



The Concept of Al-Ghafalah in the Qur'an as a Qur'anic Ethical Framework for Mitigating Distracted Society in the Digital Era

Konsep Al-Ghafalah Dalam Al-Qur'an sebagai Kerangka Etis Qur'ani untuk Mitigasi *Distracted Society* di Era Digital

Ahmad Alwan Habibi, Kharis Nugroho, Syamsul Hidayat

Universitas Muhammadiyah Surakarta

ahmadalwanex@gmail.com

kn812@ums.ac.id

sh282@ums.ac.id

Received: 17 – 01 – 2026 Accepted : 10 – 02 – 2026 Published: 28 – 02 – 2026

Abstract

This study examines the concept of al-ghafalah in the Qur'an and formulates it as a Qur'anic ethical framework for mitigating the phenomenon of a distracted society in the digital age. Using a thematic (maudhu'i) exegetical method applied to five key verses—QS. Ar-Rum: 7, QS. Al-Ma'un: 4–5, QS. Al-A'raf: 205, QS. Al-A'raf: 44, and QS. Qaf: 22—alongside authoritative exegeses, the study analyzes al-ghafalah across its cognitive, moral, and spiritual dimensions. The findings reveal that al-ghafalah is a multidimensional condition—encompassing a narrowing of awareness, a decline in moral sensitivity, and spiritual disconnection—that shares structural parallels with the mechanisms of digital distraction in contemporary life. The study further shows that the Qur'anic remedies of dhikr, tafakkur, and muhasabah offer a framework that resonates with modern approaches to mindfulness and self-regulation. The contribution of this research lies specifically in reading al-ghafalah as a Qur'anic analytical category capable of bridging thematic exegetical studies and the contemporary discourse on digital distraction—a connection that existing literature has not systematically explored. This study concludes that al-ghafalah constitutes a relevant and applicable Qur'anic ethical framework for responding to the challenges of the digital age.

Kata Kunci : *al-ghafalah, distracted society, digital era, Qur'anic ethics, thematic exegesis*

Abstrak

Penelitian ini mengkaji konsep *al-ghafalah* dalam Al-Qur'an dan merumuskannya sebagai kerangka etis Qur'ani untuk memitigasi fenomena *distracted society* di era digital. Penelitian ini menggunakan metode tafsir tematik (*maudhu'i*) yang diterapkan pada lima ayat utama—QS. Ar-Rum: 7, QS. Al-Ma'un: 4–5, QS. Al-A'raf: 205, QS. Al-A'raf: 44, dan QS. Qaf: 22—dengan merujuk pada tafsir *mu'tabar* untuk menganalisis dimensi kognitif, moral, dan spiritual dari *al-ghafalah*. Hasil penelitian mengungkap bahwa *al-ghafalah* merupakan kondisi multidimensional—mencakup penyempitan kesadaran, penurunan sensitivitas moral, dan keterputusan spiritual—yang memiliki kesamaan struktural dengan mekanisme distraksi digital dalam kehidupan kontemporer. Penelitian ini juga menemukan bahwa solusi Qur'ani berupa *dhikr*, *tafakkur*, dan *muhasabah* memiliki kesesuaian dengan pendekatan *mindfulness* dan pengendalian diri dalam psikologi modern.

Kontribusi penelitian ini terletak secara spesifik pada pembacaan *al-ghaflah* sebagai kategori analitik Qur’ani yang menjembatani kajian tafsir tematik dengan wacana distraksi digital—sebuah hubungan yang belum pernah dieksplorasi secara sistematis dalam literatur yang ada. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *al-ghaflah* merupakan kerangka etis Qur’ani yang relevan dan aplikatif dalam merespons tantangan era digital.

Kata Kunci : *al-ghaflah, distracted society*, etika Qur’ani, era digital, tafsir tematik

Pendahuluan

Kemajuan teknologi informasi di era digital telah melahirkan fenomena yang oleh sejumlah kajian disebut sebagai *distracted society* — masyarakat yang perhatiannya terus-menerus terfragmentasi akibat derasnya arus informasi digital. Perhatian manusia kini menjadi komoditas yang diperebutkan berbagai platform melalui mekanisme *attention economy*, yakni sistem yang memonetisasi perhatian pengguna melalui desain teknologi persuasif seperti notifikasi, *infinite scrolling*, dan sistem *reward* berbasis dopamin.¹

Dampaknya mencakup penurunan kemampuan fokus dan meningkatnya beban kognitif dalam pemrosesan informasi,² adiksi media sosial pada tingkat ekstrem yang mencapai 29,6% pengguna dengan dampak nyata pada kualitas tidur dan kesehatan emosional,³ serta degradasi etika berkomunikasi dan budaya pamer (*flexing*) di ruang digital sebagai ekspresi nyata hilangnya kendali diri.⁴ Kondisi ini menunjukkan bahwa krisis perhatian bukan sekadar masalah teknis, melainkan persoalan yang menyentuh dimensi etis dan spiritual manusia, sehingga

¹ Patrick S Roberts, Shalini Misra, and Joanne Tang, “Crisis Governance, Emergency Management, and the Digital Revolution,” 2020, <https://doi.org/10.33774/apsa-2020-2vbl6>; Mathura Shanmugasundaram and Arunkumar Tamilarasu, “The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review,” *Frontiers in Cognition* 2 (2023), <https://doi.org/10.3389/fcogn.2023.1203077>.

² Sophie Haroutunian-Gordon, “Implications for Educators,” 2009, 152–77, <https://doi.org/10.12987/yale/9780300120004.003.0007>; María A Pérez-Juárez, David González-Ortega, and Javier M Aguiar-Pérez, “Digital Distractions From the Point of View of Higher Education Students,” *Sustainability* 15, no. 7 (2023): 6044, <https://doi.org/10.3390/su15076044>.

³ Riyadh Abdulhadi M Aljohani and Abdulaziz Amir Alnahdi, “Understanding Social Media Addiction in the Digital Society through Sleep Deprivation, Conflict, and Emotional Health,” n.d.

