

# Kebiasaan Menunda Sholat di Kalangan Generasi Z: Tinjauan dari Penelitian Akademik

Rizka Riyatul Zanah

Program Studi Sastra Inggris, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang  
e-mail: rizkazanah@gmail.com

## Kata Kunci:

Generasi Z, Sholat, Menunda Ibadah, Kedisiplinan Spiritual, Pendidikan Agama

## Keywords:

Generation Z, Postponing Worship, Spiritual Discipline, Religious Education

## ABSTRAK

Generasi Z merupakan generasi yang tumbuh di tengah kemajuan teknologi digital, yang berdampak besar terhadap pola pikir dan perilaku keseharian mereka, termasuk dalam pelaksanaan ibadah seperti sholat. Artikel ini membahas fenomena menunda sholat di kalangan Generasi Z dengan menyoroti faktor penyebab, dampak, serta solusi yang dapat ditawarkan. Berdasarkan kajian literatur dan hasil penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa penyebab utama dari perilaku menunda sholat adalah pengaruh teknologi dan media sosial, lemahnya pemahaman agama, serta kurangnya lingkungan sosial yang mendukung. Dampak dari kebiasaan ini tidak hanya melemahkan aspek

spiritual, tetapi juga berdampak pada pembentukan karakter dan kontrol diri remaja. Artikel ini juga mengusulkan solusi seperti penguatan pendidikan agama yang holistik, keteladanan dari lingkungan terdekat, pemanfaatan media digital sebagai sarana dakwah, serta revitalisasi peran lembaga keagamaan. Dengan pendekatan yang kontekstual dan kolaboratif, diharapkan Generasi Z dapat kembali memaknai pentingnya sholat sebagai kebutuhan spiritual yang mendasar.

## ABSTRACT

Generation Z is a cohort that has grown up amidst rapid digital technological advancement, significantly influencing their mindset and daily behaviors, including religious practices such as prayer (sholat). This article explores the phenomenon of delaying sholat among Generation Z by examining its causes, impacts, and potential solutions. Based on literature review and prior research findings, the primary causes identified include the influence of technology and social media, weak religious understanding, and lack of supportive social environments. The consequences of this behavior go beyond spiritual weakness, affecting character development and self-discipline among youth. The article proposes several solutions, such as strengthening holistic religious education, role modeling within families and schools, utilizing digital media for religious outreach, and revitalizing the roles of religious institutions. Through contextual and collaborative approaches, it is hoped that Generation Z will rediscover the significance of prayer as a fundamental spiritual necessity.

## Pendahuluan

Generasi Z, yang lahir antara akhir 1990-an hingga awal 2010-an, merupakan generasi yang tumbuh dan berkembang di tengah arus deras kemajuan teknologi informasi dan komunikasi yang sangat pesat. Mereka merupakan digital natives, yakni generasi yang sejak kecil telah akrab dengan internet, gawai pintar, media sosial, dan berbagai perangkat digital lainnya. Pola pikir mereka dibentuk oleh kecepatan akses informasi, interaktivitas dunia maya, serta budaya visual yang kuat. Karakteristik khas dari generasi ini meliputi kecenderungan multitasking, ketergantungan pada teknologi, preferensi terhadap konten yang cepat dan instan, serta nilai-nilai individualisme yang semakin menguat karena pengaruh globalisasi budaya melalui media sosial.



This is an open access article under the [CC BY-NC-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Namun, di balik segala keunggulan dan kemudahan yang ditawarkan oleh kemajuan teknologi, terdapat tantangan besar yang harus dihadapi oleh Generasi Z, terutama dalam aspek spiritualitas dan keagamaan. Salah satu permasalahan utama yang mencuat dalam beberapa tahun terakhir adalah menurunnya kualitas dan konsistensi dalam pelaksanaan ibadah, khususnya sholat lima waktu. Sholat sebagai pilar utama dalam ajaran Islam tidak hanya berfungsi sebagai ritual keagamaan, tetapi juga menjadi sarana pembinaan akhlak, kedisiplinan, dan koneksi spiritual seorang hamba kepada Tuhannya. Sayangnya, berbagai temuan studi empiris menunjukkan adanya kecenderungan yang mengkhawatirkan di kalangan remaja dan pemuda untuk menunda bahkan meninggalkan sholat secara rutin (Fauziah, 2021; Rahmawati & Yusuf, 2020).

