

UPAYA PENGEMBANGAN DIRI (SELF IMPROVMENT) DALAM MENINGKATKAN PERILAKU ISLAM GEN Z MELALUI KONTEN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM BAGAS RAIS

Sabrin Sabarno¹, Falizar Rivani²

^{1,2}Universitas Ibn Khaldun Bogor

Email: sabrinsggwp07@gmail.com¹, falizarrivani@fai.uika-bogor.ac.id²

Abstrak: Penelitian ini berlatar belakang dari penggunaan media sosial Instagram sebagai akun dakwah yang membahas self improvment melalui perspesktif islam. Pada akun Instagram @bagasrais, materi dakwah yang disampaikan ialah self improvment dalam perspektif islam. Tujuan penelitian adalah (1) untuk mengetahui bagaimana konten self-improvment Bagas Rais dapat digemari oleh Gen Z. (2) Untuk mengetahui dampak dari konten self-improvment Bagas Rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan analisis isi (content analysis), teknik dan prosedur pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi non partisipan, dan dokumentasi. Hasil dari penelitian ini yaitu, akun Instagram @bagasrais banyak digemari oleh Gen Z karena selalu melakukan upaya edukasi dengan mengunggah beberapa konten yang bersifat informatif dan menarik, dan konten self-improvment yang dibuat oleh @bagasrais ini dapat meningkatkan perilaku islam Gen Z, dibuktikan dengan 33.2% Gen Z telah mengikuti akun Instagram @bagasrais dan banyaknya jumlah like dan komentar positif pada konten yang dapat meningkatkan perilaku islam Gen Z.

Kata Kunci: Gen Z, Instagram, Media Sosial, *Self Improvment*

Abstract: This research is based on the use of social media Instagram as a da'wah account that discusses self-improvement from an Islamic perspective. On the Instagram account @bagasrais, the preaching material presented is self-improvement from an Islamic perspective. The research objectives are (1) to find out how Bagas Rais' self-improvement content can be popular with Gen Z. (2) To find out the impact of Bagas Rais' self-improvement content in improving the Islamic behavior of Gen Z. This research uses qualitative methods with a content analysis approach (content analysis), data collection techniques and procedures using interview techniques, non-participant observation and documentation. The results of this research are that the Instagram account @bagasrais is very popular with Gen Z because it always makes educational efforts by uploading informative and interesting content, and the self-improvement content created by @bagasrais can improve Gen Z's Islamic behavior, as proven by 33.2% of Gen Z have followed the Instagram account @bagasrais and the large number of likes and positive comments on content can increase Gen Z's Islamic behavior.

Keywords: Gen Z, Instagram, Social Media, *Self Improvement*.

PENDAHULUAN

Di masa globalisasi ini, Indonesia dengan perkembangan teknologinya secara mudah

dapat mengakses informasi. Adanya internet dapat menjangkau banyak orang dari semua kalangan di seluruh dunia dalam berbagai urusan : pekerjaan, pendidikan ataupun sebagai hiburan semata. Sehingga hal ini menjadi kebutuhan mendasar (primer) bagi setiap kalangan. Menurut Dwi Riyanto (2022) Indonesia memiliki pengguna internet mencapai 204,7 juta jiwa dari jumlah populasi 277,7 juta jiwa atau 73,7% dari total populasi total di Indonesia menggunakan internet. Media sosial merupakan produk dari internet, menurut Saiftri Aiznun (2021) media sosial memberikan suatu perubahan tata nilai dan sikap yang menyebabkan perubahan sikap dan perilaku. Informasi yang tidak bermoral dapat diakses dengan mudah tanpa filter, sehingga menjadikan masyarakat berpikir dan berbuat tindakan yang tidak sesuai dengan norma dan nilai leluhur bangsa. Adapun beberapa aplikasi media sosial yaitu : Instagram, tiktok, facebook, whatsapp, snapchat dan lain sebagainya.

Semenjak kemunculannya, media sosial hadir pada hampir di seluruh aspek kehidupan manusia mulai dari sosial, budaya, ekonomi, politik, pendidikan, dan kesehatan. Pengguna media sosial selain memberikan dampak yang positif seperti mudahnya dalam mencari informasi, menjalin komunikasi, mengembangkan bakat minat, bertukar pemikiran dan mencari hiburan, juga memiliki dampak negatif bagi penggunanya. Adapun dampak negatif tersebut dapat berupa penyalahgunaan dalam pencarian informasi dan kecanduan media sosial yang berakibat pada kondisi psikologis penggunanya atau beresiko terkena penyakit mental. Bermain media sosial yang berlebihan juga dapat mempengaruhi pandangan diri (self image) dan hubungan interpersonal melalui perbandingan sosial dan interaksi negatif, termasuk cyberbullying. Selain itu, konten media sosial sering kali melibatkan normalisasi dan bahkan berpotensi memicu tindakan menyakiti diri sendiri dan bunuh diri (Jaoude dkk, dalam Septiana, 2021).

Dengan melihat banyaknya penggunaan Instagram diberbagai lapisan masyarakat, Instagram sendiri menjadi salah satu media dakwah bagi para da'i dalam menyampaikan dakwah mereka. Salah satunya Bagus Rais yang mempunyai latar belakang pendidikan D3 Universitas Diponegoro jurusan Perencanaan Wilayah dan Kota. Latar belakang beliau membahas self improvment melalui perspektif Islam ialah berawal dari keresahan, bahwa nggak semua buku atau gagasan pengembangan diri yang ramai dipasaran itu aman dari virus yang menyimpang dari Islam. Melalui media sosial seperti Instagram, khalayak mampu melihat video atau postingan apapun yang ada di akun tersebut (Widyawati & Utomo, 2020, hal. 19). Oleh karena itu, beliau ingin menyampaikan bahwa "Jangan sampai terlalu

fokus terhadap konsep-konsep pengembangan diri dari barat, sampai malah membuat melupakan induknya ilmu pengembangan diri, yaitu Al-Qur'an dan hadis". Kemudian beliau berusaha menggabungkan keduanya (antara gagasan pengembangan diri yang ramai dipasaran, dengan Islam). Kemudian Bagas Rais menggunakan media sosial Instagram sebagai wadah untuk berdakwah.

