

tataupun kesenangan semu, dan bahkan beberapa menggunakan media sosial untuk menambah keruh suasana masyarakat karena unggahan berita *hoax* dan berita yang menakutkan masyarakat. Mereka menggunakan media sosial bukan sebagai sarana kerassulan, tetapi lebih untuk kepentingan dirinya sendiri dan untuk merusak suasana masyarakat.

Godaan Lewat Media Sosial

Beberapa religius muda sering bertanya, mengapa media sosial sering mudah mengganggu hidup mereka sebagai religius. Dari beberapa refleksi orang muda, mereka menemukan beberapa hal yang menyebabkan media sosial mengganggu.

- Media sosial, terutama bila dengan gawai yang canggih dapat menampilkan dan menawarkan banyak sekali hal yang menarik kita. Banyak video YouTube atau gambar yang menarik hati kita, bahkan meningkatkan nafsu kita sehingga kita dapat kecanduan untuk melihat dan menikmatinya. Kita menjadi kecanduan media sosial yang menyebabkan kehidupan membina kita terganggu. Dengan media sosial, komunikasi kita menjadi lebih cepat sehingga membutuhkan tanggapan cepat pula; dan bila ditanggapi, maka pihak lain akan ganti menanggapi secara cepat pula, dan seterusnya. Ini pun terjadi

berkali-kali. Akibatnya, akan banyak waktu terbuang untuk itu dan akhirnya mengganggu tugas utama kita di tarekat.

- Media sosial yang menarik dapat menjadi pelajaran kita kalau kita sedang tidak nyaman dengan tugas dan hidup religius kita. Kadang pelajaran ini tidak makin menyembuhkan, tetapi dapat makin menurunkan semangat kita untuk bertahan dalam menghadapi persoalan hidup kita.
- Godaan yang sering dialami adalah godaan untuk ingin dihormati, dipuji, disenangi orang-orang lain. Ini sering terwujud dalam pencarian *di-like*, mencari popularitas, dan lupa bahwa media sosial hanyalah sarana, bukan tujuan hidup kita.

Belajar dari Sabda Tuhan dan Latihan Rohani

Dalam Kitab Suci, sering Tuhan Yesus mengecam orang Farisi dan para imam yang hidupnya munafik dan hanya ingin mencari pujian bagi diri sendiri. Mereka melakukan sesuatu agar dilihat orang banyak, bukan sungguh-sungguh untuk membantu dan melayani banyak orang (bdk. Mat. 23: 5-7). Mereka berbuat sesuatu hanya untuk dilihat banyak orang, untuk dipuji, dan dihormati. Kita diingatkan agar dalam penggunaan media sosial lebih menggunakan sebagai sarana perutusan dan pewartaan sabda Tuhan; dan bukan untuk pencarian penghormatan diri sendiri, apalagi menjadi gila hormat.

- Apakah dengan media sosial, hidup prasetya kaul kita makin berkembang atau sebaliknya makin merosot?
- Apakah dengan menggunakan media sosial kita lebih makin mencintai Tuhan, berserah kepada-Nya, dan bersemangat untuk melaksanakan kehendak-Nya?

Penutup

Media sosial dapat menjadi sarana yang baik untuk membantu kemajuan hidup religius dan perutusan kita. Namun, dapat menjadi hambatan bila tidak digunakan secara baik dan tepat. Maka, sikap yang perlu adalah kritis dan reflektif dalam penggunaan media sosial ini. Semoga kita menggunakan media sosial dengan bijak, menggunakan sejauh itu sangat membantu perutusan dan hidup kita. Selamat menggunakan media sosial dengan bijak!

Pertanyaan Refleksi Pribadi

- 1) Apa motivasi dan tujuanku menggunakan media sosial?
- 2) Apakah dengan media sosial, hidupku sebagai religius makin mencintai Tuhan?
- 3) Apakah aku makin setia dalam panggilan, makin semangat dalam menjalankan perutusan Tuhan lewat media sosial?
- 4) Apakah aku makin menghidupi ketiga kaulku lebih gembira dan sungguh-sungguh? ♦

Perlu Lebih Meningkatkan Refleksi Pribadi

Kita masing-masing boleh melihat dan merefleksikan diri sendiri bagaimana kita masing-masing menggunakan media sosial dalam hidup kita.

- Kita perlu melakukan *discernment* dan refleksi mengenai penggunaan media sosial kita. Apakah kita sudah menggunakannya untuk kemajuan perutusan kita sehingga makin berhasil kita, atau justru kita gunakan sebaliknya hanya untuk menonjolkan diri, untuk dipuji, dan untuk dihormati?
- Bagaimana suasana hati kita ketika menggunakan media sosial? Apa menjadi lebih tidak tenang, gelisah, takut; atau aku menjadi lebih tenang, damai, dan gembira?

Mereka ingin menunjukkan dirinya bahwa banyak dikenal dan *di-like* orang banyak. Persoalan bagi kita semua adalah, apakah motivasi dan tindakan seperti itu sungguh baik dari sisi hidup membiara atau tidak. Di bawah ini kita ingin merefleksikannya sehingga kita dapat memanfaatkan media sosial lebih sebagai sarana perutusan dan bukan terutama untuk mencari kehormatan bagi diri sendiri.

