018).

Berdasarkan survei terbaru dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024, dari 278.696.200 penduduk negara ini, 221.563.479 yaitu pengakses internet aktif pada tahun 2024. Di Indonesia, 64,8% orang mempunyai akses ke internet pada tahun 2018. Pada tahun 2020 tercatat sebesar 73,7%, kemudian meningkat di tahun 2022 menjadi 77,01%, dan mencapai 78,19% pada tahun 2023. Sebaliknya, Indonesia mempunyai tingkat penetrasi internet sebesar 79,5% pada tahun 2024. Ada kenaikan sebesar 1,4% dibandingkan dengan jangka waktu sebelumnya. Penelitian APJII juga mencatat bahwa mayoritas pengguna internet dari kalangan usia

19–24 tahun mengakses internet lebih dari 6 jam per hari, dengan dominasi penggunaan media sosial dan hiburan berbasis video. Dalam pelaksanaan survei terkait pengguna internet di Indonesia, APJII bekerja sama dengan konsultan Indekstat. Survei ini dilakukan lewat metode wawancara langsung kepada 8.720 responden yang tersebar di 38 provinsi. Proses pengumpulan data berlangsung dari tanggal 18 Desember 2023 hingga 19 Januari 2024 (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2024).

Seiring dengan meningkatnya penggunaan teknologi digital, gaya hidup masyarakat juga mengalami pergeseran. Aktivitas seperti berbelanja, belajar, bekerja, bahkan beribadah kini dapat dilakukan secara daring. Kecenderungan untuk selalu terhubung secara online menciptakan ketergantungan pada perangkat digital dan memengaruhi cara individu mengelola waktu, berkomunikasi, dan mengambil keputusan. Dalam konteks ini, gaya hidup digital menjadi fenomena yang mencerminkan adaptasi masyarakat terhadap perkembangan teknologi serta kebutuhan akan efisiensi dan konektivitas yang tinggi (Zamroni, 2017).

Di satu sisi, gaya hidup ini menawarkan kemudahan akses informasi, efisiensi waktu, dan konektivitas tanpa batas. Di sisi lain, ia juga membawa tantangan yang berkaitan dengan dimensi spiritualitas individu (Putra et al., 2023). Perubahan pola interaksi sosial akibat gaya hidup digital menjadi salah satu sudut pandang yang menarik untuk dikaji. Dalam era digital, hubungan interpersonal sering kali digantikan dengan komunikasi berbasis media sosial. Hal ini menimbulkan tantangan dalam menjaga kedekatan emosional dan

spiritual antar individu, yang semestinya menjadi bagian integral dari kehidupan manusia (Cahyono, 2016).

Mahasiswa sebagai bagian dari generasi muda berada pada posisi strategis dalam perkembangan teknologi digital saat ini. Perkembangan pesat teknologi informasi dan komunikasi telah mendorong terjadinya perubahan signifikan dalam gaya hidup individu, termasuk kalangan mahasiswa. Penggunaan perangkat digital, akses terhadap internet, serta keterlibatan dalam berbagai platform media sosial menjadikan mahasiswa sangat akrab dengan kehidupan digital, tidak hanya dalam konteks akademik, tetapi juga dalam aspek sosial, hiburan, dan personal (Hijran et al., 2022).

Gaya hidup digital telah membentuk pola perilaku baru dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa. Mereka tidak hanya memanfaatkan teknologi untuk mendukung proses belajar, tetapi juga menggunakannya sebagai sarana berinteraksi sosial, mengekspresikan diri, hingga membentuk identitas digital. Fenomena ini menunjukkan bahwa teknologi telah menjadi bagian integral dari kehidupan mahasiswa, yang pada satu sisi memberikan kemudahan, namun pada sisi lain menyimpan potensi tantangan terhadap aspek-aspek non-material, termasuk spiritualitas.