Salah satu akun Instagram yang dipelopori oleh Bagas Rais pada bulan Agustus 2021. Postingan dakwah yang ditayangkan di akun tersebut menggunakan retorika dakwah yang disesuaikan dengan bahasa kalangan Gen Z saat ini, sehingga mereka bisa dan mudah dalam memahami pesan pesan dakwah yang disampaikan melalui postingan di Instagram. Alasan peneliti memilih Bagas Rais dikarenakan akun Instagram @bagasrais banyak diminati oleh pengguna Instagram, berdasarkan pengamatan peneliti pada 10 desember 2023, Jumlah Views pada 3 unggahan terakhir rata-rata berjumlah 15.193 Views, dengan jumlah komentar positif pada 3 unggahan terakhir rata-rata berjumlah 20 orang, dan mendapatkan like sebanyak 9.427. Popularitas akun ini juga bisa dilihat dari jumlah Followersnya yaitu mencapai 115 ribu

TINJAUAN PUSTAKA

Media Sosial

Media sosial merupakan platform online yang banyak digunakan oleh orang untuk membangun jejaring sosial atau hubungan sosial dengan orang lain yang memiliki minat, aktivitas pribadi atau karir yang sama adapun alat yang digunakan untuk menggunakan sosial media ialah dengan menggunakan laptop. Komputer atau ponsel/hp (Ajo, 2018: 190).

Media sosial berperan sebagai sarana pembentukan personal branding. Alat/media personal branding itu sendiri ialah blogging, facebook, Twitter, Pinterest, Youtube, Instagram, Podcast, dan siaran Video.

Sementara Van Dijk dalam Nasrullah (2015) menyatakan bahwa media sosial adalah platform media yang memfokuskan pada eksistensi pengguna yang memfasilitasi mereka dalam beraktifitas maupun berkolaborasi. Karena itu media social dapat dilihat sebagai medium (fasilitator) online yang menguatkan hubungan antar pengguna sekaligus sebuah ikatan sosial. Sosial media mengalami perkembangan yang sangat signifikan dari tahun ke tahun, Jika pada tahun 2002 Friendster merajai sosial media karena hanya Friendster yang mendominasi sosial media di era tersebut, kini telah banyak bermunculan sosial media dengan keunikan dan karakteristik masing-masing. Pada intinya, dengan sosial media dapat dilakukan

berbagai aktifitas dua arah dalam berbagai bentuk pertukaran, kolaborasi, dan saling berkenalan dalam bentuk tulisan, visual maupun audiovisual. Sosial media diawali dari tiga hal, yaitu Sharing, Collaborating dan Connecting (Puntoadi, 2011).

Perkembangan teknologi saat ini juga berpengaruh terhadap media sosial yang saat ini banyak digunakan oleh semua kalangan, selain aksesnya yang mudah dijangkau dan digunakan oleh masyarakat. Media sosial terdiri dari elemen – elemen individual atau organisasi dan ini menunjukkan gaya komunikasi yang dibangun kepada orang yang dikenal seperti, teman, keluarga, pasangan bahkan sampai orang yang baru dikenal. Media sosial merupakan struktur sosial yang di bentuk dari simpul-simpul yang diikat dengan satu atau lebih tipe relasi spesifik seperti nilai, visi, teman, keturunan dan lain-lain karakteristiknya yang mudah di akses oleh siapapun tanpa mengenal waktu dan jarak.

Media sosial juga merupakan wadah yang mampu menciptakan bermacam bentuk komunikasi dan pemberian berbagai macam informasi bagi semua kalangan masyarakat. Media Sosial adalah jenis media baru yang menghubungkan antara satu orang dengan yang lain, baik individu maupun kelompok. Media sosial menyediakan layanan jejaring sosial yang memungkinkan seseorang menyebarkan teks, gambar, karikatur, ilustrasi, foto, video, maupun film secara digital. (Latif, 2022).

Instagram

Nama instagram sendiri diambil dari kata 'Insta' yang berasal dari 'Instan' dan 'gram' dari kata 'telegram'. Instagram sendiri merupakan gabungan dari kata Instant-Telegram. Yang artinya ialah sebagai aplikasi modern yang dapat mengirim dengan cepatnya informasi, foto berupa mengelola foto, mengedit foto, dan berbagai jejaring sosial lainnya (Darsam, 2019: 32) walaupun instagram diluncurkan pada 2010 tapi ia telah tumbuh dengan mantap dan juga kuat pada tahun 2013, diperkirakan instagram memiliki 100 juta pengguna, dan sekitar 4 miliar foto diunggah dan ditampilkan. Selain itu data terbaru bahwa sekitar 75 juta orang menggunakan instagram setiap hari, dan sekitar 16 M foto diunggah dan di bagikan dengan pengguna yang lain, generasi muda saat ini juga sedang menggandrungi sebagai media sosial yang sering di gunakan di bandingkan media sosial lainnya karena karakteristik nya lebih mudah di gunakan dan juga dapat mudah dipahami diterima secara efisien oleh teman-teman ataupun kelompok itu sendiri. (Ming 2015) Dikutip dari sumber data jumlah pengguna

instagram di Indonesia 2024. <https://upgraded.id/data-jumlah-pengguna-instagram-di-indonesia>

Pada tahun 2016 instagram memperoleh 500 juta langganan dan instagram semakin eksis digunakan oleh kalangan masyarakat. Dan data tahun 2017 instagram resmi memiliki lebih dari 600 juta pengguna dan urutan ke – 3 pengguna aktif instagram terbesar di dunia maka kita akan melihat inilah fitur-fitur yang ada pada instagram (Arif,2020: 81) :

- a.) Video dan foto merupakan alat untuk mengambil video atau gambar di galeri seluler atau secara langsung.
- b.) Caption ialah sebuah deskripsi konten yang diunggah di akun instagram milik pribadi untuk nantinya bisa dilihat oleh orang lain.
- c.) Komentar berupa tanggapan atau pendapat terhadap item-item yang ada pada instagram.
- d.) Hastag adalah label (tag) berupa kata yang diawali oleh simbol pagar yang berfungsi untuk mengelompokan foto dalam satu tabel.
- e.) Tag menandai teman dari akun lain diposting atau berbagi
- f.) Repost adalah memposting kembali postingan dari akun yang lain
- g.) Stories ialah fitur untuk berbagi cerita dalam bentuk foto atau video yang dapat dibagikan hanya dalam 24 jam.
- h.) Pesan langsung adalah fitur untuk memberi dan menerima pesan yang masuk di akun instagram pengguna.

