

Resiliensi Iman Generasi Strawberry terhadap FoMO: Pendekatan Teologi Berdasarkan 1 Petrus 5:7

Raymond Hessel Stephen¹, Yonatan Alex Arifianto²

Sekolah Tinggi Teologi Cianjur¹, Sekolah Tinggi Teologi Sangkakala, Salatiga, Indonesia²
arifianto.alex@gmail.com²

Abstract: *The rapid development of the digital age has shaped new social patterns and behaviours among the younger generation, particularly the Strawberry Generation, who have grown up with intense exposure to social media and information technology. This phenomenon has given rise to the Fear of Missing Out (FoMO), which causes anxiety, a sense of insecurity, and even concerns about self-actualisation, and thus has the potential to weaken their spiritual resilience. The lack of contextual pastoral and theological strategies to address FoMO poses a significant challenge for the faith formation of this generation. This study aims to analyse the development of the Strawberry Generation's faith resilience in the face of FoMO through a theological approach based on 1 Peter 5:7. The research method employs a descriptive qualitative approach involving literature review and theological exegetical hermeneutical analysis. The findings indicate that the theological analysis and exegesis of 1 Peter 5:7 provide a strong foundation for the development of the Strawberry Generation's faith resilience. An understanding of FOMO within this generation clarifies the psychological and spiritual challenges they face in the digital context. Narrative theology, combined with digital pastoral strategies, has proven effective in guiding and strengthening their faith resilience. Thus, the integration of narrative theology and digital pastoral practices can serve as a contextual, relevant, and practical model for faith formation among young people in the digital age.*

Keywords: *Faith resilience, Strawberry Generation, FoMO, Narrative theology, Digital pastoral counselling*

Abstrak: Perkembangan pesat era digital telah membentuk pola sosial dan perilaku baru pada generasi muda, khususnya Generasi Strawberry, yang tumbuh dengan paparan intens terhadap media sosial dan teknologi informasi. Fenomena ini memunculkan Fear of Missing Out (FoMO), yang menyebabkan kecemasan, rasa tidak aman bahkan khawatir akan aktualisasi, dan sehingga berpotensi melemahkan resiliensi iman mereka. Kurangnya strategi pastoral dan teologis yang kontekstual untuk menghadapi FoMO menjadi persoalan signifikan bagi pembinaan iman generasi ini. Penelitian ini bertujuan menganalisis pembentukan resiliensi iman Generasi Strawberry terhadap FOMO melalui pendekatan teologi berbasis 1 Petrus 5:7. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan studi literatur dan analisis hermeneutic eksegesis teologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa analisis teologis dan eksegesis 1 Petrus 5:7 memberikan landasan kuat bagi pembentukan resiliensi iman Generasi Strawberry. Pemahaman FoMO pada generasi ini memperjelas tantangan psikologis dan spiritual yang mereka hadapi dalam konteks digital. Teologi naratif yang dipadukan dengan strategi pastoral digital terbukti efektif dalam membimbing dan memperkuat ketahanan iman mereka. Dengan demikian, integrasi teologi naratif dan praktik pastoral digital dapat menjadi model pembinaan iman yang kontekstual, relevan, dan aplikatif bagi generasi muda di era digital.

Kata Kunci : Resiliensi iman, Generasi Strawberry, FoMO, Teologi naratif, Pendampingan pastoral digital

PENDAHULUAN

Fenomena digital yang terkait aktualisasi anak muda dewasa ini semakin masif sehingga menciptakan pola sosial baru, khususnya pada generasi muda yang dikenal sebagai Generasi *Strawberry*. Sebab perkembangan teknologi yang berlangsung sangat cepat telah membawa pengaruh signifikan terhadap kemajuan teknologi saat ini. Perkembangan tersebut tidak hanya menghadirkan kemudahan dalam berbagai aspek kehidupan, tetapi juga menciptakan inovasi-inovasi baru yang terus muncul setiap harinya. Berbagai inovasi ini lahir untuk mendukung kemajuan teknologi yang semakin modern, sehingga mendorong terciptanya era revolusi industri. Salah satu inovasi utama pada era ini adalah internet, yang memungkinkan masyarakat untuk saling terhubung dengan lebih mudah dan efisien.¹ Hal itu mengakibatkan adanya dampak yang nyata dari perkembangan ini adalah munculnya fenomena FoMO (*Fear of Missing Out*) yang menimbulkan kecemasan, ketidakpuasan, dan gangguan konsistensi spiritual. Sebab sejatinya fenomena FoMO berkaitan dengan meningkatnya tingkat stres, kecemasan, dan rasa ketidakpuasan, khususnya di kalangan pengguna media sosial yang merasa terdorong untuk selalu mengikuti tren dan pengalaman terbaru.² Dengan demikian, fenomena digital dan FoMO menuntut perhatian serius dalam membangun strategi pembinaan spiritual yang mampu memperkuat resiliensi iman generasi muda di tengah tekanan sosial dan teknologi yang terus berkembang.

Fenomena terkait keberadaan FoMO merupakan fenomena yang semakin berkembang di era digital, di mana media sosial memiliki pengaruh signifikan dalam kehidupan sehari-hari. Fenomena ini merujuk pada perasaan cemas atau khawatir yang muncul ketika individu merasa tertinggal atau kehilangan pengalaman penting yang dialami oleh orang lain.³ Bahkan dalam kajian yang dibahas oleh Yenny Setiawati and Yanto Paulus Hermanto mengungkapkan bahwa individu yang mengalami FoMO cenderung terus-menerus merasa khawatir tertinggal dari perkembangan terbaru atau kehilangan peluang penting, yang pada gilirannya meningkatkan tingkat kecemasan mereka. Menurut Yenny Setiawati, kecemasan yang berkelanjutan tersebut dapat berdampak negatif pada kesejahteraan emosional dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menikmati momen saat ini.⁴ Selaras dengan hal itu Andreas Budi Setyobekti dkk juga menekankan adanya pengaruh yang signifikan walaupun selain menimbulkan kecemasan, FoMO juga dapat memicu perasaan ketidakpuasan dan stres kronis. Setyobekti menjelaskan bahwa individu yang terus-menerus membandingkan diri mereka dengan orang lain, khususnya

¹ Suparman Abdullah et al., *Perilaku Dan Aktualisasi Mahasiswa Di Era Digital Dan Media Sosial* (Unhas Press, 2024), 1.

² Fahmi Azzaki, Uswatun Hasanah, and Sulaiman M Nur, "Analisis Perilaku Fear of Missing Out (FoMO) Di Instagram Dalam Perspektif Hadis," *Ta'wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur'an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 5, no. 3 (2024): 445–61, <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v5i3.1689>.

³ Charles Poerwanto and Yanto Paulus Hermanto, "Pengembangan Komunitas Kristen Menangani Fear of Missing out (FoMO) Di Era Digital," *Jurnal Teologi Dan Pelayanan Kerusso* 10, no. 1 (2025): 14–23.