Dalam konteks ini, mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) menjadi kelompok yang penting untuk dikaji karena secara akademik mereka dipersiapkan untuk menjadi konselor Islam yang tidak hanya kompeten secara profesional, tetapi juga matang secara spiritual. Program studi BKI menekankan integrasi antara ilmu konseling dan nilai-nilai keislaman,

sehingga mahasiswa BKI diharapkan menjadi teladan dalam penerapan spiritualitas dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penelitian mengenai spiritualitas mahasiswa menjadi sangat relevan untuk dilihat dalam konteks gaya hidup digital yang sedang mereka jalani

Mahasiswa Program Studi BKI juga merupakan bagian dari generasi yang aktif dalam kehidupan digital tersebut. Padahal, secara keilmuan mereka diharapkan memiliki pemahaman yang kuat tentang nilai-nilai moral dan spiritual, serta mampu menjadi pribadi yang mencerminkan keseimbangan antara pemikiran dan keimanan. Namun, realitas menunjukkan bahwa gaya hidup digital yang mereka jalani sering kali tidak selaras dengan karakteristik spiritualitas yang menjadi dasar pembentukan kepribadian calon konselor.

Berdasarkan hasil observasi dan pra-penelitian yang dilakukan pada bulan Juli 2024 terhadap 16 mahasiswa BKI secara acak, ditemukan bahwa 9 mahasiswa lebih sering mengakses konten hiburan daripada konten religius, dan hanya 7 mahasiswa yang menggunakan aplikasi digital seperti Al-Qur'an digital atau pengingat shalat. Sehingga mereka merasa kesulitan menjaga konsistensi ibadah harian seperti shalat lima waktu akibat terganggu oleh penggunaan gawai dan merasa bahwa waktu yang dihabiskan di media sosial sering kali mengurangi waktu untuk refleksi diri atau membaca Al-Qur'an. Fakta ini menunjukkan indikasi ketidakseimbangan antara keterlibatan mahasiswa dalam gaya hidup digital dan pemeliharaan dimensi spiritualitas mereka.

Dalam beberapa kasus, gaya hidup digital dapat memberikan dampak positif dalam mendukung pengembangan spiritualitas mahasiswa. Akses terhadap konten-konten religius, kajian daring, dan keterlibatan dalam komunitas spiritual virtual memberi peluang bagi mahasiswa untuk memperdalam pemahaman agama serta memperkuat hubungan spiritual mereka. Hal ini menunjukkan bahwa pemanfaatan teknologi secara bijak dapat menunjang pertumbuhan spiritual dalam konteks era digital.

Namun, di sisi lain, gaya hidup digital juga dapat menimbulkan dampak negatif seperti menurunnya kualitas ibadah, kurangnya refleksi diri, dan meningkatnya perilaku konsumtif serta hedonisme yang bertentangan dengan nilai-nilai spiritual. Kehidupan digital yang sarat dengan distraksi, informasi instan, dan tekanan gaya hidup modern sering kali mengalihkan perhatian mahasiswa dari nilai-nilai esensial yang bersifat batiniah. Hal ini menimbulkan kekhawatiran terhadap kualitas spiritualitas mahasiswa, termasuk mahasiswa BKI yang seharusnya menjadi model dalam pengamalan nilai-nilai tersebut (Rahmawati et al., 2025).

Kontradiksi antara potensi manfaat dan risiko dari gaya hidup digital ini menimbulkan pertanyaan penting mengenai sejauh mana pengaruh gaya hidup digital terhadap dimensi spiritualitas mahasiswa. Oleh karena itu, penting untuk dilakukan penelitian yang mengkaji hubungan antara gaya hidup digital dengan dimensi spiritualitas mahasiswa, khususnya pada mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, yang secara akademis dipersiapkan untuk memahami, menginternalisasi, dan

mengamalkan nilai-nilai spiritual dalam kehidupan pribadi maupun profesional mereka.

Meskipun telah ditemukan adanya potensi manfaat maupun risiko dari gaya hidup digital terhadap kehidupan spiritual mahasiswa, masih terdapat keterbatasan dalam penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara keduanya. Beberapa penelitian terdahulu lebih banyak memfokuskan pada aspek gaya hidup digital dalam kaitannya dengan perilaku sosial, prestasi akademik, atau kecanduan internet, sementara aspek spiritualitas sering dibahas dalam konteks pengembangan kepribadian, psikologi agama, atau praktik keagamaan secara umum. Kajian yang secara langsung menghubungkan antara gaya hidup digital dengan dimensi spiritualitas mahasiswa, terlebih pada mahasiswa BKI yang secara akademik dan profesi dituntut memiliki kedalaman spiritual, masih sangat jarang ditemukan.

Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) yang penting untuk dijembatani. Terlebih, dalam konteks mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang secara institusional diarahkan untuk menjadi pribadi yang religius, konselor Islami, dan teladan dalam kehidupan spiritual, pemahaman yang utuh mengenai bagaimana gaya hidup digital berpengaruh terhadap dimensi spiritualitas menjadi sangat relevan untuk diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini diperlukan guna memberikan kontribusi empiris terhadap pemahaman hubungan antara gaya hidup digital dengan spiritualitas mahasiswa, sekaligus sebagai landasan

dalam merancang pendekatan pembinaan spiritual yang adaptif terhadap era digital.

Gaya hidup digital merupakan salah satu bentuk penyesuaian manusia terhadap kemajuan teknologi, khususnya teknologi informasi dan komunikasi. Menurut Susanto, Lee, dan Ciganek (2013), gaya hidup digital mencakup pola perilaku individu yang menjadikan teknologi sebagai bagian dari rutinitas hidup sehari-hari, seperti dalam hal komunikasi, hiburan, pembelajaran, hingga pengambilan keputusan. Hal ini tidak hanya mencerminkan intensitas penggunaan perangkat digital, tetapi juga nilai, kebiasaan, dan cara pandang individu terhadap perubahan zaman. Dalam konteks ini, mahasiswa termasuk kelompok yang paling rentan mengalami transformasi gaya hidup ke arah digital karena tingginya keterpaparan teknologi sejak usia muda.

Prensky (2001) bahkan menyebut mahasiswa masa kini sebagai *digital natives*, yakni generasi yang sejak lahir telah terbiasa dengan dunia digital dan perangkat teknologi. Hal ini menjadikan teknologi bukan hanya sebagai alat bantu, tetapi bagian dari identitas dan pola hidup mereka. Akibatnya, gaya hidup digital sangat melekat dalam aktivitas harian mahasiswa, baik di bidang akademik maupun nonakademik.

Sementara itu, spiritualitas merupakan aspek esensial dalam kehidupan manusia yang mencerminkan pencarian makna, nilai, dan hubungan transendental dengan Tuhan. Dimensi spiritualitas mencakup hubungan manusia dengan dirinya sendiri, sesama, lingkungan, dan Tuhan (Kholiq,

2023). Piedmont (1999) menjelaskan bahwa spiritualitas melibatkan kemampuan seseorang dalam melihat kehidupan secara utuh dan bermakna, yang disebut dengan *spiritual transcendence*. Dimensi ini terdiri atas tiga aspek, yaitu *prayer fulfillment* (perasaan damai dalam aktivitas ibadah), *universality* (keyakinan akan keterhubungan antarmanusia), dan *connectedness* (keterhubungan dengan kekuatan spiritual yang lebih tinggi).

Pandangan ini diperkuat oleh Swinton dan Pattison (2001), yang menyatakan bahwa spiritualitas tidak hanya berkaitan dengan aktivitas religius semata, melainkan mencakup keseluruhan pengalaman eksistensial manusia yang berkaitan dengan makna hidup, nilai-nilai moral, dan hubungan transenden dengan Tuhan dan sesama. Mahasiswa BKI sebagai calon konselor Islam seharusnya menjadi pribadi yang tidak hanya cakap secara akademis, tetapi juga matang secara spiritual. Namun, tantangan gaya hidup digital yang cepat, instan, dan serba daring berpotensi mengganggu proses pendalaman spiritual tersebut.

Sherry Turkle dalam teorinya *Alone Together* mengungkapkan bahwa meskipun teknologi memungkinkan konektivitas tanpa batas, interaksi digital yang dangkal justru dapat menciptakan kesepian dan mengikis kedalaman hubungan manusia, termasuk dalam aspek spiritualitas. Ia menyoroti bahwa kebiasaan dari konsumsi informasi yang berlebihan dalam budaya digital mengurangi ruang untuk refleksi dan kontemplasi, yang termasuk inti dari pencarian makna spiritual. Individu mungkin terlihat aktif secara sosial di dunia digital, tetapi secara spiritual mereka bisa merasa semakin kosong

sebab kehilangan momen kehadiran penuh (*mindfulness*) dalam kehidupan nyata (Turkle, 2011).