Perilaku menunda sholat ini tidak hanya mencerminkan kelemahan dalam aspek ritual ibadah, tetapi lebih jauh lagi merupakan indikasi adanya degradasi kesadaran spiritual yang cukup dalam. Dalam konteks ini, ibadah sholat tidak lagi dimaknai sebagai kebutuhan jiwa atau bentuk ketundukan total kepada Allah SWT, melainkan hanya dipandang sebagai kewajiban formal yang bisa ditunda, dikompromikan, atau bahkan diabaikan jika berbenturan dengan kesibukan duniawi. Aktivitas seperti menonton video, bermain gim daring, berselancar di media sosial, atau berkegiatan dengan teman sebaya kerap kali dianggap lebih mendesak atau menarik dibanding memenuhi panggilan sholat tepat waktu.

Fenomena ini tentu tidak berdiri sendiri. Ia muncul sebagai hasil dari interaksi kompleks antara berbagai faktor internal dan eksternal. Lemahnya pemahaman agama yang mendalam, pendidikan keagamaan yang cenderung bersifat teoritis dan normatif tanpa menyentuh ranah afektif dan aplikatif, serta pengaruh budaya digital yang mengedepankan kecepatan, kesenangan, dan konsumsi visual, turut menyumbang pada berkurangnya perhatian terhadap aspek spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kurangnya keteladanan dalam lingkungan keluarga, lemahnya iklim religius di sekolah, serta tidak adanya komunitas keagamaan yang mendukung turut memperparah kondisi ini. Permasalahan ini semakin kompleks ketika melihat bahwa lembaga-lembaga keagamaan tradisional, seperti masjid, pesantren, dan madrasah, sering kali belum mampu menyesuaikan diri dengan kebutuhan dan karakteristik Generasi Z. Metode dakwah yang monoton dan kurang inovatif membuat pesan agama menjadi sulit diterima oleh kalangan muda. Padahal, di era digital ini, terdapat peluang besar untuk menjadikan teknologi sebagai sarana penguatan nilai spiritual, bila dikelola secara tepat, kreatif, dan kontekstual.

Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk membedah lebih dalam tentang fenomena menunda sholat di kalangan Generasi Z, mulai dari akar permasalahan, dampak jangka panjang, hingga strategi solutif yang dapat ditempuh secara sistematis dan adaptif. Secara khusus, artikel ini akan menyoroti pentingnya transformasi pendidikan agama dan peran media digital dalam mendekatkan kembali nilai-nilai spiritual kepada generasi muda. Dengan memahami kompleksitas masalah ini secara menyeluruh, diharapkan akan muncul pendekatan-pendekatan baru yang lebih relevan dalam membina kesadaran ibadah dan memperkuat karakter religius Generasi Z di era modern ini.

## Hasil dan Pembahasan

Fenomena menunda sholat di kalangan Generasi Z merupakan isu yang cukup memprihatinkan dan kompleks, karena melibatkan berbagai faktor yang saling terkait, baik dari segi internal individu maupun eksternal berupa pengaruh lingkungan dan budaya digital. Berdasarkan sejumlah penelitian, tampak jelas bahwa kebiasaan ini bukanlah perilaku yang muncul secara tiba-tiba, melainkan akibat dari interaksi berbagai kondisi sosial, psikologis, dan spiritual yang membentuk pola pikir serta perilaku generasi muda saat ini.