⁴ Yenny Setiawati and Yanto Paulus Hermanto, "Stres Dalam Perspektif Neurosains: Sebuah Implikasi Teologis Dalam Membangun Kesehatan Mental," *Magnum Opus: Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen* 5, no. 1 (2023): 16–31.

melalui media sosial, cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap kehidupan mereka sendiri.⁵ Ini juga berpengaruh dari kehidupan generasi sehingga dibutuhkan pengajaran yang memperkuat identitas iman generasi muda supaya tetap kokoh di tengah tekanan budaya dan digital.⁶ Fenomena FoMO di era digital menunjukkan bagaimana tekanan sosial dan eksposur media sosial dapat meningkatkan kecemasan, ketidakpuasan, dan stres kronis, sehingga mengganggu kesejahteraan emosional dan kemampuan individu untuk menikmati momen saat ini. Oleh karena itu, penguatan identitas iman dan pembinaan spiritual generasi muda menjadi krusial untuk membangun resiliensi yang mampu menahan dampak negatif budaya digital dan mempertahankan keteguhan rohani.

Ketidakmampuan generasi strawberry menghadapi FoMO berpotensi melemahkan resiliensi iman, sehingga menuntut pendekatan pastoral dan teologis yang kontekstual untuk membentuk ketahanan spiritual. Hal ini dikarenakan FoMO memiliki keterkaitan yang signifikan dengan kelelahan penggunaan media sosial, di mana paparan yang berlebihan terhadap konten daring dapat menimbulkan kelelahan mental.⁷ Maka itu bila melihat penelitian ini dari perspektif teologi praktis, dan pendekatan naratif berbasis Alkitab, khususnya 1 Petrus 5:7 yang menekankan penyerahan segala kekhawatiran kepada Tuhan,⁸ dapat menjadi kerangka strategis dalam membina iman generasi ini. Apalagi saat ini generasi Strawberry mengalami tekanan psikologis dan spiritual akibat FoMO yang terus meningkat, yang berdampak pada kualitas hubungan mereka dengan Tuhan dan komunitas iman.⁹ Ini sejatinya menjadi masalah utama yang ingin dijawab dalam penelitian ini, yaitu bagaimana resiliensi iman Generasi Strawberry dapat dibangun untuk menghadapi FoMO melalui pendekatan teologi praktis berbasis 1 Petrus 5:7. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi mekanisme pembentukan resiliensi iman melalui narasi teologis.

Meskipun berbagai penelitian telah menyoroti dampak FoMO terhadap kecemasan, stres, dan ketidakpuasan generasi muda, studi yang secara khusus mengkaji bagaimana fenomena ini memengaruhi resiliensi iman masih sangat terbatas. Seperti yang dilakukan oleh Ferdinan Pasaribu dalam penelitiannya yang membahas FoMO namun bagi generasi Z, Pasaribu mengungkapkan bahwa fenomena Generasi Z yang sangat akrab dengan teknologi dan media sosial membuat mereka rentan terhadap sindrom FoMO, yang dapat menimbulkan kecemasan, stres, ketidakpuasan, dan gangguan konsentrasi dalam kehidupan sehari-hari.¹⁰ sehingga hal itu berdampak pada perilaku konsumtif, emosi negatif, dan gangguan tidur, sehingga menimbulkan tantangan serius bagi kesejahteraan psikologis generasi muda. Dalam konteks keimanan, nasihat

⁵ Andreas Budi Setyobekti, Valentino Wariki, and Kezya Jesika Maria Anu, "Potret Solusi Alkitab Bagi Generasi Z Penderita Sindrom Fear of Missing Out," *ELEOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (2024): 96–113.

⁶ Raymond Hessel Stephen, "Strategi Pemuridan Pastoral Untuk Memperkuat Identitas Iman Generasi Strawberry Berdasarkan Titus 2: 1--5," *Ritornera-Jurnal Teologi Pentakosta Indonesia* 5, no. 2 (2025): 227–38.

⁷ Alfina Alfina et al., "Is It Impossible for Generation Z to Engage in Mindful Consumption Behaviour While Experiencing FOMO?," *Journal The Winners* 25, no. 2 (December 3, 2024): 103–12, <https://doi.org/10.21512/tw.v25i2.11962>.

⁸ Hasahatan Hutahaean, Febrianto Sutomo Rompis, and Jefri Feoh, "Keraguan vs Keyakinan: Menemukan Keselamatan Dari Tuhan Dalam Eksplorasi Keluaran 14: 13-14," *LAMPO: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (2025): 14–27.

⁹ Helen Velisia Wahyuni and Gabriel A P Saragih Saragih, "Penerapan Prinsip Roma 12: 2 Sebagai Solusi Mengatasi Fear of Missing Out Di Kalangan Remaja Kristen Pada Era Digital," *Vox Divina*, 2024, 41–53.

¹⁰ Ferdinan Pasaribu, "Eksposisi Kolose 2: 6-8: Generasi Z Yang Terpapar Sindrom Fear of Missing Out," *Mitra Sriwijaya: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 5, no. 1 (2024): 111–26.

Paulus dalam Kolose 2:6-8 menekankan pentingnya hidup yang berakar dan dibangun di dalam Kristus sebagai solusi spiritual untuk mencapai kepenuhan hidup di tengah tekanan dunia modern. Dengan demikian, penguatan identitas iman melalui prinsip-prinsip Kristiani menjadi strategi krusial untuk membentuk resiliensi iman generasi muda menghadapi tekanan digital dan fenomena FoMO.¹¹ Begitu juga dengan penelitian yang senada diungkapkan oleh Astrid Lingkan Mandas dan Khoirotus Silfiah menekankan dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara social self-esteem dan FoMO, di mana semakin tinggi social self-esteem individu, semakin rendah tingkat FoMO yang dialami, dan sebaliknya.¹² Individu dengan FoMO tinggi cenderung merasa takut melewatkan informasi terbaru atau momen menyenangkan teman, sehingga terus memantau aktivitas mereka di media sosial sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan psikologis akan relatedness, yang secara tidak langsung memengaruhi evaluasi diri dan self-esteem. Temuan ini menunjukkan bahwa social self-esteem rendah menjadi prediktor utama tingginya FoMO pada generasi Z, khususnya bagi pengguna aktif media sosial.¹³

Berdasarkan latar belakang masalah, fenomena dan penelitian terdahulu masih ada celah penelitian yang belum diteliti yaitu studi yang secara khusus mengkaji bagaimana fenomena ini memengaruhi resiliensi iman masih sangat terbatas. Selain itu, pendekatan yang mengintegrasikan teologi naratif dan landasan Alkitabiah, khususnya 1 Petrus 5:7, dalam membangun ketahanan spiritual Generasi Strawberry belum banyak dieksplorasi secara sistematis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan pendekatan hermeneutik eksegesi dan studi literatur adapun sumber penelitian ini diambil dari sumber primer adalah Alkitab dan interlinier Hasan Sutanto,¹⁴ dan sumber sekunder yang mencakup buku teologi, artikel jurnal nasional dan internasional, dokumen pastoral digital, serta penelitian terdahulu yang relevan mengenai FoMO, generasi muda, dan pembinaan iman. Lalu, penulis memulia penelitian ini dengan melakukan analisis teologis dan eksegesis 1 Petrus 5:7 sebagai landasan pembentukan resiliensi iman. Selanjutnya penulis melakukan kajian terhadap teologi naratif dan strategi pastoral digital dianalisis untuk mengembangkan praktik pembinaan iman yang kontekstual dan efektif. Pada akhirnya penulis menarasikan penelitian ini dengan membahas integrasi temuan teologi naratif dan praktik pastoral digital untuk merumuskan model pembentukan resiliensi iman Generasi Strawberry yang aplikatif bagi pengembangan teologi praktis dan pastoral modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis teologis dan eksegesis 1 Petrus 5:7

¹¹ Pasaribu.