Namun, di sisi lain, teori *Digital Religion* dari Heidi A. Campbell (2012) menerangkan bahwasannya teknologi tidak selalu mengikis spiritualitas, melainkan dapat berfungsi sebagai media baru untuk mengembangkan dan mentransformasikan praktik keagamaan. Misalnya, munculnya komunitas keagamaan daring, aplikasi doa dan Al-Qur'an digital, serta kajian agama berbasis *streaming* menerangkan bahwasannya agama dapat beradaptasi dengan era digital. Meskipun demikian, Campbell juga mengingatkan terkait bahaya komersialisasi spiritualitas di dunia digital, dimana pengalaman keagamaan sering kali direduksi menjadi konsumsi konten pasif tanpa keterlibatan mendalam.

Dalam konteks ini, teori *Techno-Spirituality* yang dikembangkan oleh Rudolf Steiner dan David Tabachnick (2000) menawarkan perspektif yang lebih optimis terkait integrasi teknologi dan spiritualitas. Konsep ini menegaskan bahwasannya teknologi dapat menjadi alat untuk memperluas kesadaran spiritual, semisal melalui simulasi meditasi berbasis *virtual reality* (VR), algoritma yang merekomendasikan konten spiritual sesuai kebutuhan individu, hingga platform digital yang memungkinkan praktik spiritual lebih personal dan fleksibel. Namun, kritikus seperti Albert Borgmann mengingatkan bahwasannya pendekatan ini berisiko menjadikan spiritualitas lebih individualistik, sehingga kehilangan dimensi komunal yang esensial dalam banyak tradisi keagamaan (Borgmann, 1999).

Berdasarkan berbagai teori yang sudah dibahas, penulis lebih memilih teori *Techno-Spirituality* sebagai landasan utama di penelitian ini. Teori ini menawarkan perspektif yang lebih seimbang dalam memahami hubungan antara gaya hidup digital dan spiritualitas. Berbeda dengan pandangan pesimistis *Alone Together* yang menyoroti degradasi spiritual akibat ketergantungan pada teknologi, atau *Digital Religion* yang menekankan transformasi spiritualitas dalam dunia digital namun tetap mempunyai risiko komersialisasi, *Techno-Spirituality* menegaskan bahwasannya teknologi tidak selalu bertentangan dengan spiritualitas. Sebaliknya, bila diarahkan dengan tepat, teknologi justru dapat menjadi alat yang memperluas kesadaran spiritual dan memperkaya pengalaman religius individu.

Dalam konteks mahasiswa BKI, teori ini sangat relevan sebab menyoroti bagaimana mahasiswa dapat memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan kualitas spiritualitas mereka, bukan sekadar sebagai gangguan dalam kehidupan religius. Lewat aplikasi keagamaan, komunitas virtual, serta konten edukatif berbasis digital, mahasiswa mempunyai peluang untuk memperdalam pemahaman agama mereka dengan cara yang lebih fleksibel dan interaktif. Namun, teori ini juga mengingatkan pentingnya keseimbangan supaya spiritualitas tidak terfragmentasi atau kehilangan dimensi komunal yang esensial dalam kehidupan beragama. Maka dari itu, penelitian ini mengkaji terkait bagaimana mahasiswa dapat memanfaatkan teknologi secara bertanggung jawab, sehingga gaya hidup digital yang mereka jalani bukan

hanya menjadi sarana hiburan atau komunikasi, tetapi juga sebagai media yang mendukung pertumbuhan spiritual mereka.

Beberapa penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara aspek digital dan spiritualitas, meskipun belum secara spesifik menyoroti mahasiswa BKI sebagai subjek yang memiliki latar keilmuan keislaman. Misalnya penelitian oleh Destiano, et al., (2024) dengan judul “Analisis Pengaruh Media Sosial Tiktok Terhadap Spiritual Pada Mahasiswa Sistem Informasi ITS” menunjukkan bahwa penggunaan TikTok berpengaruh signifikan terhadap aspek spiritual mahasiswa, seperti kepercayaan, praktik keagamaan, dan makna dalam kehidupan, selain itu, penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa yang menyimpan, menonton sampai habis, atau membagikan konten-konten spiritual cenderung memiliki tingkat spiritualitas yang lebih tinggi daripada mahasiswa yang langsung melewati atau melaporkan konten-konten tersebut. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Qarib (2020) dengan judul penelitian” Pengaruh Globalisasi Di Era Digital Terhadap Tingkat Pemahaman Spiritual Studi Pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung Jurusan PAI Angkatan 2016” menunjukkan bahwa globalisasi di era digital berpengaruh terhadap tingkat pemahaman spiritual mahasiswa. Selanjutnya penelitian oleh Wati (2025) dengan judul “Pengaruh Penggunaan Media Sosial Terhadap Tingkat Religiusitas Mahasiswa PAI Universitas Muhammadiyah Yogyakarta” dengan hasil temuan menunjukkan bahwa mahasiswa menggunakan media sosial secara

moderat dan memiliki religiusitas yang baik serta penggunaan media sosial terbukti berpengaruh signifikan terhadap tingkat religiusitas mahasiswa.