Dan fitur-fitur yang saat ini ada tidak menutup kemungkinan akan ada fitur terbaru yang akan disiapkan oleh instagram itu sendiri seiring berkembangnya zaman.

Instagram merupakan aplikasi berbagi foto dan video dimana penggunanya bisa kapanpun dan dimanapun untuk mendapatkan gambar dan membagikannya di berbagai layanan jejaring sosial, termasuk Instagram. Instagram didirikan pada tahun 2010 oleh sahabat Kevin Systrom dan Mike Krieger. (Mahendra, 2017). Instagram juga merupakan salah satu aplikasi yang paling banyak digunakan saat ini, dikarenakan Instagram merupakan aplikasi yang tidak berfokus pada penggunaan gambar dan video. Namun instagram juga telah memiliki fitur baru yang saat ini sangatlah diminati semua orang, terutama Gen Z yaitu fitur snapgram. Namun seiring berjalannya waktu beberapa orang sudah menyadari bahwa intagram itu bisa dimanfaatkan sebagai media untuk bersosialisasi, membangun relasi, membuka peluang usaha, hingga berdakwah.

Instagram merupakan aplikasi berbagi foto yang memungkinkan pengguna mengambil foto, menerapkan filter digital, dan membagikannya ke berbagai layanan jejaring sosial. (Prihatiningsih, 2017). Saat ini juga Instagram menyediakan fitur video pendek yang lebih digemari, Instagram menamainya reels. Dalam reels, pengguna akan disuguhkan video-video acak dari berbagai macam creator. Biasanya pengguna Instagram akan “terperangkap” dalam reels, 12 karena perilaku scrolling reels ini nampak tiada habisnya, dan penonton akan semakin dibuat penasaran tentang apa yang akan ada pada reels berikutnya. Selain itu, Instagram juga memiliki segudang fitur-fitur yang menarik dan akan selalu di - update oleh developer-nya. Tak heran jika Instagram menjadi media sosial yang paling banyak digunakan setelah Whatsapp.

Salah satu media yang digunakan ialah Instagram merupakan salah satu media sosial yang saat ini sedang banyak digunakan, media sosial yang saat ini sedang banyak digunakan. Media sosial juga punya peran penting baik ditingkat individu maupun organisasi dan masyarakat modern.

Dari pengertian sampai kepada fitur instagram itu sendiri peneliti akan mendalami akun media sosial instagram Bagas Rais untuk diteliti sebagai salah satu instrumen dalam penelitian. Instagram sebagai media sosial yang banyak digunakan dan banyak fitur-fitur yang menarik, sehingga banyak orang yang menggunakannya sebagai media komunikasi juga digunakan sebagai media bisnis, dan media dakwah. Melalui instagram kegiatan dakwah dapat dilakukan melalui postingan foto, video dengan di tambahkan deskripsi pesan-pesan edukasi dakwah. Akun instagram @bagasrais adalah salah satu pengguna instagram yang melakukan kegiatan dakwah dengan memposting poster-poster dan video dakwah pada akunnya. Meskipun instagram sebagai aplikasi terpopuler dengan kegunaannya yang bermacam-macam. Namun tak bisa kita pungkiri bahwa terdapat juga kekurangan dan kelebihan pada instagram yang perlu kita perhatikan terutama dalam membuat konten-konten nantinya.

Self Improvement

Self improvement tidak memandang umur ataupun gender, sebab semua individu memiliki hak yang sama dalam mendapatkan kesempatan merubah diri menjadi lebih bernilai. Tentu saja, setiap individu akan berhadapan dengan berbagai persoalan hidup yang berbeda, kadang menemukan hal yang baik, kadang juga sebaliknya. Oleh sebab itu, individu diharapkan dapat memahami kepribadian, pola pikir, ataupun perasaan sendiri saat dipertemukan dengan berbagai persoalan tersebut. Dengan begitu, individu dapat mempertimbangkan serta

mengukur kemampuan dan potensi yang dimiliki guna meningkatkan kualitas yang ada padanya seiring bertambahnya usia.

Di Indonesia, tak jarang ditemui individu-individu yang lebih berfokus pada kelemahan pada diri sehingga lupa untuk meningkatkan potensi yang dimiliki. Kelemahan maupun kekurangan pada diri sebenarnya bisa ditutupi melalui adanya peningkatan pada kualitas diri. Pasiak (2017) mengemukakan bahwa individu perlu untuk percaya dalam melakukan sesuatu agar bisa berhasil. Dalam meningkatkan kualitas diri, perlu adanya kesadaran serta kemauan dari diri individu tersebut. maka dari itu, untuk menjadi pribadi yang lebih baik, individu semestinya perlu memiliki kesadaran terkait self improvement.

Pengembangan diri dikenal juga dengan istilah *Self Improvement* yaitu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan, kualitas hidup, dan kesehatan dengan berbagai cara melalui kemampuan individu untuk mempelajari hal-hal baru, mengubah pola pikir, mengembangkan kebiasaan baru, dan lain-lain. Dalam hal ini dibutuhkan lingkungan keluarga yang dapat mendukung. Lingkungan keluarga memegang peranan yang sangat penting dalam pengembangan kepribadian, karakter, nilai budaya, nilai agama, etika dan keterampilan individu (Rahmawati, dkk: 2022).

Tambunan (2018) mengemukakan bahwa *self improvement* merupakan sebuah tindakan memperbaiki pikiran, kemampuan maupun status individu berdasarkan upaya individu tersebut. *Self improvement* mengandung peningkatan kondisi materi

kehidupan. Adapun kondisi materi yang dimaksud yaitu hubungan individu, kesehatan, keuangan, keterampilan dan pengetahuan. Adapun aspek lain dalam *self improvement* yaitu kesederhanaan (simplicity). Pendekatan dari self improvement dapat diketahui dari kelemahan maupun kekuatan diri individu. (Tambunan, 2018) mengemukakan bahwa kekuatan yang ada pada diri dapat digunakan untuk menentukan tujuan serta langkah - langkah yang hendak dilakukan untuk menuju suatu perbaikan.