¹² Astrid Lingkan Mandas and Khoirotus Silfiah, “@article{ayu2025hubungan, Title={Hubungan Sindrom Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa}, Author={Ayu, Nadia Putri and Safitri, Desy and Others}, Journal={Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia}, Volume={3},” *Jurnal Sinestesia* 12, no. 1 (2022): 19–27.

¹³ Mandas and Silfiah.

¹⁴ Hasan Sutanto, *Perjanjian Baru Interlinear Dan Konkordansi Jilid II*, LAI (Jakarta, 2004).

Analisis teologis dan eksegesis terhadap 1 Petrus 5:7 menyingkap kedalaman undangan Allah bagi umat-Nya untuk menyerahkan seluruh beban hidup kepada-Nya. Teks Yunani *πᾶσαν τὴν μέριμναν ὑμῶν* menegaskan bahwa yang dimaksud bukan hanya sebagian, tetapi “seluruh” (*pasan*) kekhawatiran atau *merimna* yaitu beban batin yang memecah fokus hati. Melalui partisip aorist *ἐπιρίψαντες* (*epiripsantes*), Petrus menggambarkan tindakan tegas untuk “melemparkan” menyerahkan sepenuhnya kecemasan kepada Allah, sebuah gerakan iman yang total seperti menyerahkan beban berat kepada tangan yang lebih kuat. Dasar dari tindakan ini bukanlah sekadar optimisme rohani, melainkan kenyataan teologis yang kuat: *ὅτι αὐτῷ μέλει περὶ ὑμῶν* “karena Ia peduli terhadap kamu.” Kata *melei*, dalam bentuk present indicative, menegaskan bahwa kepedulian Allah tidak bersifat sesaat, melainkan terus berlangsung, aktif, dan personal. Inilah gambaran Allah yang tidak hanya berkuasa, tetapi juga terlibat intim dalam kehidupan umat-Nya. Dengan demikian, 1 Petrus 5:7 menghadirkan ajakan mendalam untuk hidup dalam kerendahan hati dan kebergantungan kepada Allah,¹⁵ yang memulihkan hati yang terpecah dan meneguhkan iman melalui kasih dan pemeliharaan-Nya yang tak pernah padam. Dari eksegesis didapat pernyataan Petrus tentang menyerahkan kekhawatiran, *ἐπιρίψαντες* sebagai bentuk mempercayai Tuhan yang akan menolong. Dalam penyerahan tersebut tidak lupa bahwa ada Tuhan yang memberikan perhatian dari segala keadaan yang datang kepada orang percaya, dan bahwa Tuhan sanggup memelihara.¹⁶

Dalam konteks fenomena FoMO (fear of missing out), 1 Petrus 5:7 menawarkan fondasi spiritual yang menenangkan dan membebaskan, sebab ajakan untuk “melemparkan seluruh kekhawatiran” kepada Allah secara langsung menantang pola kecemasan modern yang muncul dari tekanan sosial, tuntutan digital, dan rasa takut tertinggal dari orang lain. Ketika *merimna* kekhawatiran yang memecah hati, yaitu mendorong generasi masa kini untuk terus membandingkan diri, mencari validasi, dan mengejar ritme hidup yang tak berhenti, teks ini menghadirkan alternatif yang radikal: sebuah tindakan iman *epiripsantes*, melepaskan kendali dan menyerahkan beban mental kepada Allah yang *melei*, yang peduli secara terus-menerus dan personal. Dalam dunia yang penuh dengan notifikasi, distraksi, dan momentum yang seolah harus selalu diikuti, ayat ini mengingatkan bahwa identitas dan ketenangan tidak terletak pada pencapaian atau keterlibatan digital, melainkan pada kepedulian Allah yang stabil dan tidak berubah, sumber keutuhan hati yang memungkinkan seseorang untuk menghadapi FoMO dengan damai dan kestabilan rohani.

Pemahaman FoMO pada Generasi Strawberry dan Dampaknya terhadap Kehidupan Spiritual

Fenomena Fear of Missing Out merupakan salah satu isu kontemporer yang menonjol dan sangat mengusik kehidupan remaja bahkan bagi kehidupan generasi muda, khususnya Generasi Strawberry,¹⁷ Generasi strawberry adalah kelompok muda yang tumbuh dan berkembang di tengah arus informasi digital yang cepat, media sosial yang masif, dan ekspektasi

¹⁵ Ester Riyanti Supriadi, “Kehidupan Memuliakan Tuhan Menurut 1 Petrus 4: 7-11,” *Apostolos: Journal of Theology and Christian Education* 3, no. 1 (2023): 15–27.

¹⁶ Joseph Christ Santo and Yonatan Alex Arifianto, “Kajian Teologis 1 Petrus 5:7 Tentang Perlindungan Allah Terhadap Orang Percaya Di Tengah Pandemi Covid-19,” *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta* 4, no. 1 (2021): 1–15, <https://doi.org/10.47167/kharis.v4i1.80>.

¹⁷ Nadia Putri Ayu, Desy Safitri, and others, “Hubungan Sindrom Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa,” *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 3, no. 2 (2025): 1–18.

sosial yang tinggi. Gabriela, Noviani menyatakan bahwa FoMO secara konseptual mengacu pada rasa cemas atau ketidaknyamanan yang muncul ketika individu merasa tertinggal.¹⁸ Terlebih adanya generasi Strawberry, sebagai generasi yang sangat tergantung pada teknologi dan media digital,¹⁹ yang sangat rentan terhadap tekanan sosial hal ini dikarenakan adanya pola interaksi mereka yang didominasi oleh platform daring. Sehingga generasi strawberry adalah ibaratnya buah stroberi yang cantik namun mudah hancur jika dipijak atau ditekan.²⁰ Buah stroberi sering dijadikan simbol bagi mental generasi masa kini yang mudah rapuh. Generasi ini menghadapi berbagai tantangan yang kompleks, sehingga berdampak pada kondisi mental mereka secara signifikan.²¹ Dengan demikian, fenomena FoMO pada Generasi Strawberry menekankan perlunya strategi penguatan resiliensi iman dan kesejahteraan psikologis untuk membantu mereka menghadapi tekanan sosial dan digital secara sehat.