Beberapa penelitian sebelumnya telah membahas pengaruh media sosial terhadap aspek spiritual atau religiusitas mahasiswa. Misalnya, Destiano et al. (2024) fokus pada platform TikTok dan hubungannya dengan spiritualitas mahasiswa Sistem Informasi, sementara Qarib (2020) menyoroti dampak globalisasi digital terhadap pemahaman spiritual mahasiswa. Wati (2025) meneliti pengaruh media sosial secara umum terhadap religiusitas mahasiswa PAI. Namun, belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara gaya hidup digital secara menyeluruh yang mencakup perilaku digital, intensitas penggunaan, serta pola konsumsi teknologi dengan dimensi spiritualitas mahasiswa secara komprehensif, khususnya pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam (BKI) yang secara keilmuan erat kaitannya dengan aspek spiritual dan keagamaan.

Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengkaji hubungan antara gaya hidup digital dan dimensi spiritualitas mahasiswa secara lebih luas, bukan hanya dari satu platform atau efek globalisasi semata. Penelitian ini juga menyoroti dimensi spiritualitas dalam berbagai aspek hubungan, yaitu hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, orang lain, dan alam semesta. Selain itu, objek penelitian difokuskan pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam, yang memiliki karakteristik unik dalam keseharian akademik dan spiritual, namun masih jarang dijadikan fokus dalam studi sejenis.

Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi institusi pendidikan tinggi keislaman, khususnya program studi Bimbingan Konseling Islam, dalam merumuskan strategi pembinaan spiritual yang relevan dengan zaman. Dengan memahami keterkaitan antara kedua variabel tersebut, pihak kampus, dosen pembimbing akademik, maupun pihak pengelola kegiatan kemahasiswaan dapat menyusun program penguatan spiritual yang tetap kontekstual dengan gaya hidup mahasiswa masa kini. Hal ini juga penting untuk memastikan bahwa lulusan BKI tidak hanya unggul dalam pengetahuan dan keterampilan konseling, tetapi juga memiliki fondasi spiritual yang kokoh di tengah era digital yang terus berkembang.

Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian ini karena terdapat kesenjangan antara harapan terhadap spiritualitas mahasiswa BKI dengan realitas keterlibatan mereka dalam gaya hidup digital yang sering kali mengabaikan nilai-nilai keagamaan. Selain itu, terdapat kekosongan dalam kajian teoritik, di mana sebagian besar penelitian terdahulu hanya menyoroti pengaruh media sosial terhadap religiusitas secara umum, bukan secara menyeluruh terhadap gaya hidup digital dan dimensi spiritualitas yang meliputi hubungan dengan Tuhan, diri sendiri, sesama, dan alam. Penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara gaya hidup digital dan spiritualitas, tetapi juga memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana pola hidup digital yang dijalani mahasiswa dapat berdampak pada kedalaman spiritual mereka. Penelitian ini membawa kebaruan dengan menggabungkan pendekatan kuantitatif untuk mengukur

hubungan kedua variabel tersebut secara empiris, khususnya pada mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang memiliki karakteristik unik dalam ranah akademik dan spiritual. Dengan demikian, penelitian ini diyakini dapat dilaksanakan dan diharapkan mampu memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam pengembangan pembinaan spiritual mahasiswa di era digital

B. Identifikasi Masalah

Perkembangan teknologi digital telah memengaruhi gaya hidup mahasiswa, termasuk dalam aspek spiritualitas. Mahasiswa BKI dihadapkan pada tantangan untuk menyeimbangkan penggunaan teknologi dengan praktik keagamaan. Di satu sisi, teknologi mendukung kegiatan spiritual lewat aplikasi keagamaan dan media dakwah, namun di sisi lain, distraksi digital semisal media sosial dan hiburan dapat menurunkan kualitas ibadah. Oleh sebab itu, perlu diteliti bagaimana hubungan antara gaya hidup digital dengan dimensi spiritualitas mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