Tambunan (2018) mengemukakan bahwa *self improvement* dapat berlangsung atas dasar adanya dorongan (drives). Terdapat tiga jenis tujuan yang hendak dicapai dalam dorongan, yaitu tujuan yang berasal dari konsep, tujuan yang didorong hayalan dan tujuan yang didorong oleh emosionalisme. Dalam upaya memperbaiki diri, individu perlu untuk menerima dirinya sendiri. Dalam hal ini, individu perlu untuk mencintai diri apa adanya. Hasibuan (2014) mengemukakan bahwa *self improvement* adalah tentang kejujuran, kasih sayang dan integritas diri sendiri.

Harry (2020) mengemukakan bahwa *self improvement* dapat mengubah individu menjadi lebih baik dan mampu menginspirasi individu lain untuk menjadi lebih baik pula. Pikiran dalam keadaan sadar merupakan kunci utama dalam proses *self improvement*. Pikiran yang berada dalam keadaan sadar mampu mengubah kebiasaan, perilaku maupun sikap individu. (Tambunan, 2018) mengemukakan bahwa *self improvement* merupakan latihan tindakan yang dilakukan individu dalam memperbaiki diri menurut persepsi maupun kemauan yang dimilikinya. Dalam hal ini, *self improvement* berhubungan dengan cara berpikir (*thinking*), visualisasi (*visualization*) dan penguatan (*affirmation*).

Ada beberapa cara untuk membangun *self improvement*, yaitu dengan belajar memahami diri sendiri, memahami tujuan dan eksistensi hidup, terus meningkatkan kapasitas diri, menonton film yang bermanfaat, tidak pernah puas dalam belajar, dan yang tidak kalah penting adalah rajin membaca buku. Buku merupakan objek fisik yang kerap dijadikan sebagai sumber informasi. *Self improvement* juga dapat membantu pembaca dalam meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Hal ini menjadi salah satu fitur yang diperoleh oleh pembaca untuk melakukan *Self improvement* dengan konsisten. Fungsi yang bisa diperoleh antara lain yang pertama adalah dengan dapat menumbuhkan keyakinan pada diri sendiri, hal ini membantu pembaca untuk mengatasi adanya rasa kurang percaya diri atau insecure yang banyak terjadi dikalangan Gen Z.

Self improvement juga memiliki manfaat yang besar dalam menciptakan kualitas hidup yang tinggi. Manfaat yang pertama yaitu *Self improvement* dapat membantu pembaca dapat meningkatkan kesejahteraan emosional. Dengan hal ini pembaca dapat mempelajari teknik manajemen stress untuk menenangkan pikiran dari masalah dalam hidup, masalah yang selalu di kira tidak memiliki jalan keluar, hingga masalah yang hanya akan menjadi lebih lelah dan stress.

Perilaku Islam

a.) Perilaku

Setiap perilaku yang ada pada diri manusia dipengaruhi oleh perkembangan dan pertumbuhannya. Dalam perkembangan manusia atau makhluk lain pada umumnya dapat dibedakan dalam 3 hal yaitu proses pematangan, proses belajar, dan proses pembawaan atau bakat. Saifudin Azwar dalam bukunya menjelaskan bahwa perilaku sebagai reaksi bersifat sederhana maupun kompleks dan merupakan ekspresi sikap seseorang. Perilaku yang

dipengaruhi oleh faktor eksternal adalah perilaku yang terbentuk karna adanya pengaruh dari luar seperti lingkungan sosial dan masyarakat. Perilaku seseorang yang baik salah satunya terbentuk karena memang mendapatkan arahan dan pelajaran dari faktor luar. Perilaku didasari oleh berbagai faktor baik dalam diri pribadi secara internal maupun dari faktor luar. Perilaku yang bersumber dari dalam diri sendiri adalah perilaku yang memang sudah ada sejak lahir dan semakin terbentuk dengan adanya pembentukan karakter/sifat yang ditanamkan oleh lingkungan terdekat seperti keluarga. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah SWT dalam surah Ar-ra'd: 11

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِمَّنْ أَمَرُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ ۚ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِنِّ وَّالٍ

Artinya: “Baginya (manusia) ada (malaikat-malaikat) yang menyertainya secara bergiliran dari depan dan belakangnya yang menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah apa yang ada pada diri mereka. Apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, tidak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”

Dalam hal ini artinya Allah SWT tidak hanya mengetahui sesuatu yang tersembunyi di malam hari dan yang tampak di siang hari, Allah, melalui malaikat-Nya, juga mengawasinya dengan cermat dan teliti. Baginya, yakni bagi manusia, ada malaikat-malaikat yang selalu menjaga dan mengawasi-nya secara bergiliran, dari depan dan dari belakangnya. Mereka menjaga dan mengawasinya atas perintah Allah. Dan Allah Yang Mahakuasa tidak akan mengubah keadaan suatu kaum dari suatu kondisi ke kondisi yang lain, sebelum mereka mengubah keadaan diri menyangkut sikap mental dan pemikiran mereka sendiri. Dan apabila, yakni andai kata, Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum- dan ini adalah hal yang mustahil bagi Allah- maka tak ada kekuatan apa pun yang dapat menolaknya dan tidak ada yang dapat menjadi pelindung bagi mereka selain Dia. Dan perubahan tidak akan terjadi hanya dengan penyesalan. Perubahan juga tidak akan terjadi hanya dengan tangisan. Perubahan baru akan terjadi ketika kita mulai bergerak dan melakukan tindakan yang pasti.

b.) Islam

Pendidikan serta implikasi nilai-nilai Islam dalam pendidikan lingkungan hidup, diperlukan bahasan nilai-nilai Islam tentang lingkungan hidup dan wujud kesadaran lingkungan hidup pada diri anak. Apalagi jika diperhatikan bahwa pendidikan anak ada kaitannya dengan tata nilai. Dalam kehidupan manusia terdapat sesuatu yang bermanfaat, sehingga kelangsungan hidup seseorang atau masyarakat dapat dipertahankan.