### 1) Kebiasaan Menunda Sholat: Bukti Empiris dari Lapangan

Penelitian Agustina (2023) di Dusun Danguk, Magetan, menunjukkan bahwa banyak remaja menunda pelaksanaan sholat Asar hingga menjelang Maghrib. Penundaan ini bukan karena ketidaktahuan, tetapi karena kebiasaan dan kurangnya urgensi dalam memaknai waktu sholat. Demikian pula, Dewi (2021) mengungkapkan bahwa di Desa Batu Bandung, banyak remaja melaksanakan sholat secara tidak disiplin, lebih karena lemahnya motivasi spiritual dan kurangnya dukungan lingkungan keluarga. Penelitian serupa oleh Hidayah (2021) menyatakan bahwa pemahaman terhadap tauhid uluhiyah, yang menekankan pengesaan Allah dalam ibadah, belum tertanam kuat dalam diri sebagian remaja. Mereka memahami agama secara simbolik, bukan substansial. Kebiasaan menunda sholat menjadi refleksi dari krisis kesadaran spiritual yang lebih dalam.

### 2) Faktor Penyebab Utama Menunda Sholat

Setidaknya terdapat tiga kelompok faktor utama yang menjadi penyebab mengapa Generasi Z kerap menunda sholat:

#### Pengaruh Teknologi dan Media Sosial

Media sosial menjadi salah satu penyebab utama terganggunya manajemen waktu dalam beribadah. Studi dari Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (2021) menemukan bahwa penggunaan gawai secara berlebihan memengaruhi kedisiplinan waktu sholat. Remaja sering kali menunda ibadah dengan alasan “sebentar lagi”, yang justru berujung pada keterlambatan atau terlewatnya waktu sholat. Dinia & Nasrulloh (2023), menekankan pentingnya menjadikan media sosial sebagai lahan dakwah moderat. Menurut mereka, platform digital bisa menjadi ruang strategis penyemaian nilai-nilai keislaman bila dikelola dengan kreatif dan kontekstual. Konten dakwah yang menyentuh dan relevan bisa membangkitkan kembali kesadaran spiritual remaja yang terlena oleh distraksi digital.

#### Kurangnya Kesadaran dan Pemahaman Agama

Hidayah (2021) menyebut bahwa pendidikan agama yang terlalu teoritis tanpa menyentuh aspek afektif dan praktikal menjadi tidak efektif. Remaja akhirnya hanya menghafal, tetapi tidak memahami makna ibadah. Menurut Khairina Maghfirah (2025), pendekatan transformatif dalam pembelajaran akidah akhlak dapat menguatkan kesadaran spiritual remaja. Ia menekankan perlunya metode pembelajaran yang reflektif dan humanis, termasuk penggunaan kisah inspiratif dan diskusi terbuka. Hal ini

diperkuat oleh Prastyo & Inayati (2022), yang menyatakan bahwa keteladanan adalah kunci keberhasilan pendidikan karakter berbasis ibadah. Dalam penelitian mereka, siswa lebih terpengaruh oleh sikap guru dan lingkungan sekitar dibanding sekadar materi pelajaran agama.

### **Lingkungan Sosial yang Kurang Mendukung**

Keluarga sebagai unit pendidikan utama sering kali gagal membangun kebiasaan ibadah sejak dini. Dewi (2021) dan Maryanti (2021) menyoroti lemahnya peran keluarga dalam menciptakan budaya sholat tepat waktu. Minimnya teladan dari orang tua dan tidak adanya rutinitas ibadah bersama menyebabkan anak tumbuh tanpa merasa sholat sebagai kebutuhan jiwa. Susilawati, Faizah & Ghofir (2024) menambahkan bahwa literasi keagamaan digital dapat menjadi solusi dalam menguatkan ketahanan spiritual remaja. Mereka menekankan pentingnya kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam membentuk budaya digital religius yang berorientasi pada nilai.