⁴ Kamaluddin Tajibun Ridwan, “Peran Etika Media Dalam Mencegah Penyebaran Fitnah Di Era Digital: Tantangan Dan Solusi,” *Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 1 (2025): 137–53; Nadia Alisyia Nuri et al., “AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies Re-Interpretation of Makkiyah Verses to Improve Moral Guidance: A Case Study of Flexing Attitudes in the Review of the Tafsir Kemenag,” *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies* 8, no. 1 (2025), <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i1.1702>.

membutuhkan kerangka konseptual yang berakar pada nilai-nilai fundamental kehidupan.

Dalam perspektif Al-Qur'an, fenomena kehilangan fokus dan kesadaran ini dapat dikaitkan dengan konsep *al-ghafflah*. Secara leksikal, akar kata *gh-f-l* dalam bahasa Arab mencakup makna “membiarkan sesuatu tidak diurus” dan “absennya perhatian yang disengaja,” berbeda dari *nisyan* (lupa mekanistik yang dimaafkan) maupun *sahu* (kelalaian situasional). *Al-ghafflah* bersifat struktural dan mengandung unsur tanggung jawab moral — ia adalah pilihan orientasi, bukan sekadar keterbatasan kognitif.⁵

Dalam diskursus Qur'ani, *al-ghafflah* merupakan kategori etis dan spiritual yang menggambarkan kondisi keterputusan manusia dari kesadaran terhadap Tuhan, diri, dan tanggung jawab moralnya — suatu keadaan kognitif-spiritual yang menghambat kemampuan manusia dalam memahami kebenaran serta merespons secara etis terhadap realitas yang dihadapinya.⁶

Konsep ini hadir dalam berbagai ayat Al-Qur'an: QS. Ar-Rum (30): 7 menggambarkan manusia yang hanya mengetahui “zahir kehidupan dunia” sementara lalai terhadap realitas yang lebih mendalam; QS. Al-Ma'un (107): 4–5 menyoroti kelalaian dalam ibadah sebagai manifestasi absennya kesadaran batin; QS. Al-A'raf (7): 205 memerintahkan dzikir sebagai antitesis langsung dari *al-ghafflah*; dan QS. Qaf (50): 22 menempatkan *al-ghafflah* sebagai kondisi epistemologis universal yang hanya dapat dilampaui melalui peristiwa transenden. Para mufasir seperti Ibn Katsir dan al-Zuhayli menafsirkan konsep ini bukan semata sebagai kategori akhlak individual, melainkan sebagai kondisi yang berdampak pada orientasi hidup dan kualitas pengambilan keputusan moral.⁷

Di sisi lain, kajian tentang *distracted society* menunjukkan bahwa teknologi

⁵ Erwin P Dasopang et al., “The Establishment of the Personality of the Belief in the Quran,” *Ta Dib Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 1 (2022): 1–10, <https://doi.org/10.29313/tjpi.v11i1.8972>.

⁶ Muslim Djuned, Khalis Akbar, and Furqan Furqan, “Exploring Negative Human Traits: A Thematic Tafsir of the Qur'an,” *Sinthop Media Kajian Pendidikan Agama Sosial Dan Budaya* 3, no. 1 (2024): 49–58, <https://doi.org/10.22373/sinthop.v3i1.5516>.

⁷ Sayyid M Y Gilani and Tazul Islam, “Qur'anic Prerequisites for Developing Scientific Mind,” *Journal of Islam in Asia (E-Issn 2289-8077)* 8 (2012): 229–53, <https://doi.org/10.31436/jia.v8i0.259>.

digital telah mengubah struktur perhatian manusia secara mendasar. Fitur-fitur platform dirancang untuk mempertahankan keterlibatan pengguna, mengakibatkan tekanan beban kognitif (*cognitive overload*), meningkatnya stres dan depresi akibat paparan informasi berlebihan,⁸ serta pergeseran interaksi sosial yang semakin dangkal dan terfragmentasi.⁹

Fenomena ini menegaskan bahwa distraksi digital telah menjadi struktur sosial baru yang memengaruhi cara manusia hidup, berpikir, dan berinteraksi. Dalam konteks inilah *al-ghaflah* memiliki relevansi yang kuat: ia dapat dipahami sebagai akar spiritual dari distraksi modern, di mana manusia kehilangan kesadaran terhadap tujuan hidupnya akibat terjebak dalam stimulasi yang tidak bermakna.

Kajian interdisipliner menunjukkan pula bahwa nilai-nilai Qur’ani seperti *taqwa*, *muhasabah*, dan *dhikr* memiliki korespondensi fungsional dengan pendekatan *mindfulness* dan pengendalian diri dalam psikologi kognitif — meski dengan landasan epistemologis yang berbeda — sehingga membuka ruang dialog yang produktif antara tradisi keilmuan Islam dan sains modern.¹⁰ Perlu ditegaskan bahwa integrasi ini bersifat analogis-komparatif, bukan identifikasi penuh: Al-Qur’an berbicara dalam kerangka transenden dan etis, sementara psikologi kognitif berangkat dari kerangka naturalistik — titik temu keduanya ada pada pola perilaku dan mekanisme yang dapat dikomparasi, bukan pada dasar ontologisnya.

Sejumlah penelitian terdahulu telah menyentuh sebagian dari persoalan ini, namun dalam jalur yang terpisah. Kajian tentang *al-ghaflah* dalam tafsir umumnya bersifat leksikal-teologis dan terbatas pada dimensi akhlak individual tanpa menjangkau konteks sosial kontemporer, sebagaimana terlihat dalam kajian

⁸ Arpita Kaswa and Rudrani Kolapkar, “Comparing the JOMO (Joy of Missing Out) Experiences Through Age and Gender Perspectives,” 2024, <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4399922/v1>; Yufei Qiu et al., “Understanding the Relationship Between Smartphone Distraction, Social Withdrawal, Digital Stress, and Depression Among College Students: A Cross-Sectional Study in Wuhan, China,” *Heliyon* 10, no. 15 (2024): e35465, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e35465>.

