

“Kalau gunung enggan memikul amanah, kenapa kita ringan-ringan saja memikul HP?”

Diskusi terbuka. Boleh kamu setuju, boleh kamu bantah — yang penting kamu pikir.

"Empat Lensa Membaca HP di Era AI"

Di kampus mana pun di Indonesia, pemandangan pagi ini cukup seragam. Mahasiswa duduk di kantin, mata menunduk ke layar, jempol bergerak vertikal di laju yang sama. Antrian wudhu di mushala diselingi notifikasi. Diskusi kelompok berlangsung dengan setengah perhatian — separuh di topik, separuh di feed. Pekan ini, kabar yang ramai berseliweran di sekitar ruang digital — anak-anak yang terpapar konten merusak, keluarga yang berantakan karena judi online, peran ulama yang ditanyakan ulang di era AI — sebenarnya hanya permukaan dari satu

pertanyaan yang lebih dalam: mengapa benda yang muat di saku ini bisa mengubah perilaku jutaan orang, dan apa yang harus dilakukan masyarakat yang menyadarinya?

Pertanyaan ini sering dijawab dengan moralisme tipis: "kurangi scroll, perbanyak ibadah". Jawaban itu tidak salah, tetapi tidak cukup. Ia memperlakukan HP sebagai musuh personal, padahal HP adalah artefak sosial-teknologi yang dirancang dengan tim besar, dana besar, dan tujuan komersial yang jelas. Memperlakukannya sebagai musuh personal berarti meletakkan beban kemenangan di pundak individu yang sebenarnya melawan sistem. Untuk memahami situasi ini secara utuh, dibutuhkan analisis bertingkat — bukan satu jawaban, tetapi beberapa lensa yang saling melengkapi dan saling menyingkap celah masing-masing.

Lensa pertama datang dari ekonomi perhatian. Platform digital, sebagaimana dipopulerkan analisis Shoshana Zuboff dan generasi setelahnya, beroperasi pada prinsip *attention economy* — perhatian pengguna adalah produk yang dijual kepada pengiklan, dan setiap fitur platform dirancang untuk memperpanjang waktu pengguna di dalamnya. Implikasinya: kecanduan layar bukan kegagalan moral individu, melainkan keberhasilan rekayasa platform. Lensa ini sangat kuat untuk menjelaskan mengapa "tinggal kurangi saja" tidak bekerja — kita melawan tim ratusan psikolog dan engineer yang dibayar untuk membuat kita tidak bisa berhenti. Tetapi celah lensa ini: ia cenderung melepaskan tanggung jawab moral pengguna sepenuhnya. Jika semua kesalahan ada di platform, maka pilihan etis individu dianggap mustahil, padahal sejarah menunjukkan orang-orang yang membuat pilihan etis di tengah sistem yang menekan tetap ada. Pertanyaan yang muncul: bagaimana memetakan tanggung jawab antara sistem dan individu, dan di mana letak titik leverage yang paling efektif?

Lensa kedua datang dari sosiologi keluarga. Cara HP masuk ke rumah-rumah Indonesia tidak melalui keputusan kolektif yang dipikirkan matang, melainkan melalui keputusan-keputusan kecil yang akumulatif:

anak diberi HP supaya tidak rewel, suami diberi keleluasaan main game supaya tenang setelah pulang kerja, ibu menggunakan grup WA sebagai saluran sosialisasi utama setelah komunitas RT/RW melemah. Setiap keputusan kecil itu masuk akal pada saat dibuat. Tetapi akumulasi keputusan kecil tanpa rangka etis bersama menghasilkan rumah yang tidak lagi punya bahasa untuk menegosiasikan layar. Implikasinya: solusi tidak bisa hanya individual, harus melibatkan negosiasi ulang norma keluarga. Celah lensa ini: ia mengasumsikan keluarga sebagai unit yang setara, padahal di banyak rumah ada disparitas kekuasaan (suami-istri, orang tua-anak, anak laki-laki-anak perempuan) yang membuat negosiasi tidak simetris. Pertanyaan yang muncul: bagaimana negosiasi norma layar dilakukan di rumah-rumah yang strukturnya asimetris, tanpa membebani pihak yang sudah rentan?