Media Sosial Sebagai Sarana

Media sosial adalah media daring yang dapat digunakan para penggunanya untuk dengan mudah berpartisipasi, berinteraksi, berbagi, dan berjejaring sosial dalam dunia virtual tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Bentuknya antara lain seperti, Instagram, WhatsApp, Facebook, YouTube, Twitter, TikTok, Line, Reddit, dan Quora. Di Indonesia, sekarang ini Instagram, WhatsApp, Facebook, Twitter banyak digunakan orang.

Dalam Gereja mondial, kita bisa melihat bagaimana media sosial digunakan secara luas. Kita bisa melihat bagaimana Vatikan menggunakan media sosial untuk menyebarkan gagasan, semangat, ajaran, dan tekanan pelayanan Paus Fransiskus ke seluruh dunia. Lewat media sosial banyak orang, termasuk yang bukan Katolik, dapat mengerti, mengenal, dan bahkan meniru semangatnya. Lewat media sosial Vatikan itu, Paus mengomunikasikan dan menyebarkan semangat kasih kepada seluruh umat di dunia ini. Jelas di sini media sosial digunakan

sebagai sarana perutusan kabar gembira secara tepat.

Sebagai sarana, media sosial ini banyak berguna bagi kita sebagai kaum religius, baik untuk hidup pribadi maupun untuk perutusan dan hidup bersama kita, antara lain sebagai berikut:

- Di masa pandemi Covid-19, media sosial sangat membantu dalam banyak karya, seperti dalam pendidikan, dalam formasi, dalam karya sosial, dalam bidang kesehatan, dan bahkan juga dalam bidang rohani dan liturgi, karena banyak kegiatan dan pekerjaan harus dilakukan secara daring. Kebanyakan dari kita mengajar lewat daring dengan media sosial. Kita pun melakukan karya pastoral lewat media sosial, dan bahkan ekaristi lewat media sosial.
- Media Sosial dapat mempercepat dan membantu perutusan kita karena dapat untuk mengomunikasikan keputusan-keputusan dengan cepat sehingga orang yang dituju cepat mengerti yang ditugaskan.
- Media sosial membantu menyelesaikan dengan cepat berbagai tugas, seperti pembelian barang, penjualan hasil kebun dan makanan terekat sehingga tetap bisa hidup di tengah pandemi.
- Media sosial membantu komunikasi antaranggota yang lebih akrab, dekat, dan cepat sehingga banyak persoalan dalam terekat banyak kan dengan baik serta hidup komunitas menjadi lebih bersatu.

- Media sosial membantu orang-orang yang mempunyai persoalan dengan lebih jelas dan cepat karena dapat berkomunikasi lebih cepat dan terbuka.
- Karena dapat memberikan data dan informasi yang lebih lengkap dan cepat, maka media sosial juga membantu kemajuan kehidupan pribadi, terekat, dan perutusan terekat terutama dalam mengambil keputusan yang lebih bijak.
- Media sosial membantu banyak anggota yang sedang stres, atau kesepian di tempat tugas karena dapat berkomunikasi dengan para sahabatnya yang jauh.

Selain dapat berguna bagi kehidupan hidup, terekat maupun kerasulannya, media sosial yang tidak digunakan semestinya justru dapat merugikan kita. Misalnya bila:

- Digunakan untuk membuat gosip, mencela orang, menyering orang atau kelompok lain;
- Hanya digunakan untuk komunikasi yang tidak penting sehingga hanya menghabiskan biaya pulsa, kuota atau paket data;
- Digunakan untuk membangun relasi tidak baik yang melemahkan hidup membiara seperti: untuk pacaran dan hiburan yang melanggar kesucilaan;
- Untuk menyebarkan berita *hoax* yang menghancurkan hidup banyak orang;
- Hanya untuk mencari kehormatan diri sendiri, untuk *nampang* sendiri, demi mendapatkan

pujian diri sendiri, bukan untuk keresulan.

- Terjila-gila dengan media sosial sehingga dikuasai oleh media sosial yang menjadikan kita tidak lepas bebas dalam penggunaannya.

Fakta di Lapangan

Ada banyak dari kita yang sungguh menggunakan media sosial demi kemajuan, perkembangan, dan kebaikan hidup kita sebagai religius. Ada yang sungguh menggunakan demi kemajuan dan perkembangan terekat kita dan perutusan yang dilakukan oleh terekat. Misalnya, mengajar lewat media sosial selama pandemi ini, membimbing orang lain yang sedang mengalami kesulitan hidup lewat media sosial, menasihati orang yang sedang stres lewat WhatsApp, mengajak orang berefleksi lewat video YouTube yang dikirimkan, memberikan bimbingan retreat secara daring, memberikan bantuan uang secara daring, dan lain-lain. Media sosial juga digunakan untuk membantu banyak urusan pekerjaan terekat sehingga hasilnya lebih baik. Banyak religius yang menjadi lebih gembira dalam hidup dan karyanya dengan bantuan media sosial.