C. Rumusan Masalah

Berikut ini termasuk rumusan masalah yang diterapkan sesuai dengan latar belakang yang telah diuraikan di atas supaya penelitian ini lebih terfokus dan tidak bersifat umum, yaitu:

1. Bagaimana tingkat spiritualitas mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

2. Bagaimana gaya hidup digital mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
3. Apakah terdapat hubungan antara gaya hidup digital terhadap dimensi spiritualitas pada mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini didasarkan pada rumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, yaitu:

1. Mengetahui tingkat spiritualitas mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Mengetahui gaya hidup digital mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
3. Mengetahui hubungan gaya hidup digital terhadap dimensi spiritualitas pada mahasiswa BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

E. Manfaat Penelitian

Berikut ini yaitu beberapa manfaat teoritis dan praktis dari penelitian ini, yaitu:

Manfaat Teoritis:

1. Memberi kontribusi dalam pengembangan teori psikologi Islam, khususnya dalam bidang hubungan antara gaya hidup digital dan spiritualitas.
2. Memperkaya kajian ilmiah terkait dampak teknologi digital pada kehidupan spiritual individu, khususnya pada mahasiswa.

3. Menjadi dasar untuk penelitian lanjutan yang mengkaji pengaruh teknologi pada dimensi psikologis dan emosional lainnya.
4. Menambah pemahaman terkait keseimbangan antara kehidupan duniawi dan spiritual dalam konteks mahasiswa di era digital.

Manfaat Praktis:

1. Memberi wawasan bagi universitas dalam merancang program-program untuk membantu mahasiswa mengelola gaya hidup digital secara bijak, supaya tidak mengganggu kualitas spiritualitas.
2. Menjadi panduan bagi dosen dan pembimbing akademik dalam memberi bimbingan kepada mahasiswa supaya mereka dapat menyeimbangkan penggunaan teknologi dengan kewajiban religius.
3. Membantu mahasiswa untuk lebih sadar dalam menjaga hubungan dengan Tuhan sambil tetap memanfaatkan teknologi secara positif.
4. Menjadi acuan bagi kebijakan pengelolaan penggunaan teknologi di lingkungan akademik yang mendukung kesejahteraan spiritual mahasiswa.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini berfokus pada mahasiswa Program Studi BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung angkatan 2021–2024. Penelitian membatasi objek kajian hanya pada hubungan antara gaya hidup digital dengan dimensi spiritualitas mahasiswa, tanpa melibatkan mahasiswa dari jurusan lain atau institusi lain. Ruang lingkup variabel gaya hidup digital mencakup pola penggunaan media sosial, aplikasi digital, dan perangkat

teknologi dalam kehidupannya, khususnya dalam kegiatan akademik, sosial, dan keagamaan. Sedangkan ruang lingkup variabel spiritualitas mencakup aspek penghayatan pada nilai-nilai keagamaan, praktik ibadah, dan koneksi spiritual dengan Tuhan serta lingkungan sosial. Penelitian ini mengutamakan konteks pendidikan Islam dan nilai-nilai keislaman dalam memaknai peran teknologi dalam kehidupan spiritual mahasiswa.

G. Penegasan Variabel

1. Variabel Independen (X): Gaya Hidup Digital

Secara konseptual, gaya hidup digital adalah pola perilaku yang mencerminkan integrasi teknologi digital ke dalam kehidupan sehari-hari individu, termasuk dalam aktivitas akademik, sosial, hingga spiritual. Gaya hidup digital ditandai oleh penggunaan rutin perangkat digital seperti smartphone, laptop, media sosial, dan aplikasi berbasis internet sebagai sarana utama dalam berkomunikasi, memperoleh informasi, dan mengekspresikan diri. Konsep ini didukung oleh teori *Digital Lifestyle* (Susanto, Lee & Ciganek, 2013) serta teori *Digital Natives and Digital Immigrants* (Prensky, 2001) yang menekankan bahwa generasi muda menjadikan teknologi sebagai bagian dari identitas dan keseharian mereka.