### **3) Dampak Jangka Panjang dari Kebiasaan Menunda Sholat**

Menunda sholat tidak hanya berdampak pada hubungan vertikal dengan Tuhan, tetapi juga melemahkan aspek psikologis dan sosial. Ismail (2018) menyebut bahwa remaja yang tidak disiplin dalam beribadah cenderung memiliki kontrol diri yang lemah, rendahnya etika, dan mudah terjerumus dalam perilaku menyimpang. Keterlambatan sholat mengikis keberkahan waktu dan melemahkan kedisiplinan diri yang seharusnya terbentuk dari ibadah rutin. Lebih lanjut, kebiasaan ini berpotensi menciptakan generasi yang hanya religius secara simbolik. Mereka mungkin hafal doa dan bacaan, namun tidak memiliki kedalaman spiritual. Dalam jangka panjang, hal ini mengancam pembangunan karakter bangsa yang berlandaskan nilai-nilai keimanan. Hambali & Munir (2023) memperingatkan bahwa generasi muda hari ini cenderung mengalami spiritual disconnection akibat gaya hidup konsumtif dan individualistik. Oleh karena itu, mereka menekankan perlunya transformasi pendidikan Islam yang tidak hanya berfokus pada aspek kognitif, melainkan juga pada pembentukan ruhani dan jiwa.

### **4) Solusi untuk Permasalahan Menunda Sholat yang dilakukan Gen Z**

Menghadapi kompleksitas ini, diperlukan pendekatan yang menyeluruh dan kontekstual untuk membangkitkan kembali kesadaran spiritual Generasi Z. Beberapa langkah yang dapat diambil antara lain:

#### **Penguatan Pendidikan Agama yang Holistik**

Pendidikan agama tidak cukup disampaikan dalam bentuk ceramah dan hafalan semata, melainkan harus menyentuh aspek afektif dan aplikatif. Praktik sholat berjamaah, mentoring spiritual, serta pembiasaan adab harian perlu dihidupkan kembali, terutama di sekolah dan pesantren.

#### **Keteladanan Keluarga dan Lingkungan**

Orang tua dan guru harus menjadi role model dalam ibadah. Anak yang melihat orang tuanya menjaga waktu sholat akan lebih mudah terbiasa melakukannya. Keteladanan jauh lebih efektif dibanding sekadar perintah lisan.

### **Pemanfaatan Media Digital untuk Dakwah**

Konten dakwah harus disajikan secara menarik dan relevan dengan dunia remaja. Cerita inspiratif, video pendek, hingga podcast keislaman dapat menjadi sarana menyampaikan pesan spiritual yang menyentuh. Sebagaimana ditegaskan oleh Susilawati dkk. (2021), media digital adalah jembatan antara nilai agama dan realitas Gen Z.

### **Revitalisasi Peran Lembaga Keagamaan**

Pondok pesantren, kampus keagamaan, dan majelis taklim perlu melakukan inovasi dalam pembinaan spiritual. Program tahfidz, kajian tematik, dan komunitas dakwah digital dapat menjadi wadah pembentukan karakter yang kuat secara ruhani dan social

### **Pendidikan Karakter Berbasis Ibadah**

Pendidikan karakter yang dibangun atas fondasi ibadah wajib seperti sholat perlu menjadi prioritas dalam kurikulum. Pelatihan pengelolaan waktu, refleksi diri, serta kegiatan spiritual berbasis pengalaman nyata akan lebih berdampak daripada sekadar teori.