⁹ Mengge Yang, “Besieged City of Time: Control and Negotiation of Generation Z Youth in Platform Swinging,” *Commicast* 5, no. 3 (2024): 71–84, <https://doi.org/10.12928/commicast.v5i3.12035>.

¹⁰ Gilani and Islam, “Qur’anic Prerequisites for Developing Scientific Mind”; Zora Hesová, “The Notion of Illumination in the Perspective of Ghazali’s *Mishkat Al-Anwar*,” *Journal of Islamic Thought and Civilization* 02, no. 02 (2012): 65–85, <https://doi.org/10.32350/jitc.22.04>.

Djuned, Akbar, dan Furqan tentang sifat-sifat negatif manusia dalam tafsir tematik, serta kajian Leila dan Gharibzadeh tentang peta konseptual kesadaran dalam Al-Qur'an.¹¹ Sementara itu, kajian etika digital berbasis Islam — seperti penelitian tentang etika bermasyarakat dalam Al-Qur'an dan reinterpretasi ayat Makkiyah untuk konteks media sosial — membuktikan bahwa tafsir tematik mulai bergerak ke isu-isu sosial kontemporer, namun belum secara spesifik membahas *al-ghaflah* sebagai kerangka analitisnya.¹²

Adapun studi distraksi digital dari perspektif psikologi kognitif telah menghasilkan pemahaman yang cukup komprehensif tentang *attention economy*, adiksi platform, dan dampaknya terhadap kesehatan mental, namun hampir seluruhnya berangkat dari kerangka sekuler tanpa mengintegrasikan perspektif etika keagamaan.¹³ Kekosongan yang belum terisi adalah pertemuan analitik antara keduanya: tidak ada kajian yang secara spesifik membangun jembatan konseptual antara *al-ghaflah* sebagai kategori Qur'ani dengan mekanisme distraksi digital dalam teori *attention economy* dalam satu kerangka konseptual yang utuh. Penelitian ini mengisi kekosongan tersebut: berbeda dari kajian sebelumnya yang membatasi *al-ghaflah* pada wilayah akhlak dan spiritualitas, atau yang mendekati distraksi digital semata dari sudut pandang psikologi kognitif, penelitian ini memfungsikan *al-ghaflah* sebagai kerangka etis-Qur'ani yang mampu mendiagnosis sekaligus merespons fenomena *distracted society* secara interdisipliner dengan tetap menempatkan kajian tafsir sebagai pilar utamanya.

Bertolak dari *gap* tersebut, penelitian ini merumuskan tiga pertanyaan: pertama, bagaimana konsep *al-ghaflah* dalam Al-Qur'an ditinjau dari aspek

¹¹ Djuned, Akbar, and Furqan, "Exploring Negative Human Traits: A Thematic Tafsir of the Qur'an"; Leila T Far and Shahriar Gharibzadeh, "Analysis of the Conceptual Map of Consciousness as a Cognitive Function in the Qur'an," *Journal of Interdisciplinary Qur'anic Studies* 2, no. 1 (2023): 49–76, <https://doi.org/10.37264/jiqs.v2i1june2023.3>.

¹² Nuri et al., "AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies Re-Interpretation of Makkiyah Verses to Improve Moral Guidance: A Case Study of Flexing Attitudes in the Review of the Tafsir Kemenag"; Achmad Saifudin, "Al-Qur'an, Sains, Dan Teknologi," *Al Karima: Jurnal Studi Ilmu Al Quran Dan Tafsir* 1, no. 1 (2021): 19, <https://doi.org/10.58438/alkarima.v1i1.32>.

¹³ Joseph Firth et al., "From 'Online Brains' to 'Online Lives': Understanding the Individualized Impacts of Internet Use Across Psychological, Cognitive and Social Dimensions," *World Psychiatry* 23, no. 2 (2024): 176–90, <https://doi.org/10.1002/wps.21188>; Qiu et al., "Understanding the Relationship Between Smartphone Distraction, Social Withdrawal, Digital Stress, and Depression Among College Students: A Cross-Sectional Study in Wuhan, China."

definisi, karakteristik, dan implikasi etis-spiritualnya berdasarkan penafsiran ulama; kedua, bagaimana fenomena *distracted society* di era digital dapat dipahami dari perspektif *attention economy*; dan ketiga, bagaimana *al-ghaflah* dapat difungsikan sebagai kerangka etis Qur’ani untuk mendiagnosis dan merespons krisis perhatian digital tersebut. Tujuan penelitian ini adalah mengkaji *al-ghaflah* secara tematik berdasarkan analisis ayat dan penafsiran ulama, menganalisis fenomena distraksi digital secara ringkas, dan merumuskan kerangka etis-Qur’ani yang dapat menjawab tantangan era digital berbasis kajian tafsir yang kredibel.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif berbasis *library research* dengan pendekatan tafsir tematik (*maudhu’i*) sebagai pendekatan utama, yang dalam pelaksanaannya ditempuh melalui empat langkah operasional:

Pertama, inventarisasi seluruh ayat Al-Qur’an yang memuat kata turunan dari akar *gh-f-l* beserta kata-kata berpadanan maknawi seperti *sahu* dan *nisyan* untuk menetapkan cakupan semantis yang tepat.

Kedua, seleksi ayat-ayat yang relevan secara tematik berdasarkan konteksnya dalam menggambarkan kondisi kelalaian kognitif, moral, atau spiritual, sehingga menghasilkan korpus kajian yang terdiri dari QS. Ar-Rum 7, QS. Al-Ma’un 4–5, QS. Al-A’raf 205, QS. Al-A’raf 44, dan QS. Qaf 22—lima ayat ini dipilih karena masing-masing merepresentasikan dimensi *al-ghaflah* yang berbeda secara analitis, yakni penyempitan kesadaran kognitif, kelalaian dalam praktik ritual, absennya dzikir sebagai antitesis kelalaian, jebakan kenikmatan duniawi, dan kondisi epistemologis keterputusan dari realitas.

Ketiga, pengelompokan tema berdasarkan dimensi yang terkandung dalam masing-masing ayat untuk membangun peta konseptual *al-ghaflah* yang utuh; dan keempat, penarikan kesimpulan tafsir melalui komparasi antar penafsiran ulama dan sintesis temuan lintas ayat untuk merumuskan implikasi etis yang koheren.