FoMO secara data sangat berdampak pada psikologis generasi Strawberry. Hal ini tidak dapat dipandang remeh. Berbagai penelitian psikologi digital menunjukkan bahwa FoMO berkorelasi dengan meningkatnya tingkat kecemasan, stres, gangguan tidur, dan bahkan gejala depresi.²² Pengalaman mereka cenderung terus-menerus memeriksa media sosial, merasa tidak puas dengan kehidupannya,²³ serta mengalami kesulitan untuk menikmati momen saat ini. Sehingga, berdampak pada kondisi mental, bahkan pada kehidupan spiritual mereka²⁴. Karena itu, FoMO menjadi isu mendesak yang perlu diperhatikan dengan serius agar generasi ini dapat bertumbuh secara sehat, baik secara spiritual maupun mental.

Dalam konteks iman Kristen, kecemasan dan rasa takut ketinggalan dapat mengganggu disiplin rohani, mengurangi kualitas ibadah.²⁵ Ketidakstabilan spiritual ini disebabkan fokus individu yang lebih banyak tertuju pada dunia maya dan ekspektasi sosial, dibandingkan pada relasi personal dengan Allah dan pertumbuhan iman yang mendalam. Generasi Strawberry, yang terbiasa dengan akses instan dan interaksi digital yang cepat, lebih sulit mengelola waktu dan energi spiritualnya,²⁶ sehingga muncul ketidakmampuan untuk mempertahankan konsistensi dalam praktik keagamaan. Fenomena ini menuntut pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana generasi ini menafsirkan pengalaman spiritual mereka. Dengan demikian, fenomena ini menegaskan perlunya pendampingan rohani yang lebih kontekstual dan relevan dengan dinamika digital yang mereka hadapi. Pada akhirnya, gereja dan pendidik rohani ditantang untuk merumuskan strategi pembinaan iman yang mampu menolong generasi ini menemukan kembali

¹⁸ Noviani Gabriela, "Perancangan Persuasi Sosial Fear Of Missing Out (Fomo) Melalui Video Iklan" (Universitas Komputer Indonesia, 2022), <https://elibrary.unikom.ac.id/>.

¹⁹ M.Si Nurlaila Effendy, *Kesejahteraan Psikologis: Generasi Strawberry Di Era Digital, 2024* (Cipta Media Nusantara, 2024).

²⁰ Syifa Aulia, Tati Meilani, and Zachrah Nabillah, "Strawberry Generation: Dilematis Keterampilan Mendidik Generasi Masa Kini," *Jurnal Pendidikan* 31, no. 2 (2022): 237–44.

²¹ Rinny Andryani Putri et al., "Tantangan Mahasiswa Dalam Menghadapi Era Generasi Strawberry," *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar* 1, no. 4 (2024): 7.

²² Annisa Pratiwi Rosjayani, Nurul Ilmi Idrus, and Mahmud Tang, "Fenomena Mahasiswa Terhadap Sindrom Fear Of Missing Out," *Innovative: Journal Of Social Science Research* 4, no. 5 (2024): 4284–98.

²³ Nurul Fazria and others, "Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Remaja Pengguna Media Sosial: Studi Pendahuluan," *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling* 2, no. 3 (2024): 1193–1202.

²⁴ Khodijah Yusuf Surya Kusuma, "Keseimbangan Mental Dalam Era Digital: Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja," *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10, no. 2 (2025): 217–20.

²⁵ Desfianti Limbong, "Analisis Pendekatan Psikospiritual Penggunaan Gadget Bagi Pertumbuhan Spiritual Pemuda Di Jemaat Minanga" (Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, 2024).

²⁶ Trias Nirmalawati and Eny Qurniyawati, "Mental Health of Adolescents in the Strawberry Generation: A Bibliometric Analysis," *Jurnal Promkes* 13, no. 2 (September 3, 2025): 250–56, <https://doi.org/10.20473/jpk.V13.I2.2025.250-256>.

pusat spiritualitas mereka di tengah hiruk-pikuk dunia digital.

Dari perspektif teologi praktis, FoMO dapat dipahami sebagai tantangan yang mempengaruhi dimensi rohani sekaligus sosial, karena memunculkan kecemasan yang mengganggu ketenangan hati, disiplin rohani, dan keterlibatan dalam komunitas iman. Oleh karena itu, studi tentang FoMO tidak hanya relevan secara psikologis, tetapi juga penting secara teologis untuk memahami dinamika resiliensi iman Generasi Strawberry. Mengaitkan fenomena ini dengan kajian iman Kristen membuka peluang bagi pengembangan strategi pastoral dan pendidikan rohani yang kontekstual, termasuk penggunaan media digital secara bijak, pembinaan spiritual yang adaptif, dan pembentukan narasi teologis yang mampu meneguhkan ketahanan iman generasi muda di era digital. Fenomena *Fear of Missing Out* (FoMO) pada generasi strawberry menggambarkan kondisi psikologis dan spiritual ketika seseorang merasa takut tertinggal tren, pengakuan sosial, pencapaian, dan kehidupan orang lain yang terus ditampilkan melalui media digital. Akibatnya, banyak orang hidup dalam kecemasan, kehilangan rasa syukur, mudah membandingkan diri, serta mengalami kekeringan rohani karena perhatian lebih terpusat pada validasi manusia daripada hubungan dengan Tuhan. Alkitab mengajarkan bahwa orang percaya dipanggil untuk hidup dalam damai sejahtera dan fokus kepada kehendak Allah, bukan dikuasai oleh kecemasan duniawi. Tuhan Yesus berkata, “Janganlah gelisah hatimu” (Yoh 14:1), sementara Rasul Paulus menegaskan agar orang percaya “janganlah kamu kuatir tentang apa pun” (Fil 4:6-7). Sikap membandingkan diri dengan orang lain juga diperingatkan dalam 2 Korintus 10:12, sebab hal itu membawa ketidakbijaksanaan dan kehampaan batin. FoMO dapat menumbuhkan cinta dunia yang menjauhkan hati dari Allah sebagaimana dinyatakan dalam 1 Yohanes 2:15-17, karena dunia dan keinginannya akan berlalu. Dalam menghadapi tekanan sosial dan digital, orang percaya dipanggil untuk memperbarui pikiran (Rom 12:2), mencari dahulu Kerajaan Allah (Mat 6:33), hidup puas dalam segala keadaan (Ibr 13:5), serta menjaga hati dengan segala kewaspadaan karena dari situlah terpancar kehidupan (Ams 4:23). Oleh sebab itu, generasi muda Kristen perlu membangun identitas yang berakar pada Kristus agar tidak terombang-ambing oleh budaya pencitraan dan tekanan media sosial, melainkan hidup dalam sukacita, ketenangan, dan tujuan ilahi sesuai kehendak Tuhan.