Secara operasional, gaya hidup digital dalam penelitian ini diukur melalui empat aspek utama, yaitu (1) Penggunaan media sosial, yang durasi waktu, tujuan penggunaan, dan jenis media yang digunakan (seperti Instagram, TikTok, WhatsApp, dan YouTube), (2) Aktivitas digital, yang mencakup jenis kegiatan yang dilakukan mahasiswa saat menggunakan

teknologi digital, seperti komunikasi, hiburan, belajar, dan aktivitas keagamaan, (3) Minat terhadap dunia digital, yaitu ketertarikan mahasiswa terhadap konten, tren, dan perkembangan digital yang memengaruhi kebiasaan dan prioritas dalam kehidupan sehari-hari, dan (4) Pendapat atau Terhadap Gaya Hidup Digital, mencerminkan persepsi mahasiswa terhadap dampak positif atau negatif dari keterlibatan dalam dunia digital terhadap aspek kehidupan, termasuk akademik, sosial, dan spiritual. Setiap aspek tersebut diukur menggunakan angket tertutup berbentuk skala Likert dengan item favorable dan unfavorable, dan diberikan kepada mahasiswa Program Studi BKI UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Skor dari masing-masing indikator akan menunjukkan tingkat keterlibatan mahasiswa dalam gaya hidup digital.

2. Variabel Dependen (Y): Dimensi Spiritualitas

Secara konseptual, dimensi spiritualitas adalah aspek kehidupan yang berkaitan dengan hubungan transendental individu dengan Tuhan, makna hidup, nilai moral, serta hubungan dengan diri sendiri, sesama manusia, dan alam semesta. Spiritualitas mencerminkan kedalaman makna eksistensial seseorang dan menjadi fondasi dalam membangun kehidupan yang seimbang secara emosional, sosial, dan keagamaan. Pandangan ini diperkuat oleh teori Piedmont (1999), MacKinlay (2017), dan Swinton & Pattison (2001), yang mengungkapkan bahwa spiritualitas mencakup makna hidup, nilai, transendensi, hubungan, dan pertumbuhan diri secara menyeluruh.

Secara operasional, dimensi spiritualitas dalam penelitian ini diukur berdasarkan empat dimensi dari Young & Koopsen (2010), yaitu (1) Hubungan dengan Tuhan, yang mencerminkan kedekatan individu dengan Tuhan melalui ibadah, doa, rasa syukur, dan kepercayaan terhadap kekuatan Ilahi, (2) Hubungan dengan diri sendiri, yang mencakup kesadaran diri, pengendalian emosi, penerimaan terhadap diri, serta pencarian makna dan tujuan hidup, (3) Hubungan dengan orang lain, yang mencerminkan sikap empati, toleransi, kasih sayang, serta kemampuan membangun relasi sosial yang harmonis, dan (4) Hubungan dengan alam semesta, yaitu rasa keterhubungan, kepedulian, dan tanggung jawab terhadap alam serta kesadaran akan keberadaan manusia dalam tatanan kosmik. Indikator pada setiap dimensi dirumuskan dalam bentuk pernyataan tertutup menggunakan skala Likert, yang mencerminkan tingkat kedalaman spiritual mahasiswa dalam aspek-aspek tersebut. Instrumen disusun dalam bentuk item favorable dan unfavorable, kemudian diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan dalam pengumpulan data.

H. Sistematika Penulisan

Dalam penyusunan skripsi ini, supaya pembahasan lebih jelas dan tidak melebar pada masalah yang lain, maka peneliti membuat sistematika penulisan skripsi sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini, peneliti menerangkan terkait latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat

penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel, dan sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI

Pada bab ini, peneliti menerangkan terkait teori-teori dimensi spiritualitas dan gaya hidup digital, penelitian terdahulu, kerangka teori, dan hipotesis penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN

Pada bab ini, peneliti menjelaskan terkait pendekatan dan jenis penelitian, tempat penelitian, variabel dan pengukuran, populasi, sampel, dan teknik sampling, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, serta tahapan penelitian.

BAB IV HASIL PENELITIAN

Pada bab ini, peneliti menerangkan terkait deskripsi data, temuan penelitian serta pengujian hipotesis.

BAB V DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini peneliti menerangkan terkait pembahasan dari rumusan masalah yang sudah dirumuskan pada bab 1.

BAB VI PENUTUP

Pada bab ini, peneliti menerangkan terkait kesimpulan dan saran.