Sumber data primer penelitian ini mencakup ayat-ayat terpilih tersebut beserta dua kitab tafsir *mu’tabar*, yaitu *Tafsir al-Qur’an al-‘Azīm* karya Ibn Katsir dan *al-Tafsir al-Munir* karya Wahbah al-Zuhayli—keduanya dipilih karena

mewakili dua tradisi penafsiran yang berbeda secara metodologis namun sama-sama otoritatif, sehingga perbandingan di antara keduanya memungkinkan pembacaan yang lebih kaya terhadap dimensi-dimensi *al-ghaflah*. Sumber data sekunder mencakup literatur konseptual tentang *al-ghaflah*, kajian *attention economy*, dan studi etika Qur'ani dalam era digital. Pendekatan ini juga mempertimbangkan urgensi kontekstualisasi makna Al-Qur'an yang relevan, guna menarik pesan moral ideal dari masa lalu untuk menjawab tantangan modernitas di era digital.¹⁴

Pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi yang mencakup penelusuran leksikal terhadap kata turunan *ghaflah* dalam mu'jam Al-Qur'an, penelaahan penafsiran ulama terhadap ayat-ayat terpilih, serta pengumpulan literatur akademis yang membahas distraksi digital dari perspektif kognitif dan ilmu komunikasi. Selanjutnya, data dianalisis melalui tiga tahap yang bersifat tafsiri: pertama, analisis kebahasaan untuk menetapkan makna terminologis *al-ghaflah* dan membedakannya dari kata-kata berpadanan maknawi; kedua, analisis tematik komparatif terhadap penafsiran antar mufasir untuk mengidentifikasi dimensi kognitif, moral, dan spiritual dari konsep tersebut; dan ketiga, pembacaan kontekstual yang mengaitkan temuan tafsir dengan fenomena distraksi digital—bukan untuk mereduksi konsep Qur'ani ke dalam kerangka psikologi, melainkan untuk menunjukkan relevansi dan daya analitisnya terhadap persoalan kontemporer.

Dalam proses ini, instrumen penelitian yang digunakan adalah matriks kategorisasi tema, yaitu tabel analitis yang memuat kolom-kolom untuk nama ayat, akar kata yang digunakan, konteks penurunan, penafsiran Ibn Katsir, penafsiran al-Zuhayli, dimensi *al-ghaflah* yang dominan (kognitif, moral, atau spiritual), dan titik korespondensi dengan fenomena distraksi digital; matriks ini diterapkan secara konsisten pada setiap ayat kajian sehingga perbandingan antar ayat dan penarikan

¹⁴ Kharis Nugroho, Muhammad Zawil Kiram, and Didik Andriawan, "The Influence of Hermeneutics in Double Movement Theory (Critical Analysis of Fazlurrahman'S Interpretation Methodology)," *QiST: Journal of Quran and Tafseer Studies* 2, no. 3 (August 21, 2023): 275–89, <https://doi.org/10.23917/qist.v2i3.2531>.

kesimpulan tematik dapat dilakukan secara sistematis dan terverifikasi.¹⁵

Hasil dan Pembahasan

Sebelum masuk ke analisis ayat, perlu ditegaskan bahwa Al-Qur'an menggunakan beberapa istilah yang sering diterjemahkan sama sebagai "lalai" atau "lupa", seperti *ghaflah* (غ-ف-ل), *sahu* (س-ه-و), dan *nisyan* (ن-س-ي), padahal masing-masing memiliki makna yang berbeda. Nisyan menunjuk pada lupa yang bersifat manusiawi dan mekanistik, sedangkan sahu merujuk pada kelalaian yang temporal dan situasional. Adapun ghaflah menunjukkan kondisi yang lebih mendalam, yakni berpaling dari sesuatu yang seharusnya diperhatikan secara sadar dan berkelanjutan.

Dalam leksikon Arab klasik, akar kata *gh-f-l* juga digunakan untuk makna membiarkan sesuatu tanpa perhatian atau pengawasan. Karena itu, *al-ghaflah* tidak sekadar berkaitan dengan keterbatasan kognitif, tetapi juga mengandung dimensi tanggung jawab moral sebagai bentuk orientasi hidup yang lalai terhadap nilai-nilai ilahiah.¹⁶

A. *Al-Ghaflah* sebagai Penyempitan Kesadaran: QS. Ar-Rum (30): 7

QS. Ar-Rum ayat 7 menyatakan bahwa manusia hanya mengetahui sisi lahiriah kehidupan dunia, sementara mereka lalai terhadap akhirat. Ibn Katsir dalam *Tafsir Al-Qur'an Al-'Azim* menafsirkan bahwa manusia dapat sangat cerdas dalam urusan perdagangan, pertanian, dan kehidupan material, tetapi tetap berpaling dari urusan akhirat yang lebih menentukan.¹⁷ Wahbah al-Zuhayli dalam *Al-Tafsir Al-Munir* menambahkan bahwa "zahir kehidupan dunia" menunjukkan kemampuan memahami permukaan sesuatu tanpa mencapai

¹⁵ Pérez-Juárez, González-Ortega, and Aguiar-Pérez, "Digital Distractions From the Point of View of Higher Education Students"; Shanmugasundaram and Tamilarasu, "The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review."

¹⁶ Abu al-Fida' Isma'il ibn 'Umar Ibn Kathir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*, ed. Sami ibn Muhammad Al-Salamah, 2nd Editio (Riyadh, Saudi Arabia: Dar Taybah for Publishing and Distribution, 1999).

¹⁷ Wahbah al-Zuhayli, *al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*, First Edition (Dimashq; Bayrut: Dar al-Fikr; Dar al-Fikr al-Mu'asir, 1991).

substansinya.¹⁸ Dengan demikian, al-ghafalah dalam ayat ini bukan lahir dari kebodohan, melainkan dari fokus berlebihan pada dimensi material kehidupan.