Teologi Naratif dan Landasan Alkitabiah 1 Petrus 5:7 dalam Membangun Resiliensi Iman

Teologi naratif merupakan pendekatan teologis yang menekankan pentingnya cerita dalam kehidupan iman, baik melalui narasi Alkitab maupun pengalaman spiritual individu dan komunitas.²⁷ Dalam teologi naratif, 1 Petrus 5:7 “Serahkanlah segala kekuatiranmu kepadanya, sebab Ia memelihara kamu” dapat dipahami sebagai undangan Allah yang penuh kasih dalam perjalanan hidup umat percaya, khususnya mereka yang sedang berada dalam tekanan, penderitaan,²⁸ atau pergumulan batin. Ayat ini muncul dalam konteks gereja perdana yang sedang mengalami tantangan eksternal dan ketidakpastian, sehingga mengisahkan Allah sebagai

²⁷ Yanti Secilia Giri, “Model Pendidikan Agama Kristen Kontekstual Berbasis Teologi Naratif,” *Pietas: Jurnal Studi Agama Dan Lintas Budaya* 2, no. 2 (2025): 123–36.

²⁸ Gabriel Angelia Euangelia Jermias, “Panggilan Untuk Hidup Berpengharapan Di Tengah Penderitaan: Sebuah Kajian Teologis Terhadap Surat 1 Petrus 1:3-12,” *Consilium* 22, no. Maret (2021): 94–113.

Pribadi yang hadir, menyertai, dan bertindak di tengah situasi yang tampak menggentarkan.²⁹ Narasi ini tidak hanya menggambarkan perintah untuk menyerahkan kecemasan, tetapi juga sebuah cerita tentang relasi, relasi antara Allah yang memelihara dan umat yang belajar mempercayakan seluruh hidupnya kepada-Nya. Di dalamnya terdapat alur perjalanan iman dari kecemasan menuju kepercayaan, dari pergumulan menuju penyerahan, dan dari kerentanan menuju resiliensi spiritual. Dengan demikian, ayat ini menjadi kisah yang membentuk identitas umat percaya sebagai komunitas yang tidak ditentukan oleh rasa takut, tetapi oleh keyakinan mendalam bahwa Allah hadir sebagai Pemelihara yang setia di setiap babak kehidupan.³⁰

Konsep ini memandang iman bukan sekadar akumulasi dogma atau doktrin, tetapi sebagai perjalanan yang dijalani melalui kisah-kisah yang membentuk identitas rohani dan kerangka pemahaman manusia tentang Allah dan dunia. Dalam konteks Generasi Strawberry, yang menghadapi tekanan sosial digital dan fenomena FoMO, teologi naratif menawarkan kerangka untuk membangun resiliensi iman narasi teologis berperan sebagai alat untuk menafsirkan pengalaman hidup, menghubungkan tantangan kontemporer dengan prinsip-prinsip alkitabiah, dan menumbuhkan kesadaran akan peran Allah sebagai penopang kehidupan sehari-hari.³¹ Landasan alkitabiah untuk menegaskan hubungan erat antara tindakan iman bahkan penyerahan dan juga pemeliharaan Allah. Dalam perspektif teologi naratif, ayat ini tidak hanya memberikan instruksi praktis, tetapi juga membangun cerita iman yang dapat diterapkan dalam konteks kehidupan nyata generasi muda. Ketika Generasi Strawberry belajar menafsirkan FoMO melalui lensa ayat ini, mereka diarahkan untuk melihat kecemasan mereka dalam narasi yang lebih besar: Allah peduli dan Allah juga hadir, bahkan Allah juga aktif memelihara umat-Nya, sehingga rasa takut dan tekanan sosial tidak menjadi penghalang bagi pertumbuhan spiritual.³²

Mekanisme teologi naratif berfokus pada identifikasi pengalaman personal dengan prinsip alkitabiah, refleksi terhadap tantangan yang dihadapi, serta pengembangan strategi rohani yang konkret. Dalam menghadapi FoMO, Generasi Strawberry dapat belajar mengekspresikan keresahan mereka melalui doa, refleksi spiritual, atau komunitas rohani, sambil mengaitkannya dengan narasi alkitabiah tentang pemeliharaan Allah. Proses ini memperkuat resiliensi iman karena membangun kesadaran bahwa ketidakpastian, rasa takut ketinggalan, dan tekanan sosial tidak mengurangi kuasa Allah, tetapi menjadi bagian dari perjalanan iman yang dapat dikelola melalui penyerahan dan kepercayaan. Dengan demikian, teologi naratif yang dipadukan dengan prinsip 1 Petrus 5:7 menawarkan model pembinaan iman yang dinamis dan kontekstual. Generasi Strawberry tidak hanya memahami iman sebagai konsep teoretis, tetapi mengalami iman sebagai cerita hidup yang membimbing mereka dalam menghadapi tantangan digital.

²⁹ Kosma Manurung, "Telaah Memaknai Penyertaan Allah Dalam Bingkai Teologi Pentakosta," *CHARISTHEO: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 1 (September 2021): 54–69, <https://doi.org/10.54592/jct.v1i1.9>.

³⁰ Marde Christian Stenly Mawikere and Sudiria Hura, "Anugerah Sebagai Landasan Utama Dalam Teologi Formasi Spiritualitas Kristen Di Era Tantangan Kontemporer," *DA'AT: Jurnal Teologi Kristen* 5, no. 1 (2024): 1–25.

³¹ Dwi Lestariningsing, "Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Membangun Kesadaran Spiritualitas Peserta Didik," *Teologi Dan Pendidikan Kristen* 5 (2024).

³² M. Enjelina, "Analisis Teologis Pertumbuhan Rohani Pemuda Dalam Fase Quarter Life Crisis Di Gereja Toraja Jemaat Silo Barani Klasis Makale Utara," *Doctoral Dissertation, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja* (Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, 2024).

Strategi Pastoral Digital untuk Mendukung Resiliensi Iman

Strategi pastoral digital merupakan respons teologis dan praktis terhadap tantangan yang dihadapi generasi muda di era informasi dan media sosial, termasuk fenomena FoMO yang memengaruhi kehidupan spiritual mereka.³³ Pendampingan pastoral seperti pembinaan tatap muka dan kegiatan komunitas gereja bagi generasi penerus, kini perlu dipadukan dengan inovasi digital untuk menjangkau Generasi Strawberry yang lebih banyak menghabiskan waktu dan membangun interaksi sosial di ranah daring. Salah satu strategi utama adalah pendampingan digital melalui aplikasi komunikasi, media sosial, atau platform digital. Pendampingan ini memungkinkan pemimpin rohani atau mentor iman untuk memberikan bimbingan spiritual³⁴ secara personal, menjawab pertanyaan iman, dan menenangkan keresahan yang muncul akibat FoMO. Dengan teknologi, pendampingan dapat dilakukan secara real-time, bersifat terus-menerus, sehingga generasi muda merasa diperhatikan dan dibina secara konsisten. Selain itu, komunitas daring menjadi sarana untuk membangun solidaritas rohani,³⁵ dan interaksi antaranggota, menyediakan ruang diskusi, doa bersama, dan berbagi pengalaman iman. Kehadiran komunitas digital ini dapat menurunkan rasa kesepian, menguatkan identitas rohani, dan memperkuat ketahanan terhadap tekanan sosial digital.