Nilai-nilai Islam itu pada hakikatnya adalah kumpulan dari prinsip-prinsip hidup, ajaran-ajaran tentang bagaimana manusia seharusnya menjalankan kehidupannya di dunia ini, yang satu prinsip dengan lainnya saling terkait membentuk satu kesatuan yang utuh tidak dapat dipisah-pisahkan. Nilai juga merupakan suatu gagasan atau konsep tentang apa yang dipikirkan seseorang dan dianggap penting dalam kehidupannya. Melalui nilai dapat menentukan suatu objek, orang, gagasan, cara bertingkah laku yang baik atau buruk. Tidak sampai di situ saja, salah satu nilai Islam yang harus kita lakukan

ialah banyak mengingat Allah SWT. Hal tersebut sesuai dengan firman Allah SWT dalam surah Al-Ahzab: 41

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْرًا كَثِيرًا

Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman, ingatlah Allah dengan zikir sebanyak-banyaknya."

Wujud nilai-nilai Islam harus dapat ditransformasikan dalam lapangan kehidupan manusia. Hal tersebut sejalan dengan karakteristik Islam sebagaimana diungkapkan oleh Muhammad Yusuf Musa, yaitu: Mengajarkan kesatuan agama, kesatuan politik, kesatuan sosial, agama yang sesuai dengan akal dan pikiran, agama fitrah dan kejelasan, agama kebebasan dan persamaan, dan agama kemanusiaan.

Lapangan kehidupan manusia harus merupakan satu kesatuan antara satu bidang dengan bidang kehidupan lainnya. Dalam pembagian dimensi kehidupan Islam lainnya yaitu ada dimensi tauhid, Syariah dan akhlak, namun secara garis besar nilai Islam lebih menonjol dalam wujud nilai akhlak. Menurut Abdullah Darraz sebagaimana dikutip Hasan Langgulung,

membagi nilai-nilai akhlak kepada lima jenis, yaitu:

- a. Nilai-nilai Akhlak perseorangan
- b. Nilai-nilai Akhlak keluarga
- c. Nilai-nilai akhlak sosial
- d. Nilai-nilai Akhlak dalam negara
- e. Nilai-nilai Akhlak agama

Dengan demikian nilai agama Islam adalah nilai akhlak perseorangan, keluarga, sosial, negara dan agama.

Nilai juga diartikan dengan suatu perangkat keyakinan atau pun perasaan yang diyakini sebagai suatu identitas yang memberikan corak yang khusus kepada pola pemikiran, perasaan,

keterikatan maupun perilaku. Namun akan berbeda jika nilai itu dikaitkan dengan agama, karena nilai sangat erat kaitannya dengan perilaku dan sifat-sifat manusia, sehingga sulit ditentukan batasannya dan keabstrakannya itu, maka timbullah bermacam-macam pengertian di antaranya: Dalam Kamus Bahasa Indonesia Nilai artinya sifat-sifat (hal-hal) yang penting atau berguna bagi kemanusiaan. Maksudnya kualitas yang memang membangkitkan respons penghargaan. Nilai itu praktis dan efektif dalam jiwa dan tindakan manusia dan melembaga secara obyektif di dalam masyarakat.

Diantara sifat-sifat yang harus dimiliki oleh seorang muslim itu adalah sebagai berikut:

1. Shiddiq

Seorang muslim harus mampu menginformasikan berbagai pemberitaan yang benar sesuai dengan data dan fakta yang standar kebenarannya mengarah kepada ajaran Islam.

2. Amanah

Amanah yang dimaksud artinya adalah seorang muslim harus dipercaya dan terpercaya dalam berbagai informasi yang disampaikan. Amanah artinya dapat memelihara kepercayaan umat kepadanya karena ia dilarang berdusta, dan memanipulasi fakta.

3. Tabligh

Tabligh yang dimaksud artinya adalah seorang muslim harus mampu menjadi pusat informasi dari berbagai peristiwa dan menyampaikan dengan jujur dan tidak melebih-lebihkan dan bermanfaat bagi khalayak.

4. Fathonah

Fathonah yang dimaksud artinya adalah seorang muslim harus cerdas dan berwawasan luas. Seorang muslim dituntut untuk mampu menganalisis dan membaca situasi sesuai yang dibutuhkan oleh umat, dan berpegang teguh pada ajaran agamanya, dan ini bukan menjadi tugas sebagian umat Islam saja, melainkan juga para cendekiawan muslim, ulama, mubaligh, dan umat Islam itu sendiri.

Dari pengertian di atas dapat dipahami bahwa pengertian agama Islam adalah agama Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad saw untuk disampaikan kepada seluruh umatnya agar mereka menganutnya serta tunduk dan patuh terhadap semua ajaran agama tersebut. Agama juga merupakan gejala yang begitu sering “terdapat di mana-mana,” dan agama berkaitan dengan usaha-usaha manusia untuk mengukur dalamnya makna dari keberadaan diri sendiri dan keberadaan alam semesta. Selain itu, agama dapat membangkitkan kebahagiaan lahir dan batin yang paling sempurna dan juga perasaan takut dan ngeri. Islam

merupakan ajaran yang tepat dalam membina kepribadian muslim seutuhnya dalam wujud sifat-sifat iman, taqwa, jujur, adil, sabar, cerdas, disiplin, tenggang rasa, bijaksana dan bertanggung jawab.

METODE PENELITIAN

Pada penulisan penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif, serta metode analisis yang digunakan yaitu analisis konten (content analysis). Metode ini bersifat alami dan merupakan sumber data langsung. Metode pendekatan kualitatif ini merupakan prosedur awal yang menciptakan deskripsi baik verbal maupun nonverbal dari subjek yang diamati. untuk mencari dan menemukan pengertian atau pemahaman tentang fenomena dalam suatu latar yang bersifat konteks khusus. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan prosedur analisis yang tidak menggunakan prosedur analisis statistik cara kuantifikasi lainnya. Penelitian kualitatif bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah (Barlian, 2018).