Kondisi tersebut berkorespondensi dengan konsep *cognitive narrowing* yang dijelaskan Shanmugasundaram, yaitu penyempitan perhatian akibat saturasi stimulasi eksternal sehingga manusia lebih mudah memproses informasi cepat dan instan, tetapi mengalami penurunan kapasitas refleksi mendalam.¹⁹ Meski demikian, keduanya tidak identik: Al-Qur'an berbicara tentang kelalaian terhadap akhirat dalam kerangka transenden, sedangkan psikologi kognitif membahas penurunan reflektivitas dalam kerangka naturalistik. Titik temunya terletak pada gambaran manusia yang cerdas secara fungsional, tetapi miskin secara eksistensial akibat orientasi hidup yang keliru.

B. *Al-Ghafalah* dalam Praktik Ritual: QS. Al-Ma'un (107): 4–5

QS. Al-Ma'un: 4–5 menggunakan kata *sahun* (سَاهُونَ), bukan *ghafil*, tepatnya dalam frasa '*an shalātihim sāhun*. Ibn Katsir menjelaskan bahwa frasa ini menunjukkan kelalaian yang disengaja terhadap shalat, bukan sekadar hilang fokus saat melaksanakannya, melainkan sikap tidak peduli terhadap shalat itu sendiri sebagai kewajiban dan ibadah.²⁰ Al-Zuhayli menambahkan bahwa kelalaian tersebut tampak pada ibadah yang secara lahir dilakukan, tetapi hati tidak hadir karena orientasinya kepada manusia (*riya'*).²¹

Dalam konteks digital, perilaku seperti memeriksa notifikasi atau mendokumentasikan ibadah demi media sosial dapat dipahami sebagai bentuk kontemporer *sahu 'an al-shalāh*: tubuh hadir, tetapi kesadaran absen. Penelitian Ward et al. menunjukkan bahwa keberadaan smartphone saja dapat menurunkan

¹⁸ Shanmugasundaram and Tamilarasu, "The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review."

¹⁹ Ibn Kathir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*.

²⁰ al-Zuhayli, *al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*.

²¹ A Christodoulou and Πέτρος Ρούσσος, "Phone in the Room, Mind on the Roam": Investigating the Impact of Mobile Phone Presence on Distraction," *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education* 15, no. 5 (2025): 74, <https://doi.org/10.3390/ejihpe15050074>; Kendall Hartley, Bobby Hoffman, and Alberto Andújar, "Smartphones and Learning: Evaluating the Focus of Recent Research," *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education* 13, no. 4 (2023): 748–58, <https://doi.org/10.3390/ejihpe13040056>.

kapasitas kognitif karena perhatian sebagian terserap untuk menahan dorongan mengeceknya.²² Dengan demikian, Al-Qur'an tidak hanya mengkritik kelalaian spiritual, tetapi juga memperlihatkan mekanismenya yang memiliki keserupaan pola dengan temuan neurosains kognitif modern.

C. Dzikir sebagai Antitesis *Al-Ghaflah*: QS. Al-A'raf (7): 205 — dan Batas-batas Analogi dengan *Mindfulness*

QS. Al-A'raf: 205 memerintahkan manusia untuk berdzikir kepada Allah agar tidak termasuk golongan lalai (*al-ghāfilīn*). Ibn Katsir menjelaskan bahwa dzikir bukan sekadar ucapan verbal, tetapi kesadaran terus-menerus terhadap kehadiran Allah.²³ Al-Zuhayli menambahkan bahwa dzikir menjaga integrasi akal dan hati agar manusia tidak terjebak pada pola pikir reaktif.²⁴ Praktik ini sering dianalogikan dengan *mindfulness* dalam psikologi modern karena sama-sama membantu regulasi emosi dan perhatian. Munsoor menunjukkan bahwa dzikir memiliki efek psikologis yang sebanding dengan *mindfulness-based stress reduction* (MBSR).²⁵ Namun, dzikir berbeda secara mendasar karena bersifat teosentris dan berorientasi transenden. *Mindfulness* sekuler berfokus pada pengurangan stres, sedangkan dzikir mengarahkan manusia kepada kesadaran moral dan relasi dengan Tuhan. Karena itu, dzikir bukan sekadar teknik psikologis, tetapi orientasi hidup yang membebaskan manusia dari *al-ghaflah*.²⁶

D. *Al-Ghaflah* sebagai Jebakan Kenikmatan: QS. Al-A'raf (7): 44 dan Kritik terhadap *Attention Economy*

QS. Al-A'raf: 44 menggambarkan fenomena *istidraj*, yaitu kenikmatan duniawi yang justru menjerumuskan manusia ke dalam kelalaian. Al-Zuhayli

²² Ibn Kathir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*.

²³ al-Zuhayli, *al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*.

²⁴ Mohamed S Munsoor and Hannah S Munsoor, "Well-Being and the Worshipper: A Scientific Perspective of Selected Contemplative Practices in Islam," *Humanomics* 33, no. 2 (2017): 163–88, <https://doi.org/10.1108/h-08-2016-0056>.

²⁵ Pérez-Juárez, González-Ortega, and Aguiar-Pérez, "Digital Distractions From the Point of View of Higher Education Students."

²⁶ Ibn Kathir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*.

menjelaskan bahwa bahaya *istidraj* terletak pada sifatnya yang menyenangkan sehingga manusia tidak sadar sedang dijauhkan dari kebenaran.²⁷ Pola ini memiliki keserupaan dengan mekanisme *attention economy* modern yang memanfaatkan *variable reward* melalui notifikasi, *likes*, dan konten personalisasi. Penelitian Firth et al. menunjukkan bahwa sistem tersebut memicu dorongan adiktif berbasis kepuasan dopaminergis.²⁸

Dalam kerangka penelitian ini, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai “*istidraj digital*”: seseorang tampak berhasil secara digital, tetapi semakin jauh dari kesadaran spiritual. Karena itu, indikator popularitas di media sosial tidak selalu mencerminkan kesehatan moral dan spiritual seseorang.²⁹

E. *Al-Ghafalah* sebagai Kondisi Epistemologis: QS. Qaf (50): 22 dan Krisis Makna di Era Digital

QS. Qaf: 22 menjelaskan bahwa manusia hidup dalam keadaan lalai hingga “tirai” disingkap dan penglihatannya menjadi tajam. Ibn Katsir menafsirkan bahwa kehidupan dunia merupakan fase ketidaksadaran dibanding realitas akhirat.³⁰ Ayat ini menunjukkan bahwa *al-ghafalah* bukan hanya masalah perilaku, tetapi juga kondisi epistemologis berupa keterbatasan manusia dalam melihat hakikat realitas. Dalam tradisi filsafat Islam, kondisi ini berkaitan dengan konsep *hijab*, yakni penghalang antara manusia dan kebenaran hakiki.