### **Kesimpulan**

Fenomena menunda sholat di kalangan Generasi Z bukanlah sekadar persoalan kedisiplinan waktu atau kelalaian sesaat, melainkan cerminan dari krisis spiritual yang terjadi di tengah derasnya arus modernitas dan digitalisasi. Generasi ini tumbuh dalam lingkungan yang menawarkan kemudahan, kecepatan, dan hiburan tiada henti, namun sering kali mengabaikan aspek transendental yang justru menjadi fondasi kehidupan manusia. Sholat, yang merupakan tiang agama dan sarana utama mendekatkan diri kepada Allah SWT, kerap diposisikan bukan sebagai kebutuhan spiritual utama, tetapi sebagai rutinitas yang bisa dinegosiasikan waktunya. Hal ini mengindikasikan adanya degradasi nilai dan pemaknaan terhadap ibadah dalam kehidupan sehari-hari Generasi Z. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti dominasi teknologi, lemahnya pemahaman agama, minimnya keteladanan dari lingkungan, serta ketidakhadiran budaya religius di rumah menjadi penyebab utama kebiasaan menunda sholat. Tidak hanya berdampak pada kualitas ibadah, perilaku ini juga dapat menurunkan integritas moral, melemahkan kontrol diri, serta menjauhkan individu dari nilai-nilai Islam yang esensial. Dalam jangka panjang, generasi yang terbiasa menunda sholat akan berisiko menjadi generasi yang rapuh secara spiritual, individualistik, dan mudah terpengaruh oleh gaya hidup hedonistik.

Oleh karena itu, diperlukan upaya bersama yang melibatkan berbagai pihak baik keluarga, sekolah, lembaga keagamaan, dan tokoh masyarakat untuk menanamkan kembali pentingnya sholat tepat waktu sebagai pondasi karakter dan ketenangan jiwa. Pendidikan agama harus direformulasi agar lebih menyentuh dimensi afektif dan spiritual, tidak hanya bersifat kognitif. Selain itu, media sosial dan platform digital yang digandrungi Generasi Z harus dimanfaatkan secara bijak untuk menyampaikan pesan-pesan keislaman yang inspiratif, kreatif, dan kontekstual. Pondok pesantren dan lembaga pendidikan Islam seperti memiliki peran strategis dalam pembinaan spiritual

ini. Melalui penguatan kurikulum berbasis ibadah, keteladanan para pendidik, serta pemanfaatan media dakwah digital, generasi muda dapat diarahkan kembali pada esensi hidup yang seimbang antara dunia dan akhirat. Dengan langkah-langkah konkrit dan konsisten, diharapkan Generasi Z tidak hanya mampu menjalankan sholat lima waktu secara tepat, tetapi juga menjadikannya sebagai sumber kekuatan, disiplin, dan orientasi hidup yang lebih bermakna dalam menghadapi tantangan zaman.

## Daftar Pustaka

- Agustina, W. (2023). *Perilaku Remaja dalam Menunda Sholat di Dusun Danguk*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Dewi, R. (2021). *Kebiasaan Sholat Remaja Desa Batu Bandung*. Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati.
- Dinia, M., & Nasrulloh, A. (2023). Dakwah Moderat di Media Sosial untuk Remaja. *Jurnal Komunikasi Islam*, 8(3), 215–230.
- Fauziah, L. (2021). Analisis Perilaku Remaja terhadap Pelaksanaan Sholat. *Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 155–168.
- Hambali, M., & Munir, A. (2023). Transformasi Pendidikan Islam di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Islam Kontemporer*, 11(2), 142–157.
- Hidayah, N. (2021). Pemahaman Tauhid Uluhiyah dan Dampaknya terhadap Ibadah. *Jurnal Studi Keislaman*, 6(1), 87–102.
- Ismail, H. (2018). Dampak Perilaku Menunda Sholat terhadap Kedisiplinan Remaja. *Jurnal Psikologi Dan Pendidikan*, 4(2), 77–90.
- Maghfirah, K. (2025). Strategi Pembelajaran Akidah Akhlak yang Reflektif bagi Gen Z. *Jurnal Pendidikan Islam Humanis*, 3(1), 22–37.
- Prastyo, A., & Inayati, N. (2022). Keteladanan sebagai Basis Pendidikan Karakter Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, 9(2), 134–149.
- Rahmawati, D., & Yusuf, M. (2020). Konsistensi Ibadah Sholat di Kalangan Remaja. *Jurnal Psikologi Islam*, 5(1), 44–58.
- Susilawati, E., Faizah, U., & Ghofir, A. (2024). Literasi Keagamaan Digital dalam Membentuk Karakter Remaja. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 12(1), 98–112.