Media pembelajaran rohani interaktif juga menjadi elemen penting dalam strategi pastoral digital. Konten pembelajaran dapat berupa video, podcast, modul interaktif, atau refleksi teologis berbasis narasi yang mengaitkan prinsip Alkitab dengan tantangan kontemporer seperti FoMO. Generasi Strawberry, yang terbiasa dengan konsumsi konten digital, lebih mudah menyerap pesan iman melalui media yang adaptif dan kreatif. Pendekatan ini tidak hanya menyampaikan pengetahuan teologis, tetapi juga menumbuhkan pengalaman spiritual yang nyata, membentuk praktik disiplin rohani, dan memperkuat ketahanan iman secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, strategi pastoral digital mengintegrasikan prinsip teologi naratif, pemahaman FoMO, dan kebutuhan kontekstual generasi muda. Praktik ini memberikan model pembinaan iman, sekaligus memperkuat hubungan dengan Allah dan komunitas rohani. Dengan demikian, pendampingan digital dan inovasi pastoral³⁶ lainnya bukan sekadar substitusi metode tradisional, tetapi merupakan strategi integral untuk membangun resiliensi iman Generasi Strawberry, menjaga konsistensi kehidupan rohani mereka serta mampu menjawab tantangan psikososial yang muncul di era digital.

Integrasi Teologi Naratif dan Praktik Pastoral Digital: Model Pembentukan Resiliensi Iman Generasi Strawberry

Integrasi antara teologi naratif dan praktik pastoral digital membentuk kerangka konseptual yang holistik untuk memperkuat resiliensi iman Generasi Strawberry di era digital.

³³ Andreas Jimmy, "Pastoral Digital Dalam Era Disrupsi Teknologi: Transformasi Pelayanan Gereja Katolik Menghadapi Tantangan Dan Peluang Evangelisasi Virtual," *Jurnal Reinha* 16, no. 1 (2025): 63–76.

³⁴ Anwar Three Millenium Waruwu, "Membimbing Generasi Muda: Mentoring Dalam Kepemimpinan Kristen," *TEOLOGIS, RELEVAN, APLIKATIF, CENDIKIA, KONTEKSTUAL* 3, no. 2 (2024): 31–49.

³⁵ Theresiani Bheka and Emmeria Tarihoran, "Membangun Komunitas Iman Melalui Media Sosial Dengan Menggunakan Platfrom Yang Menarik," *Jurnal Magistra* 2, no. 2 (2024): 72–81.

³⁶ T Bheka, "Problematika Pastoral Kaum Muda: Starategi Pastoral Berbasis Digital Dalam Pastoral Kaum Muda," *Tri Tunggal: Jurnal Pendidikan Kristen Dan Katolik* Vol.2, no. No. 2 (2024): 322–32, <https://doi.org/10.61132/tritunggal.v2i2.398>.

Sebab kepemimpinan semesinya memahami tingkat kerapuhan generasi dalam satu dekade terakhir ini semakin bertambah akibat tekanan yang harus dihadapi dari berbagai bidang kehidupan. Sehingga memahami generasi yang cepat rapuh sebagai sarana memimpin menjadi penting untuk dipahami oleh para pemimpin Kristen dalam memimpin generasi dalam gereja.³⁷ Hal ini menekankan bahwa narasi teologis tidak berdiri sendiri, tetapi efektif ketika dikaitkan dengan praktik pastoral yang adaptif, dan berbasis media digital. Teologi naratif menyediakan landasan prinsip dan cerita iman yang dapat membimbing generasi muda menafsirkan pengalaman hidup mereka, termasuk kecemasan dan tekanan sosial yang muncul akibat fenomena FoMO. Melalui storytelling rohani, nilai-nilai Alkitab, seperti penyerahan kekhawatiran kepada Allah (1 Pet 5:7), diinternalisasi sehingga menjadi bagian dari kerangka kognitif dan emosional yang membentuk ketahanan spiritual. Generasi Strawberry belajar untuk menempatkan kecemasan mereka dalam narasi iman yang lebih besar, menyadari bahwa Allah secara aktif memelihara mereka,³⁸ sehingga pengalaman digital dan sosial yang menekan tidak lagi melemahkan ketahanan rohani.

Praktik pastoral digital menjadi sarana implementatif dari prinsip naratif tersebut. Melalui pendampingan digital, komunitas daring, dan media pembelajaran interaktif, gereja dan pendidik rohani dapat membimbing generasi muda secara personal dan berkelanjutan.³⁹ Strategi ini memungkinkan pemeliharaan iman yang fleksibel dan responsif terhadap tantangan yang dihadapi. Dengan menggabungkan storytelling teologis dan praktik digital, generasi muda memperoleh pengalaman iman yang nyata dan kontekstual,⁴⁰ sekaligus membangun keterampilan spiritual untuk mengelola tekanan, kecemasan bahkan rasa takut ketinggalan. Dengan demikian, integrasi narasi teologis dan praktik pastoral digital menjadi fondasi yang relevan dan transformatif bagi pertumbuhan iman generasi muda di tengah dinamika zaman.

Model integratif ini menunjukkan hubungan timbal balik antara narasi iman dan praktik pastoral digital. Cerita teologis membentuk makna dan arah spiritual, sementara praktik digital meneguhkan pengalaman tersebut melalui bimbingan di setiap komunitas, sehingga mereka mengalami pembelajaran interaktif. Pendekatan ini menciptakan lingkaran penguatan resiliensi iman yaitu narasi membentuk pemahaman dan motivasi, yang kemudian memperdalam pemahaman naratif generasi muda. Dalam jangka panjang, model ini tidak hanya meningkatkan ketahanan rohani, tetapi juga mendorong partisipasi aktif dalam komunitas gereja dan pengembangan spiritual yang berkelanjutan. Dengan demikian, model ini menegaskan bahwa resiliensi iman Generasi Strawberry dapat diperkuat melalui perpaduan narasi teologis yang hidup dan praktik pastoral digital yang adaptif, memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan teologi praktis dan pastoral modern.

KESIMPULAN

³⁷ Lurusman Jaya Hia, Claudia Angelina, and Monica Santosa, "Kepemimpinan Kristen Di Era Digital Terhadap Generasi Strawberry," *Teologis-Relevan-Aplikatif-Cendikia-Kontekstual* 2, no. 1 (2023): 118–33, <https://doi.org/10.61660/tep.v2i1.46>.