Dalam konteks *distracted society*, “tirai” tersebut hadir dalam bentuk arus informasi digital yang terus-menerus sehingga manusia kehilangan ruang refleksi eksistensial. Shanmugasundaram mencatat bahwa paparan digital berlebihan menurunkan kapasitas metakognisi dan refleksi diri.³¹ Dengan demikian, QS. Qaf: 22 memberi dimensi eskatologis pada persoalan distraksi: suatu saat tirai *al-ghafalah* pasti tersingkap, tetapi pada saat itu manusia tidak lagi

²⁷ al-Zuhayli, *al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*.

²⁸ Shanmugasundaram and Tamilarasu, “The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review.”

²⁹ al-Zuhayli, *al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*.

³⁰ Ibn Kathir, *Tafsir al-Qur'an al-'Azim*.

³¹ Shanmugasundaram and Tamilarasu, “The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review.”

memiliki kesempatan untuk mengubah pilihannya.³²

F. Sintesis Analitik: *Al-Ghافلah* sebagai Kerangka Etis Qur’ani untuk Mitigasi *Distracted society*

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa al-ghافلah dalam Al-Qur’an bukan sekadar konsep teologis yang bersifat normatif, tetapi juga kerangka epistemologis, psikologis, dan etis yang relevan untuk menjelaskan fenomena *distracted society* di era digital. Dalam literatur tafsir, al-ghافلah dipahami sebagai keterputusan manusia dari kesadaran terhadap Tuhan, akhirat, dan nilai moral yang mendasari kehidupan.³³ QS. Ar-Rum: 7 memperlihatkan bahwa manusia dapat memiliki kecerdasan tinggi dalam urusan dunia, tetapi tetap lalai terhadap realitas yang lebih mendalam.

Dalam konteks *attention economy*, kondisi ini tampak pada manusia yang sangat adaptif terhadap teknologi digital namun mengalami penurunan refleksi, kedalaman berpikir, dan kesadaran eksistensial.³⁴ Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa al-ghافلah bukan fenomena statis, melainkan dapat berubah bentuk sesuai perkembangan zaman.

Selain bersifat kognitif, al-ghافلah juga memiliki dimensi moral dan spiritual yang tampak dalam QS. Al-Ma’un: 4–5 tentang kelalaian dalam ibadah.³⁵ Literatur sebelumnya menunjukkan bahwa al-ghافلah berkaitan dengan menurunnya sensitivitas moral dan kecenderungan bertindak tanpa kesadaran etis.³⁶ Temuan ini sejalan dengan studi distraksi digital yang menunjukkan bahwa paparan teknologi berlebihan dapat melemahkan kontrol

³² Christodoulou and Ρούσσος, “‘Phone in the Room, Mind on the Roam’: Investigating the Impact of Mobile Phone Presence on Distraction.”

³³ Dasopang et al., “The Establishment of the Personality of the Belief in the Quran”; Far and Gharibzadeh, “Analysis of the Conceptual Map of Consciousness as a Cognitive Function in the Qur’an.”

³⁴ Shanmugasundaram and Tamilarasu, “The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review.”

³⁵ al-Zuhayli, *al-Tafsir al-Munir fi al-’Aqidah wa al-Shari’ah wa al-Manhaj*.

³⁶ Djuned, Akbar, and Furqan, “Exploring Negative Human Traits: A Thematic Tafsir of the Qur’an”; Ahmad Akbar Fauzi et al., “AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies Konsep Etika Bermasyarakat Dalam Al-Qur’an: Kajian Tafsir Tematik Terhadap Ayat-Ayat Muamalah,” *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies* 8, no. 1 (2025): 1962–86, <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i1.2200>.

diri, meningkatkan impulsivitas, dan menurunkan kualitas pengambilan keputusan.³⁷ Bahkan, kelalaian digital dapat berujung pada pengabaian kebutuhan biologis seperti waktu istirahat dan kesehatan diri.³⁸ Hal ini memperlihatkan adanya korespondensi konseptual antara kategori etis Al-Qur'an tentang kelalaian dan temuan empiris ilmu kognitif modern.

Penelitian ini juga menemukan bahwa solusi Qur'ani terhadap al-ghafalah memiliki kesesuaian dengan pendekatan modern dalam mengatasi distraksi digital. Praktik seperti dzikir, tafakkur, dan muhasabah dalam QS. Al-A'raf: 205 memiliki kemiripan dengan konsep *mindfulness* dan regulasi diri dalam psikologi modern.³⁹ Literatur menunjukkan bahwa praktik reflektif tersebut membantu mengurangi beban kognitif, meningkatkan fokus, dan memperbaiki keseimbangan emosional di tengah paparan teknologi yang berlebihan.⁴⁰ Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi problem distraksi digital, tetapi juga menawarkan solusi integratif antara nilai spiritual Qur'ani dan pendekatan ilmiah modern.

Temuan lain yang penting ialah relevansi konsep *istidraj* dalam QS. Al-A'raf: 44 dengan mekanisme *reward system* media digital.⁴¹ Sistem notifikasi, *likes*, dan konten personalisasi menciptakan ilusi keberhasilan yang mendorong manusia terus terikat pada platform digital.⁴² Dalam kerangka penelitian ini, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk "istidraj digital": keberhasilan yang tampak di permukaan, tetapi berpotensi menjauhkan manusia dari kesadaran spiritual dan moral. Karena itu, indikator popularitas digital tidak

³⁷ Firth et al., "From 'Online Brains' to 'Online Lives': Understanding the Individualized Impacts of Internet Use Across Psychological, Cognitive and Social Dimensions"; Shanmugasundaram and Tamilarasu, "The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review."