Lensa ketiga datang dari teologi amanah dalam pemikiran Islam. QS. Al-Ahzaab: 72 mengingatkan tentang prinsip *amanah* — kepercayaan yang dipikul manusia setelah ditolak langit, bumi, dan gunung. Amanah dalam pemikiran klasik tidak hanya berarti tidak mencuri; ia berarti memikul tanggung jawab atas titipan dengan kesadaran penuh tentang Pemilik aslinya. HP, dalam lensa ini, adalah amanah — bukan kepemilikan tanpa syarat. Setiap fitur yang kita pakai, setiap konten yang kita konsumsi atau sebar, adalah pertukaran yang akan dipertanggungjawabkan. Implikasinya kuat: lensa ini memberi rangka makna yang lebih dalam daripada sekadar produktivitas atau kesehatan mental — ia menjadikan disiplin layar sebagai ibadah harian. Celah lensa ini: dalam praktik populer, ia kadang terjebak dalam moralisme yang membuat orang yang gagal disiplin layar merasa berdosa secara berlebihan, bukan memperoleh kekuatan dari rangka teologisnya. Pertanyaan yang muncul: bagaimana mengkomunikasikan prinsip amanah dengan rahma, agar ia menjadi pemberdaya bukan pemberat?

Lensa keempat datang dari filsafat teknologi. Pemikir seperti Albert Borgmann membedakan antara *device* (perangkat yang menyediakan komoditas dengan mengaburkan prosesnya) dan *focal practice* (aktivitas yang menyatukan manusia, alam, dan komunitas dengan

proses yang transparan). HP adalah device par excellence: ia menyediakan hiburan, informasi, koneksi sosial — semua tanpa mensyaratkan kita memahami atau berkontribusi pada prosesnya. Akibatnya, kita mengonsumsi tanpa membentuk, dan lama-kelamaan kapasitas untuk membentuk pun melemah. Implikasinya: solusi tidak hanya membatasi HP, tetapi menumbuhkan kembali *focal practices* — memasak bersama keluarga, sholat berjamaah, membaca kitab dengan guru, menanam tanaman. Celah lensa ini: ia terkesan nostalgis dan sulit diterapkan di kota-kota Indonesia yang sudah kehilangan banyak ruang fisik untuk *focal practices*. Pertanyaan yang muncul: di kota yang ruangnya sempit dan waktunya padat, bentuk modern dari *focal practice* yang realistis itu seperti apa?

Empat lensa ini saling menerangi dan saling membatasi. Yang penting bukan menemukan lensa "paling benar", melainkan menyadari bahwa setiap lensa memberi diagnosis yang berbeda dan menuntut respons yang berbeda. Mahasiswa yang membaca artikel ini di kantin mungkin tertarik pada lensa ekonomi perhatian karena memberi alibi struktural; mahasiswi yang membaca di kos mungkin tertarik pada lensa teologi karena memberi rangka makna; mahasiswa yang aktif di organisasi mungkin tertarik pada lensa sosiologi karena memberi pintu masuk advokasi. Semua kombinasi sah, asal disadari bahwa tidak ada satu lensa yang menutupi semua celah.

Praktik konkret yang bisa dicoba di kampus pekan ini: pertama, satu hari dalam seminggu, tinggalkan HP di kos saat ke kampus — sepenuhnya, bukan disenyapkan. Catat di buku tulis bagaimana hari itu terasa berbeda. Kedua, satu sesi belajar selama 90 menit tanpa membuka aplikasi sosial — pakai aplikasi pemblokir kalau perlu. Catat perbedaan retensi materi. Ketiga, di kelompok studi atau organisasi mahasiswa, mulai diskusi rutin satu jam tentang etika digital — bukan ceramah, tetapi pertukaran pengalaman. Keempat, kalau ada teman yang terjebak judi online atau konten yang merusak, jangan menjauhi — datangilah dengan kesabaran, sambungkan dengan dukungan yang lebih kuat (psikolog kampus, pengurus masjid kampus, keluarga). Kelima,

untuk yang punya kemampuan teknis, terlibat dalam proyek-proyek yang merancang teknologi yang lebih ramah perhatian — Indonesia membutuhkan engineer yang sadar etika, bukan hanya engineer yang ahli teknik. **QS. Hud: 85** mengingatkan tentang prinsip *al-mizan* — keseimbangan dan adil dalam timbangan; di era digital, timbangan itu kini berlaku juga untuk bagaimana kita menukar waktu, perhatian, dan kepercayaan.

Yang penting bukan menemukan jawaban final yang menutup semua pertanyaan, melainkan memahami bahwa lensa apa pun yang dipilih sebagai prioritas, ada lensa lain yang akan menutupi celahnya.