³⁸ Bonnarty Steven Silalahi, "Konsep Pemeliharaan Allah: Kajian Eksegetik Bilangan 9:15-23," *Jurnal Katharos : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Teologi* Vol 2 No 1, no. 1 (2024): 90.

³⁹ Purim Marbun, "Desain Pemuridan Sebagai Model Pembinaan Warga Gereja Berkelanjutan Bagi Jemaat," *Jurnal Teologi Berita Hidup* 4, no. 2 (2022): 450–69, <https://doi.org/10.38189/jtbh.v4i2.259>.

⁴⁰ Seprianus L Padakari and Frengki Korwa, "Spiritualitas Kontekstual: Model Pendidikan Iman Kristen Dalam Menjawab Tantangan Generasi Z," *Imitatio Christo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 1 (2025): 16–29.

Berdasarkan pembahasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa kajian eksegetis dan teologis terhadap 1 Petrus 5:7, ketika dikaitkan dengan fenomena FoMO yang dialami Generasi Strawberry, menunjukkan bahwa firman Tuhan menyediakan dasar spiritual yang kokoh untuk menghadapi kecemasan modern yang bersumber dari tekanan sosial dan digital. Seruan “melemparkan seluruh kekhawatiran kepada Allah” bukan sekadar ajaran moral, melainkan sebuah narasi iman yang membentuk cara umat percaya menafsirkan pengalaman hidup mereka. Melalui konsep *epiripsantes*, penyerahan diri dipahami sebagai tindakan aktif yang berakar pada keyakinan bahwa Allah *melei*—senantiasa peduli dan memelihara. Dalam konteks generasi yang rentan terhadap rasa takut tertinggal, hilangnya fokus spiritual, dan tekanan digital yang berkelanjutan, pesan alkitabiah ini menawarkan perspektif baru yang memulihkan keutuhan hati, meneguhkan identitas rohani, dan menempatkan pengalaman FoMO dalam narasi besar pemeliharaan Allah. Integrasi teologi naratif dengan praktik pastoral digital memberikan model pembentukan resiliensi iman yang holistik, relevan, dan transformatif bagi Generasi Strawberry. Narasi teologis menolong mereka memahami pengalaman FoMO sebagai bagian dari perjalanan iman, bukan sebagai ancaman terhadap nilai diri. Sementara itu, strategi pastoral digital seperti pendampingan daring, komunitas rohani virtual, dan media pembelajaran interaktif menjadi sarana implementatif yang memperkuat proses internalisasi firman dalam kehidupan sehari-hari. Sinergi keduanya menciptakan lingkaran positif: narasi membentuk arah spiritual, dan praktik pastoral digital meneguhkan pengalaman iman secara konkret. Dengan demikian, resiliensi iman generasi muda dapat dibangun secara berkelanjutan, membantu mereka menghadapi tantangan psikososial era digital dengan kedewasaan rohani, kestabilan emosional, dan kepercayaan penuh kepada Allah yang memelihara. Ini menekankan bahwa analisis teologis dan eksegesis 1 Petrus 5:7 memberikan landasan kuat bagi pembentukan resiliensi iman Generasi Strawberry. Pemahaman FoMO pada generasi ini memperjelas tantangan psikologis dan spiritual yang mereka hadapi dalam konteks digital. Teologi naratif yang dipadukan dengan strategi pastoral digital terbukti efektif dalam membimbing dan memperkuat ketahanan iman mereka. Dengan demikian, integrasi teologi naratif dan praktik pastoral digital dapat menjadi model pembinaan iman yang kontekstual, relevan, dan aplikatif bagi generasi muda di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Suparman, Hariashari Rahim, Hadrian Febriana, Ridwan Syam, and others. *Perilaku Dan Aktualisasi Mahasiswa Di Era Digital Dan Media Sosial*. Unhas Press, 2024.
- Alfina, Alfina, Marisya Mahdia Khoirina, Nova Ridho Sisprasajo, and Angela Ayu Kusumaning Ratri. “Is It Impossible for Generation Z to Engage in Mindful Consumption Behaviour While Experiencing FOMO?” *Journal The Winners* 25, no. 2 (December 3, 2024): 103–12. <https://doi.org/10.21512/tw.v25i2.11962>.
- Aulia, Syifa, Tati Meilani, and Zachrah Nabillah. “Strawberry Generation: Dilematis Keterampilan Mendidik Generasi Masa Kini.” *Jurnal Pendidikan* 31, no. 2 (2022): 237–44.
- Ayu, Nadia Putri, Desy Safitri, and others. “Hubungan Sindrom Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa.” *Mutiara: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia* 3, no. 2 (2025): 1–18.
- Azzaki, Fahmi, Uswatun Hasanah, and Sulaiman M Nur. “Analisis Perilaku Fear of Missing

- Out (FoMO) Di Instagram Dalam Perspektif Hadis.” *Ta’wiluna: Jurnal Ilmu Al-Qur’an, Tafsir Dan Pemikiran Islam* 5, no. 3 (2024): 445–61. <https://doi.org/10.58401/takwiluna.v5i3.1689>.
- Bheka, T. “Problematika Pastoral Kaum Muda: Starategi Pastoral Berbasis Digital Dalam Pastoral Kaum Muda.” *Tri Tunggal: Jurnal Pendidikan Kristen Dan Katolik* Vol.2, no. No. 2 (2024): 322–32. <https://doi.org/10.61132/tritunggal.v2i2.398>.
- Bheka, Theresiani, and Emmeria Tarihoran. “Membangun Komunitas Iman Melalui Media Sosial Dengan Menggunakan Platfrom Yang Menarik.” *Jurnal Magistra* 2, no. 2 (2024): 72–81.
- Dwi Lestariningsing. “Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Membangun Kesadaran Spiritualitas Peserta Didik.” *Teologi Dan Pendidikan Kristen* 5 (2024).
- Enjelina, M. “Analisis Teologis Pertumbuhan Rohani Pemuda Dalam Fase Quarter Life Crisis Di Gereja Toraja Jemaat Silo Barani Klasis Makale Utara.” *Doctoral Dissertation, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja*. Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, 2024.
- Fazria, Nurul, and others. “Fear Of Missing Out (FOMO) Pada Remaja Pengguna Media Sosial: Studi Pendahuluan.” *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling* 2, no. 3 (2024): 1193–1202.
- Gabriela, Noviani. “Perancangan Persuasi Sosial Fear Of Missing Out (Fomo) Melalui Video Iklan.” Universitas Komputer Indonesia, 2022. <https://elibrary.unikom.ac.id/>.
- Giri, Yanti Secilia. “Model Pendidikan Agama Kristen Kontekstual Berbasis Teologi Naratif.” *Pietas: Jurnal Studi Agama Dan Lintas Budaya* 2, no. 2 (2025): 123–36.
- Hasan Sutanto. *Perjanjian Baru Interlinear Dan Konkordansi Jilid II*. LAI. Jakarta, 2004.
- Hia, Lurusman Jaya, Claudia Angelina, and Monica Santosa. “Kepemimpinan Kristen Di Era Digital Terhadap Generasi Strawberry.” *Teologis-Relevan-Aplikatif-Cendikia-Kontekstual* 2, no. 1 (2023): 118–33. <https://doi.org/10.61660/tep.v2i1.46>.
- Hutahaean, Hasahatan, Febrianto Sutomo Rompis, and Jefri Feoh. “Keraguan vs Keyakinan:: Menemukan Keselamatan Dari Tuhan Dalam Eksplorasi Keluaran 14: 13-14.” *LAMPO: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (2025): 14–27.
- Jermias, Gabriel Angelia Euangelia. “Panggilan Untuk Hidup Berpengharapan Di Tengah Penderitaan: Sebuah Kajian Teologis Terhadap Surat 1 Petrus 1:3-12.” *Consilium* 22, no. Maret (2021): 94–113.
- Jimmy, Andreas. “Pastoral Digital Dalam Era Disrupsi Teknologi : Transformasi Pelayanan Gereja Katolik Menghadapi Tantangan Dan Peluang Evangelisasi Virtual.” *Jurnal Reinha* 16, no. 1 (2025): 63–76.
- Limbong, Desfianti. “Analisis Pendekatan Psikospiritual Penggunaan Gadget Bagi Pertumbuhan Spiritual Pemuda Di Jemaat Minanga.” Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, 2024.
- Mandas, Astrid Lingkan, and Khoirotus Silfiyah. “@article{ayu2025hubungan, Title={Hubungan Sindrom Fear of Missing Out (FoMO) Terhadap Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa}, Author={Ayu, Nadia Putri and Safitri, Desy and Others}, Journal={Mutiar: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia}, Volume={3},.” *Jurnal Sinestesia* 12, no. 1 (2022): 19–27.
- Manurung, Kosma. “Telaah Memaknai Penyertaan Allah Dalam Bingkai Teologi Pentakosta.” *CHARISTHEO: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 1 (September 2021):