³⁸ Riyadh Abdulhadi, M Aljohani, and Abdulaziz Amir Alnahdi, "Emotional Health," *J. Digit. Soc* 1, no. 4 (2025): 314–27, <https://doi.org/10.63913/jds.v1i4.145>.

³⁹ Ahmad Rivauzi, "Improving Quality Education Based on Quality Management and Character Based Education," *Jurnal Kawakib* 4, no. 2 (2023): 108–19, <https://doi.org/10.24036/kwkib.v4i2.178>.

⁴⁰ Munsoor and Munsoor, "Well-Being and the Worshipper: A Scientific Perspective of Selected Contemplative Practices in Islam."

⁴¹ al-Zuhayli, *al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*.

⁴² Shanmugasundaram and Tamilarasu, "The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review."

dapat dijadikan ukuran kesehatan eksistensial seseorang.

Secara keseluruhan, penelitian ini berhasil mempertemukan dua bidang yang selama ini berjalan paralel, yaitu tafsir tematik dan studi distraksi digital. Konsep al-ghaflah ditunjukkan bukan hanya sebagai konsep akhlak, tetapi juga kategori analitik lintas disiplin untuk membaca mekanisme *attention economy* dari perspektif Qur’ani.⁴³ Selain berkontribusi pada pengembangan tafsir tematik kontemporer, penelitian ini juga membuka ruang pengembangan etika digital Islam berbasis nilai-nilai Al-Qur’an, baik dalam bidang literasi digital, psikologi Islam, maupun kajian etika teknologi di masa mendatang.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa konsep al-ghaflah dalam Al-Qur’an merupakan kerangka etis-spiritual yang relevan untuk membaca fenomena *distracted society* di era digital. Analisis terhadap beberapa ayat menunjukkan bahwa al-ghaflah tidak sekadar bermakna kelalaian biasa, tetapi mencakup penyempitan kesadaran kognitif, penurunan sensitivitas moral, dan keterputusan spiritual yang memiliki keterkaitan dengan mekanisme distraksi digital dalam *attention economy*. Temuan ini menunjukkan bahwa konsep Qur’ani tentang kelalaian tetap relevan dalam merespons krisis perhatian kontemporer sekaligus mempertemukan kajian tafsir tematik dengan studi distraksi digital yang selama ini berjalan terpisah.

Penelitian ini juga menegaskan bahwa solusi Qur’ani seperti dzikir, tafakkur, dan muhasabah memiliki relevansi dengan konsep kesadaran, perhatian penuh, dan pengendalian diri dalam pendekatan modern terhadap distraksi digital. Kebaruan penelitian terletak pada upaya merumuskan al-ghaflah sebagai kategori analitik lintas disiplin yang menghubungkan tafsir Qur’ani dengan fenomena digital kontemporer serta memberikan landasan konseptual bagi pengembangan etika digital berbasis nilai Qur’ani. Penelitian selanjutnya disarankan mengembangkan

⁴³ Naving G H Ali, “Concept of Shūra in Fazlur Rahman’s Political Ideas at Practical Level,” *Journal of Islamic Thought and Civilization* 08, no. 02 (2018): 110–26, <https://doi.org/10.32350/jitc.82.07>.

studi empiris mengenai hubungan al-ghafalah dan perilaku digital masyarakat melalui pendekatan interdisipliner yang lebih terukur.

Daftar Pustaka

- Abdulhadi, Riyadh, M Aljohani, and Abdulaziz Amir Alnahdi. "Emotional Health." *J. Digit. Soc* 1, no. 4 (2025): 314–27. <https://doi.org/10.63913/jds.v1i4.145>.
- al-Zuhayli, Wahbah. *al-Tafsir al-Munir fi al-'Aqidah wa al-Shari'ah wa al-Manhaj*. First Edition. Dimashq; Bayrut: Dar al-Fikr; Dar al-Fikr al-Mu'asir, 1991.
- Ali, Naving G H. "Concept of Shūra in Fazlur Rahman's Political Ideas at Practical Level." *Journal of Islamic Thought and Civilization* 08, no. 02 (2018): 110–26. <https://doi.org/10.32350/jitc.82.07>.
- Aljohani, Riyadh Abdulhadi M, and Abdulaziz Amir Alnahdi. "Understanding Social Media Addiction in the Digital Society through Sleep Deprivation, Conflict, and Emotional Health," n.d.
- Christodoulou, A, and Πέτρος Ρούσσο. "'Phone in the Room, Mind on the Roam': Investigating the Impact of Mobile Phone Presence on Distraction." *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education* 15, no. 5 (2025): 74. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15050074>.
- Dasopang, Erwin P, Putri A Dalimunthe, Masrawati Pahutar, and Syahrul Wirda. "The Establishment of the Personality of the Belief in the Quran." *Ta Dib Jurnal Pendidikan Islam* 11, no. 1 (2022): 1–10. <https://doi.org/10.29313/tjpi.v11i1.8972>.
- Djuned, Muslim, Khalis Akbar, and Furqan Furqan. "Exploring Negative Human Traits: A Thematic Tafsir of the Qur'an." *Sinthop Media Kajian Pendidikan Agama Sosial Dan Budaya* 3, no. 1 (2024): 49–58. <https://doi.org/10.22373/sinthop.v3i1.5516>.
- Far, Leila T, and Shahriar Gharibzadeh. "Analysis of the Conceptual Map of Consciousness as a Cognitive Function in the Qur'an." *Journal of Interdisciplinary Qur'anic Studies* 2, no. 1 (2023): 49–76. <https://doi.org/10.37264/jiqs.v2i1june2023.3>.
- Fauzi, Ahmad Akbar, Yeti Dahliana, Alfiyatul Azizah, Kharis Nugroho, Andri Nirwana, A N Konsep, Etika Bermasyarakat, et al. "AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies Konsep Etika Bermasyarakat Dalam Al-Qur'an: Kajian Tafsir Tematik Terhadap Ayat-Ayat Muamalah." *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies* 8, no. 1 (2025): 1962–86. <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i1.2200>.
- Firth, Joseph, John Torous, José F López- Gil, Jake Linardon, Alyssa Milton, Jeffrey Lambert, Lee Smith, et al. "From 'Online Brains' to 'Online Lives': Understanding the Individualized Impacts of Internet Use Across Psychological, Cognitive and Social Dimensions." *World Psychiatry* 23, no.