Mahasiswa, sebagai kelompok yang dianggap "paling teknologi-savvy" dalam keluarga dan masyarakat, memikul beban khusus: bukan untuk mengoreksi yang tua, melainkan untuk mempraktikkan kesadaran amanah dalam diam sehingga generasi setelahnya melihat ada cara lain memikul HP.

| Pertanyaan

Q · 01

Bukankah ini cuma masalah sistem kapitalisme platform? Kenapa beban moralnya selalu dilemparkan ke individu, padahal yang merancang algoritma adiktif itu korporasi?

A

Pushback ini valid dan tidak boleh diabaikan. Memang benar bahwa sistem ekonomi perhatian mendesain kecanduan, dan menuntut individu untuk "lebih disiplin" tanpa mengubah desain sistemik adalah versi moralis yang malas. Tetapi melepaskan tanggung jawab individu sepenuhnya juga keliru — sejarah Islam menunjukkan tokoh-tokoh yang membuat pilihan etis di tengah sistem yang menekan, dan pilihan itu menjadi bibit perubahan sistemik. Yang dibutuhkan: advokasi sistemik (regulasi, transparansi algoritma, riset publik) plus disiplin individu yang sadar diri. Bukan salah satu, tetapi keduanya.

Q · 02

Kalau lensa teologi amanah begitu kuat, kenapa banyak komunitas Muslim juga punya tingkat kecanduan layar yang tinggi? Bukankah ini bukti bahwa lensa teologi itu lemah dalam praktik?

A

Pertanyaan tajam. Yang lemah bukan lensanya, melainkan transmisinya. Banyak pendidikan Islam kontemporer mengajarkan prinsip amanah secara verbal tanpa menerjemahkannya ke praktik kontemporer. Akibatnya, jamaah tahu istilah "amanah" tetapi tidak punya kebiasaan harian yang membawa prinsip itu ke layar HP. Yang dibutuhkan adalah bahasa dakwah yang spesifik tentang teknologi — bukan sekadar pengulangan istilah klasik, tetapi penerjemahannya ke dilema konkret hari ini. Ini tugas generasi mahasiswa yang punya pijakan teologi sekaligus pemahaman teknis.

Q · 03

Apakah artikel ini secara implisit mengajak orang menjadi technophobic? Bukankah teknologi juga bisa untuk kebaikan?

A

Tidak — artikel ini mengajak refleksi tentang amanah, bukan penolakan teknologi. Teknologi pernah menjadi alat dakwah yang luar biasa: mushaf cetak, radio, televisi, internet. Tiap gelombang teknologi punya sisi yang membantu dan sisi yang merusak; tugas umat adalah memilah, bukan menolak. Yang dikritik di sini bukan keberadaan HP, melainkan kelalaian dalam memikulnya. Sama seperti pisau bukan musuh, tetapi cara memegangnya menentukan apakah ia menjadi alat memasak atau alat melukai.

Q · 04

Saya nggak shalat lima waktu — apakah saya masih bisa pakai prinsip amanah ini, atau ini cuma buat yang sudah religius?

A

Justru sebaliknya. Prinsip amanah dalam QS. Al-Ahzaab: 72 berlaku untuk seluruh manusia karena manusia menerimanya sebelum pembagian beragama atau tidak. Pertanyaan "amanah saya atas waktu saya hari ini" bisa dijawab oleh siapa pun. Mungkin justru pertanyaan ini menjadi pintu masuk yang baik: jika Anda mulai merasakan beban amanah atas HP Anda, suatu hari mungkin Anda menemukan bahwa kerangka penuhnya membutuhkan disiplin yang lebih dalam — dan itu jalannya masing-masing. Artikel ini tidak meminta Anda menjadi siapa pun selain orang yang sedang berpikir jernih malam ini.

Q · 05

Kampus dan organisasi mahasiswa juga pakai medsos terus untuk operasional — bagaimana mungkin kita disiplin sendirian kalau ekosistemnya menuntut online 24/7?

A

Realitas yang valid. Yang bisa dilakukan: pertama, distinguishi antara penggunaan instrumental (membalas pesan organisasi, mengakses materi kuliah) dan penggunaan konsumtif (scroll feed tanpa tujuan). Yang pertama harus diakomodasi, yang kedua bisa dikurangi. Kedua, bekerja kolektif — usulkan ke organisasi atau kelompok studi agar ada "jam tenang" tanpa balasan instan setelah pukul 10 malam. Norma kolektif lebih kuat daripada disiplin individual. Ketiga, jangan tunggu kondisi sempurna untuk mulai; mulai dengan satu jam tanpa medsos di pagi hari, bangun dari sana.