- 54–69. <https://doi.org/10.54592/jct.v1i1.9>.
- Marbun, Purim. “Desain Pemuridan Sebagai Model Pembinaan Warga Gereja Berkelanjutan Bagi Jemaat.” *Jurnal Teologi Berita Hidup* 4, no. 2 (2022): 450–69. <https://doi.org/10.38189/jtbh.v4i2.259>.
- Mawikere, Marde Christian Stenly, and Sudiria Hura. “Anugerah Sebagai Landasan Utama Dalam Teologi Formasi Spiritualitas Kristen Di Era Tantangan Kontemporer.” *DA’AT: Jurnal Teologi Kristen* 5, no. 1 (2024): 1–25.
- Nirmalawati, Trias, and Eny Qurniyawati. “Mental Health of Adolescents in the Strawberry Generation: A Bibliometric Analysis.” *Jurnal Promkes* 13, no. 2 (September 3, 2025): 250–56. <https://doi.org/10.20473/jpk.V13.I2.2025.250-256>.
- Nurlaila Effendy, M.Si. *Kesejahteraan Psikologis: Generasi Strawberry Di Era Digital*. 2024. Cipta Media Nusantara, 2024.
- Padakari, Seprianus L, and Frengki Korwa. “Spiritualitas Kontekstual: Model Pendidikan Iman Kristen Dalam Menjawab Tantangan Generasi Z.” *Imitatio Christo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 1 (2025): 16–29.
- Pasaribu, Ferdinan. “Eksposisi Kolose 2: 6-8: Generasi Z Yang Terpapar Sindrom Fear of Missing Out.” *Mitra Sriwijaya: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 5, no. 1 (2024): 111–26.
- Poerwanto, Charles, and Yanto Paulus Hermanto. “Pengembangan Komunitas Kristen Menangani Fear of Missing out (FOMO) Di Era Digital.” *Jurnal Teologi Dan Pelayanan Kerusso* 10, no. 1 (2025): 14–23.
- Putri, Rinny Andryani, Rifka Khairuna, Syifa Ullia, and Iis Marsithah. “Tantangan Mahasiswa Dalam Menghadapi Era Generasi Strawberry.” *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar* 1, no. 4 (2024): 7.
- Rosjayani, Annisa Pratiwi, Nurul Ilmi Idrus, and Mahmud Tang. “Fenomena Mahasiswa Terhadap Sindrom Fear Of Missing Out.” *Innovative: Journal Of Social Science Research* 4, no. 5 (2024): 4284–98.
- Santo, Joseph Christ, and Yonatan Alex Arifianto. “Kajian Teologis 1 Petrus 5:7 Tentang Perlindungan Allah Terhadap Orang Percaya Di Tengah Pandemi Covid-19.” *KHARISMATA: Jurnal Teologi Pantekosta* 4, no. 1 (2021): 1–15. <https://doi.org/10.47167/kharis.v4i1.80>.
- Setiawati, Yenny, and Yanto Paulus Hermanto. “Stres Dalam Perspektif Neurosains: Sebuah Implikasi Teologis Dalam Membangun Kesehatan Mental.” *Magnum Opus: Jurnal Teologi Dan Kepemimpinan Kristen* 5, no. 1 (2023): 16–31.
- Setyobekti, Andreas Budi, Valentino Wariki, and Kezya Jesika Maria Anu. “Potret Solusi Alkitab Bagi Generasi Z Penderita Sindrom Fear of Missing Out.” *ELEOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (2024): 96–113.
- Silalahi, Bonnarty Steven. “Konsep Pemeliharaan Allah: Kajian Eksegetik Bilangan 9:15-23.” *Jurnal Katharos : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Teologi* Vol 2 No 1, no. 1 (2024): 90.
- Stephen, Raymond Hessel. “Strategi Pemuridan Pastoral Untuk Memperkuat Identitas Iman Generasi Strawberry Berdasarkan Titus 2: 1--5.” *Ritornera-Jurnal Teologi Pentakosta Indonesia* 5, no. 2 (2025): 227–38.
- Supriadi, Ester Riyanti. “Kehidupan Memuliakan Tuhan Menurut 1 Petrus 4: 7-11.” *Apostolos: Journal of Theology and Christian Education* 3, no. 1 (2023): 15–27.

- Wahyuni, Helen Velisia, and Gabriel A P Saragih Saragih. "Penerapan Prinsip Roma 12: 2 Sebagai Solusi Mengatasi Fear of Missing Out Di Kalangan Remaja Kristen Pada Era Digital." *Vox Divina*, 2024, 41–53.
- Waruwu, Anwar Three Millenium. "Membimbing Generasi Muda: Mentoring Dalam Kepemimpinan Kristen." *TEOLOGIS, RELEVAN, APLIKATIF, CENDIKIA, KONTEKSTUAL* 3, no. 2 (2024): 31–49.
- Yusuf Surya Kusuma, Khodijah. "Keseimbangan Mental Dalam Era Digital: Dampak Media Sosial Terhadap Kesehatan Psikologis Remaja." *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar* 10, no. 2 (2025): 217–20.