Menurut Cahyono (2016) pendekatan penelitian deskriptif merupakan salah satu jenis penelitian dengan tujuan menyakikan ataupun mendeskripsikan gambaran secara lengkap dan mengklarifikasi fenomena atau subjek yang sedang diteliti. Sedangkan, pendekatan analisis konten (content analysis) menurut Wahyudi (2021) merupakan salah satu teknik pendekatan ilmiah yang berfungsi untuk memahami isi teks ataupun konten. Pendekatan ini merupakan pendekatan yang relevan untuk mengamati persoalan terkait gerakan sosial dan media sosial. Adapun pada penelitian ini, difokuskan untuk membahas tentang bagaimana upaya perbaikan diri (self impeovment) Dalam Meningkatkan Perilaku Islam Gen Z Melalui Konten Media Sosial Instagram Bagus Rais.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data primer yang berasal dari media sosial, khususnya postingan akun Instagram @bagasrais dengan mengklasifikasikan kedalam 2 jenis, yaitu postingan yang mengandung nilai-nilai pengembangan diri (self-improvment) dan edukasi mengenai cara meningkatkan perilaku islam Gen Z. Adapun penjelasan dari upaya tersebut sebagai berikut:

1. Nilai-nilai pengembangan diri (self-improvment)

Pengembangan diri merupakan suatu upaya seseorang dalam meningkatkan daya saing hidup. Pengembangan diri akan mengarahkan manusia untuk menciptakan peradaban. Proses lahirnya sebuah peradaban didasari oleh nilai budaya yang tinggi. Pencipta budaya adalah para intelektual yang didasari oleh pengembangan ilmu dengan benar. Adapun beberapa konten di akun instagram @bagasrais yang membahas mengenai pengembangan diri (self-improvement) sebagai berikut:

a. Insecure

Insecurities atau rasa tidak aman merupakan salah satu rasa takut terhadap sesuatu yang dipicu oleh rasa tidak puas dan tidak yakin akan kapasitas diri sendiri. Menurut Abraham Maslow, insecure adalah suatu keadaan dimana seseorang merasakan ketidaknyamanan pada dirinya, seperti hutan yang penuh ketakutan. Orang yang mengalami insecure umumnya merasa ditolak dan terisolasi cemas, pesimis, tidak bahagia, merasa bersalah, tidak percaya diri, egois, dan cenderung neurotik. Secara istilah (dalam buku Rosi Utari) insecure yaitu menggambarkan perasaan tidak aman yang membuat seseorang kurang percaya diri atau pesimis.

b. Kesehatan hati

Pada postingan instagram @bagasrais tanggal 26 september 2023 dengan tema kesehatan hati ini terdapat beberapa pesan dakwah yang disampaikan, bahwa kita tidak boleh terlalu fokus untuk mengembangkan diri sampai lupa untuk memperhatikan hati. Terutama saat kita membaca buku mengenai self-improvement tetapi Al-Quran nya tidak dibaca sama sekali. Terlalu fokus mengikuti kelas yang bertujuan untuk menaikkan skill kita, tetapi mengeluarkan uang untuk ngaji saja mikir berulang kali, kemudian fokus membuat konten produktivitas setiap harinya sehingga kita meninggalkan sholat dan bukan jadi prioritas lagi.

c. Bersyukur

Syukur adalah mampu berterima kasih kepada Allah atas segala nikmat yang telah diperoleh, baik berupa harta, kedudukan, pasangan hidup, anak, maupun nikmat-nikmat lainnya. Oleh karena itu orang yang bersyukur merupakan orang yang kualitas ketaatannya kepada Allah terus meningkat. (El-Bantanie, 2014) Syukur adalah salah satu motivasi utama untuk kemurahan hati.

d. Overthinking

Overthinking dalam KBBI yaitu terlalu banyak waktu untuk memikirkan sesuatu hal dengan cara yang merugikan dan overthinking dapat termasuk juga rasa khawatir, overthinking dalam perspektif islam juga adalah bentuk khusus dari perasaan takut. Dalam buku filosofi teras karya Henry Manampiring, Epictetus mengatakan bahwa sumber sebenar-benarnya dari segala keresahan dan kekhawatiran kita ada di dalam pikiran kita, dan bukan hal atau peristiwa di luar kita. Fenomena overthinking yang berujung pada kecemasan memang bukan hal yang baru. Islam di perintahkan agar selalu berprasangka baik karena dengan persangka baik akan di ikuti oleh perbuatan-perbuatan yang baik

e. Kecewa

Pada konten media sosial instagram @bagasrais yang di unggah 21 febuari 2023 ini menampilkan bahwasannya ketika kita ingin bersosialisasi atau bergaul kita harus menyiapkan rasa kecewanya juga. Hal ini pun di benarkan oleh Cania dalam buku Filosofi Teras, dimana ia mengatakan bahwa anak-anak muda sekarang atau Gen Z terlalu banyak membandingkan diri dengan hidup orang lain (yang tampak sempurna) di media sosial, ini bisa menyebabkan kekecewaan pada hidup sendiri yang berlanjut dengan rasa marah. Kemudian postingan ini mendapat respon positif dari masyarakat, khususnya followers instagram Bagas Rais.

2. Meningkatkan Perilaku Islam Gen Z

Masa remaja adalah waktu rintangan kehidupan manusia, yang berproses dari masa kanak-kanak, remaja, hingga dewasa, sehingga sering disebut masa peralihan. Saat ini yang menjadi problem ditengah-tengah masyarakat adalah kenakalan remaja. Kenakalan remaja dapat merusak nilai-nilai yang sudah ada dalam masyarakat, termasuk nilai-nilai moral, nilai-nilai susila, nilai-nilai luhur agama, dan beberapa aspek pokok yang terkandung di dalamnya, serta norma-norma hukum yang tumbuh di sekitarnya, baik yang tertulis maupun tidak tertulis. Adapun beberapa konten di akun instagram @bagasrais yang membahas mengenai meningkatkan perilaku Islam Gen Z sebagai berikut:

a. menunda tugas/deadline

Prokrastinasi dalam bahasa inggris ialah procrastinate berasal dari bahasa latin pro dan crastinus. Pro berarti kedepan, bergerak maju, sedangkan crastinus memiliki arti keputusan di hari esok. Arti tersebut apabila melibatkan pelakunya maka akan

diucapkannya dengan “aku akan melakukannya nanti”. Seseorang yang mempunyai kecenderungan untuk menunda mengerjakan tugas, atau tidak segera mengerjakannya maka subjeknya disebut dengan procrastinator. Seorang procrastinator tidak hanya lemah dalam manajemen waktu. Jika dipandang dari sisi psikologis seorang procrastinator juga mengalami anxiety disorder dan rasa takut akan tugas yang dihadapinya.