Namun, kita juga melihat ada beberapa religius yang tidak menggunakan media sosial secara semestinya. Mereka ini menyalahgunakan penggunaan media sosial demi mencari popularitas diri sendiri saja, menggunakan media sosial demi mencari pelampiasan nafsu

Mencari Popularitas atau Merasul Lewat Media Sosial?

Media sosial adalah media daring yang dapat digunakan para penggunanya untuk dengan mudah berpartisipasi, berinteraksi, berbagi, berjejaring sosial dalam dunia virtual tanpa dibatasi oleh ruang dan waktu. Dalam Gereja mondial, kita bisa melihat bagaimana media sosial digunakan secara luas. Kita bisa melihat bagaimana Vatikan menggunakan media sosial untuk menyebarkan gagasan, semangat, ajaran, dan tekanan pelayanan Paus Fransiskus ke seluruh dunia. Namun, kita juga melihat ada beberapa religius yang tidak menggunakan media sosial secara semestinya.

PAUL SUPARNO, SJ | Dosen Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

Frater Popularitas mempunyai kebiasaan untuk mengunggah apa pun yang ia kerjakan di Instagram dan WhatsApp. Ia sangat senang bila unggahannya dikomentari dan ditanggapi positif oleh banyak orang. Kalau banyak yang menyukai, *me-like*, ia sangat senang, puas, dan dapat tidur dengan pulas. Namun, bila unggahannya tidak ditanggapi orang lain, ia sedih dan sering membuat ia uring-uringan di komunitas serta tugas utamanya kacau. Kalau ada acara bersama orang lain dan itu

diunggah di YouTube atau di media sosial lain, ia bangga karena merasa dikenal oleh banyak orang. Sering kali yang ia lakukan sangat biasa, tetapi ia dengan antusias mengunggahnya agar makin terkenal.

Frater Popularitus mempunyai banyak kelompok WhatsApp dan Facebook. Karena kelompoknya begitu banyak, maka ketika bangun pagi yang pertama-tama dicermati adalah kabar di WhatsApp dan Facebook. Hal ini bisa memakan waktu berjam-jam karena ia aktif mem-

beri komentar di dalamnya. Ia juga senang mengunggah gambar dirinya dan kegiatannya agar makin dikenal oleh banyak teman dari grupnya.

Waktu makan bersama anggota komunitas pun, ia lebih suka membuka *gadget*-nya dan melihat komentar teman-teman kelompoknya sehingga ia jarang terlibat dalam perbincangan dengan teman yang semeja. Dalam rapat komunitas pun, ia lebih suka main dengan teman-teman di grup *ponselnya* daripada mendengarkan apa yang dibahas di rapat komunitas. Ternyata, di sore hari pun ia memang lebih menghabiskan waktu untuk komunikasi dengan teman-teman di WhatsApp dan Facebook-nya. Kadang ia menanggapi tidak jujur dalam WhatsApp atau Facebook demi mendapatkan pujian dan pengakuan dari banyak orang. Padahal, yang ia tulis tidak pernah dilakukan dalam hidupnya.

Frater Popularitus ternyata juga mempunyai keinginan dan dorongan mirip dengan Suster Popularita dan Frater Popularius di atas. Ia suka mengunggah berbagai hal dari hidupnya di WhatsApp, Facebook, dan Instagram. Yang diinginkan adalah dapat menjadi terkenal lewat jaringan media sosial itu. Kalau ia mau presentasi atau membuat acara di dunia maya, ia lebih dulu minta pada teman dan kenalan supaya *me-like*-nya. Ia bangga bila dapat menceritakan kepada teman sekompunitas bahwa yang *me-like* acaranya itu banyak sekali, padahal mereka *me-like* karena terpaksa.

Frater Popularitus sangat suka meminta untuk presentasi apa pun di hadapan banyak orang dan di media sosial. Ia banyak ikut berbagai forum karena membuatnya dapat terkenal di seluruh dunia. Ia tidak begitu suka melakukan pekerjaan yang tidak kelihatan oleh umum. Ia paling senang bila diminta mengisi *webinar*, ataupun bicara secara daring yang disertai ke mana-mana. Ia paling tidak suka kalau diminta memimpin

misa komunitas yang pesertanya hanya beberapa orang saja. Akan tetapi, kalau diminta misa daring yang disiarkan lewat YouTube atau Zoom, ia senang karena pesertanya banyak; apalagi bila dalam *chat* banyak yang memujinya. Ia sering cerita dengan bangga pada teman sekompunitasnya bahwa yang ikut misanya lebih dari 2.000 orang. Ia merasa mempersembahkan misa lebih *ekaristis* daripada kalau misa di komunitasnya. Dalam grup WhatsApp yang banyak ia terlibat, ia selalu mencoba menawarkan gagasannya, meskipun sering kali tidak tepat dan tidak sesuai yang diinginkan banyak peserta. Baginya, yang penting ia dapat dikenal dan itu memuaskan hatinya.

Beberapa saudara kita ini, semuanya dengan nada yang sedikit berbeda, namun punya kecenderungan yang sama, yaitu ingin dikenal hebat dalam dunia media sosial.