- 2 (2024): 176–90. <https://doi.org/10.1002/wps.21188>.
- Gilani, Sayyid M Y, and Tazul Islam. “Qur’anic Prerequisites for Developing Scientific Mind.” *Journal of Islam in Asia (E-Issn 2289-8077)* 8 (2012): 229–53. <https://doi.org/10.31436/jia.v8i0.259>.
- Haroutunian- Gordon, Sophie. “Implications for Educators,” 2009, 152–77. <https://doi.org/10.12987/yale/9780300120004.003.0007>.
- Hartley, Kendall, Bobby Hoffman, and Alberto Andújar. “Smartphones and Learning: Evaluating the Focus of Recent Research.” *European Journal of Investigation in Health Psychology and Education* 13, no. 4 (2023): 748–58. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13040056>.
- Hesová, Zora. “The Notion of Illumination in the Perspective of Ghazali’s Mishkat Al-Anwar.” *Journal of Islamic Thought and Civilization* 02, no. 02 (2012): 65–85. <https://doi.org/10.32350/jitc.22.04>.
- Ibn Kathir, Abu al-Fida’ Isma’il ibn ’Umar. *Tafsir al-Qur’an al-’Azim*. Edited by Sami ibn Muhammad Al-Salamah. 2nd Editio. Riyadh, Saudi Arabia: Dar Taybah for Publishing and Distribution, 1999.
- Kaswa, Arpita, and Rudrani Kolapkar. “Comparing the JOMO (Joy of Missing Out) Experiences Through Age and Gender Perspectives,” 2024. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4399922/v1>.
- Munsoor, Mohamed S, and Hannah S Munsoor. “Well-Being and the Worshipper: A Scientific Perspective of Selected Contemplative Practices in Islam.” *Humanomics* 33, no. 2 (2017): 163–88. <https://doi.org/10.1108/h-08-2016-0056>.
- Nugroho, Kharis, Muhammad Zawil Kiram, and Didik Andriawan. “The Influence of Hermeneutics in Double Movement Theory (Critical Analysis of Fazlurrahman’S Interpretation Methodology).” *QiST: Journal of Quran and Tafseer Studies* 2, no. 3 (August 21, 2023): 275–89. <https://doi.org/10.23917/qist.v2i3.2531>.
- Nuri, Nadia Alisyia, Kharis Nugroho, Yeti Dahliana, Andri Nirwana, and Andri Nirwana An. “AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies Re-Interpretation of Makkiyah Verses to Improve Moral Guidance: A Case Study of Flexing Attitudes in the Review of the Tafsir Kemenag.” *AL-AFKAR: Journal for Islamic Studies* 8, no. 1 (2025). <https://doi.org/10.31943/afkarjournal.v8i1.1702>.
- Pérez-Juárez, María A, David González- Ortega, and Javier M Aguiar-Pérez. “Digital Distractions From the Point of View of Higher Education Students.” *Sustainability* 15, no. 7 (2023): 6044. <https://doi.org/10.3390/su15076044>.
- Qiu, Yufei, Xueyang Zhao, Jiali Liu, Zhaoyang Li, Man Wu, Lixin Qiu, Zhenfang Xiong, Xiaopan Wang, and Fen Yang. “Understanding the Relationship Between Smartphone Distraction, Social Withdrawal, Digital Stress, and

- Depression Among College Students: A Cross-Sectional Study in Wuhan, China.” *Heliyon* 10, no. 15 (2024): e35465. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e35465>.
- Ridwan, Kamaluddin Tajibun. “Peran Etika Media Dalam Mencegah Penyebaran Fitnah Di Era Digital: Tantangan Dan Solusi.” *Jurnal Ilmiah Multidisiplin* 2, no. 1 (2025): 137–53.
- Rivauzi, Ahmad. “Improving Quality Education Based on Quality Management and Character Based Education.” *Jurnal Kawakib* 4, no. 2 (2023): 108–19. <https://doi.org/10.24036/kwkib.v4i2.178>.
- Roberts, Patrick S, Shalini Misra, and Joanne Tang. “Crisis Governance, Emergency Management, and the Digital Revolution,” 2020. <https://doi.org/10.33774/apsa-2020-2vbl6>.
- Rohmah, Qonitatu Zulfatu, Averosian Sophia Al-Madany, Aqdi Rofiq Asnawi, and Mahmud Rif’anuddin. “The Concept of Zuhūd in Surah Al-Kahfi According to Mutawallī Al-Sya’rāwī (Thematic Study).” *Al Karima: Jurnal Studi Ilmu Al-Quran Dan Tafsir* 9, no. 1 (2025): 40–71. <https://doi.org/10.58438/alkarima.v9i1.312>.
- Saifudin, Achmad. “Al-Qur’an, Sains, Dan Teknologi.” *Al Karima: Jurnal Studi Ilmu Al Quran Dan Tafsir* 1, no. 1 (2021): 19. <https://doi.org/10.58438/alkarima.v1i1.32>.
- Shanmugasundaram, Mathura, and Arunkumar Tamilarasu. “The Impact of Digital Technology, Social Media, and Artificial Intelligence on Cognitive Functions: A Review.” *Frontiers in Cognition* 2 (2023). <https://doi.org/10.3389/fcogn.2023.1203077>.
- Yang, Mengge. “Besieged City of Time: Control and Negotiation of Generation Z Youth in Platform Swinging.” *Commicast* 5, no. 3 (2024): 71–84. <https://doi.org/10.12928/commicast.v5i3.12035>.