b. Sabar

Sabar (al-shabru) menurut bahasa adalah menahan diri dari keluhan kesah. Bersabar artinya berupaya sabar. Ada pula al-shibru dengan mengkasrah-kan shad artinya obat yang pahit, yakni sari pepohonan yang pahit. Menyabarkannya berarti menyuruhnya sabar. Bulan sabar, artinya bulan puasa. Ada yang berpendapat, "Asal kalimat sabar adalah keras dan kuat. Al-Shibru tertuju pada obat yang terkenal sangat pahit dan sangat tak enak. Al-Ushmu'i mengatakan, "Jika seorang lelaki menghadapi kesulitan secara bulat, artinya ia menghadapi kesulitan itu secara sabar. Ada pula Al-Shubru dengan men-dhamah-kan shad, tertuju pada tanah yang subur karena kerasnya.

c. Rasa Malas

Sifat malas adalah dampak dari kurangnya kecakapan dalam mengatur waktu dan kurangnya disiplin diri, bukan dari faktor genetik. Rasa malas di sini diartikan sebagai keengganan untuk melakukan sesuatu yang seharusnya atau sebaiknya dilakukan. Wujud dari kemalasan ini umumnya menunda-nunda pekerjaan. Segala apa yang dilakukan akan terasa berat untuk dikerjakan terutama beribadah kepada Allah. Perasaan ini menggambarkan hilangnya motivasi seseorang untuk melakukan yang terbaik bagi dirinya.

d. Bangun Pagi

Kebiasaan bangun fajar (subuh) masih merupakan hal yang berat dilakukan bagi sebagian orang, apalagi jika cuaca sedang dingin atau hari hujan. Bagi sebagian orang lagi, bangun fajar (subuh) merupakan kebiasaan atau kebutuhan, banyak manfaat yang bisa diperoleh dari bangun lebih awal. Anda bisa berolahraga dan mendapatkan udara pagi yang lebih segar, atau anda bisa langsung melakukan aktifitas rutin sehari-hari. Bahkan ada pepatah yang mengatakan, orang sukses adalah mereka yang terbiasa bangun lebih awal. Dalam buku *Atomic Habits* karya

James Clear ditulis bahwa salah satu hal yang efektif untuk dilakukan guna membangun kebiasaan yang baik adalah bergabung dengan orang-orang yang punya kebiasaan baik.

e. Istiqamah/Konsisten

Secara kebahasaan, kata Istiqamah adalah bentuk masdar yang diambil dari akar kata istaqama-yastaqimu yang artinya lurus, teguh, dan konsisten. kemudian Ibnu Taimiah mengatakan bahwa Istiqamah adalah cinta kepada Allah dalam beribadah kepada-Nya dan tidak berpaling dari-Nya walau sesaat. Dalam pengertian tersebut Ibnu Taimiah memaknai Istiqamah dengan kecintaan kepada Allah. Perintah untuk istiqamah/konsisten ini terdapat dalam Al-Quran surah At-Taubah:7 dan surah Hud:112

Artinya: "Bagaimana mungkin ada perjanjian (damai) untuk orang-orang musyrik di sisi Allah dan Rasul-Nya, kecuali untuk orang-orang yang kamu telah membuat perjanjian (Hudaibiah) dengan mereka di dekat Masjidilharam? Selama mereka berlaku lurus terhadapmu, berlaku luruslah pula kamu terhadap mereka. Sesungguhnya Allah mencintai orang-orang yang bertakwa." Dalam ayat di atas yang paling ditekankan untuk Istiqamah adalah Nabi SAW, karena Nabi merupakan suri tauladan bagi umatnya. Namun Bagus dalam media sosial instagramnya membagikan tips agar kita bisa terus istiqamah/konsisten. Yaitu dengan memulai sesuatu dari "why" bukan dari "what". Karena orang yang mudah berhenti saat melakukan sesuatu itu biasanya karena tidak mengetahui kenapa dia melakukan hal itu, atau mungkin saja dia sedang ikut-ikutan saja. Maka dari itu Bagus menyampaikan bila niat kita dari awal sudah benar untuk konsisten/istiqamah maka insyaAllah tidak akan mengenal kata lelah karena niat awal kita sudah benar dan pastinya di ridhoi oleh Allah SWT.

KESIMPULAN

Dalam dua rumusan masalah penelitian yang telah diteliti oleh peneliti, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan yang didapatkan dari hasil riset yang telah dilakukan. Kesimpulan dari dua fokus masalah penelitian yang ingin diketahui yaitu bagaimana konten self-improvement Bagus Rais dapat digemari oleh Gen Z dan apa dampak dari konten self-improvement Bagus Rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z.

Pada hasil penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa ada sepuluh bagaimana konten self-improvement Bagas Rais dapat digemari oleh Gen Z dan dampak dari konten self-improvement tersebut dalam meningkatkan perilaku islam, yakni sebagai berikut:

1. Analisis konten self-improvement

Pada fokus masalah yang pertama ini, peneliti akan membahas tentang bagaimana konten self-improvement Bagas Rais dapat digemari oleh Gen Z dengan menunjukkan nilai – nilai self-improvement pada media sosial Instagram Bagas Rais.

a. Insecure

Konten yang pertama yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas Rais yaitu insecure, dimana tujuannya adalah untuk menciptakan rasa gembira dan meruntuhkan sifat insecure.

b. Kesehatan Hati

konten yang kedua yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas Rais yaitu kesehatan hati, dimana konten ini bertujuan bahwa ketika kita melakukan upaya perbaikan diri, kita juga harus memperhatikan kesehatan hati.

c. Bersyukur

konten yang ketiga yang terdapat pada media sosial Instagram Bagas rais yaitu bersyukur, bersyukur ini merupakan bentuk reminder seorang Bagas Rais terhadap followersnya, agar kita jangan sampai terlena dengan kehidupan dunia yang fana sampai kita lupa caranya untuk bersyukur.

d. Overthinking

konten yang keempat yang terdapat pada media sosial Instagram Bagas Rais yaitu overthinking, dalam konten ini Bagas menjelaskan bahwa ada ayat Al-quran yang memberikan tips mengenai overthinking dan mendapat respon positif dari para followersnya.

e. Kecewa

konten yang kelima yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas Rais yaitu kecewa, dimana konten ini bertujuan untuk saling mengingatkan bahwa ketika kita bergaul dengan manusia, maka kita harus menyiapkan rasa kecewa.

2. Dampak dari konten self-improvement Bagas Rais

Pada fokus masalah yang kedua ini, peneliti akan membahas mengenai dampak dari media sosial Instagram Bagas Rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z.

- a. Tidak menunda tugas/deadline
konten yang keenam yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z yaitu tidak menunda tugas, disini Bagas mengingatkan untuk tidak menunda-nunda tugas dan mulai setting deadline sebelum waktu yang ditentukan
- b. Sabar
konten yang ketujuh yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z yaitu sabar, sabar menjadi salah satu dampak positif dalam konten Instagram Bagas, karena dalam konten ini Bagas mengatakan jika kita ingin menjadi muslim level up kuncinya kita harus bersabar dengan sesuatu yang bernilai.
- c. Mengurangi rasa malas
konten yang kedelapan yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z yaitu mengurangi rasa malas dalam konten tersebut Bagas mengingatkan kepada followersnya bahwa memelihara rasa malas itu tidak baik dan malas itu kunci dari semua keburukan.
- d. Bangun Pagi
konten yang kesembilan yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z yaitu bangun pagi, karena dalam buku Robin Sharma yang berjudul the 5 A.M club bahwa orang-orang yang terbiasa bangun pagi termasuk orang-orang yang sukses, karena salah satu kebiasaan orang sukses adalah bangun pagi.
- e. Konsisten
konten yang kesepuluh yang terdapat dalam media sosial Instagram Bagas rais dalam meningkatkan perilaku islam Gen Z yaitu konsisten, dalam konten tersebut Bagas memberikan satu tips untuk konsisten yaitu dengan cara perbaiki niat awal untuk mengerjakan sesuatu, karena seseorang bisa konsisten dengan suatu hal yang positif itu niatnya sudah benar, yaitu karena Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

Adilla, Nur. (2022). Penanganan Insecurities Menurut Pendekatan Psikoterapi Islam

- Agis, D. P. (2021). Penggunaan Aplikasi Tik Tok dan Efeknya Terhadap perilaku keagamaan remaja islam di kelurahan waydadi baru kecamatan sukarama (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG).
- Anggraini, Safira, Eskariani, Nurhayati, (2024). Interpretasi dalam buku “Self Improvement Is it bad or good habbit” (Kajian Semantik). Jurnal Pendidikan, Bahasa dan Budaya 3 (1), 169 - 170.
- Asiah, S. (2016). Efektivitas Kinerja Guru. TADBIR: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam, 4(2), 1-11.
- Buana, T., & Maharani, D. (2020). Penggunaan Aplikasi Tik Tok (Versi Terbaru) dan Kreativitas Anak. Jurnal Inovasi, 14(1), 1-10
- Firmansyah,A, (2020). Pengaruh Perhatian Orang Tua Terhadap Peningkatan Akhlak Anak. Journal of Islamic Education, Vol. 2, No.1.
- Hendratmo, Anwar, Pangarak, Yuliana, Sulastri. (2021). Penerapan Self Improvement Guna Meningkatkan Kualitas Diri Melalui Penggunaan Tools Points of You©. Jurnal Hasil Pengabdian Masyarakat, 2 (2), 152.
- Iskandar,F,S., & Sobarna, A. (2021). Implikasi Pendidikan dari Al-Qur'an Surat Luqman Ayat 14 tentangBerbuat Baik kepada Orang Tua dalam Pembentukan Karakter Syukur. Jurnal Riset Pendidikan Agama Islam, Vol 1, No. 1.
- Kusmadanti, (2024). Self Improvement dalam Novel Ranah 3 Warna dan Jangan Membuat Masalah Kecil Menjadi Masalah Besar (Kajian Sastra Bandingan). Jurnal Bahasa, Sastra, Dan Budaya, Vol. 14, No. 1.
- Kurniawan, Y., & Sulistyarini, I. (2016). Komunitas SEHATI (Sehat Jiwa dan Hati) Sebagai Intervensi Kesehatan Mental Berbasis Masyarakat. Jurnal Psikologi dan Kesehatan Menta,l Vol. 1, No. 2.
- Mardhiah, S. (2023). Upaya Perbaikan Diri (Self Improvement) Dalam Mengatasi Rasa Insecure Perspektif Islam. Jurnal dakwah, 11.
- OktavianiW. F., & FatchiyaA. (2019). Efektivitas Penggunaan Media Sosial sebagai Media Promosi Wisata Umbul Ponggok, Kabupaten Klaten. Jurnal Komunikasi Pembangunan, 17(1), 13-27.
- Rahmawati, M. Efektivitas Dakwah Akun Tiktok @dinda_ibrahiim Bagi Generasi Z di Masa Pandemi Covid-19 (Bachelor's thesis, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).

- Ramdani, (2023). Efektivitas Pesan Dakwah Ustadz Handy Bonny . Jurnal Dakwah , 10.
- Rahmaningsih, (2014). Dinamika Konsep Diri pada Remaja Perempuan Pembaca Teenlit. Jurnal Psikologi, Vol 41, No 2.
- Suharyono, (2018). Perilaku Konsumen Dalam Perspektif Ekonomi Islam. Jurnal Ekonomi dan Perbankan Syariah, Vol 4, No 2.
- Sari, A. C., Hartina, R., Awalia, R., Irianti, H., & Ainun, N. (2018). Komunikasi dan media sosial. Jurnal The Messenger, 3(2), 69.
- Turmudi,I., & Suryadi. (2021). Manajemen Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Selama Pembelajaran Daring. Al-Tazkiah : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam, vol. 10, No. 1.
- Utami,S,T., Andy,S., & Datmi,R,A,M. (2023). Dampak Overthinking Dan Pencegahannya Menurut Muhammad Quraish Shihab Studi Surah Al-Hujurat Ayat 12. Al-Wasathiyah: Journal of Islamic Studies, vol.2, No.1.
- Wuwungam, K. E., Himpong, M. D., & Lotulung, L. J. H. (2022). Pemanfaatan Media Sosial Tiktok Sebagai Sarana Edukasi Bagi Mahasiswa. Acta Diurna Komunikasi, 4(2).