

ABSTRAK

Tamala, Verlinsti Vania (2026), *Mengeksplorasi Kesejahteraan Digital Guru EFL Generasi Z dalam Menggunakan Alat Berbasis AI untuk Praktik Pengajaran: Sebuah Studi Fenomenologis di Pulau Ambon*. Tesis, Pendidikan Bahasa Inggris, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Tesis ini telah disetujui dan diuji oleh Pembimbing I: Prof. Dra. Luh Putu Artini, M.A., Ph.D. dan Pembimbing II: Dr. Ni Luh Putu Eka Sulistia Dewi, S.Pd., M.Pd. *Kata kunci:* Kecerdasan Buatan (AI), perangkat berbasis AI, kesejahteraan digital, Generasi Z, guru EFL, fenomenologi, fenomenologi transendental.

Integrasi pesat Kecerdasan Buatan (AI) ke dalam pengajaran bahasa Inggris telah mengubah praktik profesional guru sekaligus menciptakan tuntutan digital baru yang dapat memengaruhi kesejahteraan digital mereka. Meskipun penelitian sebelumnya telah mengkaji adopsi AI dan efektivitas instruksional, perhatian yang diberikan terhadap pengalaman nyata guru dalam menjaga kesejahteraan digital saat menggunakan perangkat berbasis AI masih terbatas, khususnya di kalangan guru bahasa Inggris sebagai bahasa asing (EFL) dari Generasi Z di Indonesia. Penelitian ini mengeksplorasi pengalaman nyata terkait kesejahteraan digital guru EFL Generasi Z dalam menggunakan perangkat berbasis AI untuk praktik pengajaran di Ambon, Indonesia. Studi kualitatif ini menggunakan pendekatan fenomenologi transendental Moustakas (1994). Tiga guru EFL Generasi Z dipilih secara purposif. Data dikumpulkan melalui kuesioner terbuka, wawancara semi-terstruktur, dan jurnal reflektif yang disalurkan melalui Google Forms. Data dianalisis menggunakan prosedur fenomenologi transendental Moustakas. Temuan penelitian mengungkapkan empat tema: (1) Memandang Perangkat Berbasis AI sebagai Mitra Pengajaran Profesional, (2) Menegosiasikan Kesejahteraan Digital melalui Otonomi Profesional, (3) Menghadapi Tantangan Profesional dalam Integrasi Perangkat Berbasis AI, dan (4) Mempertahankan Kesejahteraan Digital melalui Praktik Reflektif terhadap Perangkat Berbasis AI. Para partisipan memandang AI sebagai dukungan profesional yang berharga meskipun menghadapi tantangan teknis, pedagogis, etis, dan psikologis. Mereka menjaga kesejahteraan digital melalui evaluasi kritis terhadap hasil keluaran AI, regulasi diri, penilaian profesional, dukungan sosial, dan batasan digital yang sehat. Esensi bersama dari fenomena ini menunjukkan bahwa kesejahteraan digital dialami sebagai bentuk otonomi profesional melalui integrasi AI yang terkendali; kesejahteraan lebih bergantung pada persepsi kendali, pengambilan keputusan yang reflektif, dan penggunaan teknologi yang seimbang daripada sekadar kuantitas penggunaan AI. Temuan ini berkontribusi pada pemahaman mengenai kesejahteraan digital dalam pengajaran EFL berbantuan AI serta memberikan implikasi praktis bagi integrasi AI yang bertanggung jawab dan pengembangan profesional guru.

ABSTRACT

Tamala, Verlinsti Vania (2026), *Exploring the Digital Wellbeing of Generation Z Efl Teachers in Using AI-Based Tools for Teaching Practices: A Phenomenological Inquiry in Ambon Island*. Thesis, English Language Education, Postgraduate Program, Ganesha University of Education

This thesis has been approved and examined by Supervisor I: Prof. Dra. Luh Putu Artini, M.A., Ph.D. and Supervisor II: Dr. Ni Luh Putu Eka Sulistia Dewi, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Artificial Intelligence, AI-based tools, digital wellbeing, Generation Z, EFL teachers, phenomenology, transcendental phenomenology.

The rapid integration of Artificial Intelligence (AI) into English language teaching has transformed teachers' professional practices while creating new digital demands that may influence their digital wellbeing. Although previous studies have examined AI adoption and instructional effectiveness, limited attention has been given to teachers' lived experiences of maintaining digital wellbeing while using AI-based tools, particularly among Generation Z English as a Foreign Language (EFL) teachers in Indonesia. This study explored the lived experiences of Generation Z EFL teachers' digital wellbeing in using AI-based tools for teaching practices in Ambon, Indonesia. This qualitative study employed Moustakas' (1994) transcendental phenomenology. Three Generation Z EFL teachers were purposively selected. Data were collected through open-ended questionnaires, semi-structured interviews, and reflective journals administered via Google Forms. Data were analysed using Moustakas' transcendental phenomenological procedures. The findings revealed four themes: (1) Experiencing AI-Based Tools as a Professional Teaching Partner, (2) Negotiating Digital Wellbeing through Professional Autonomy, (3) Encountering Professional Challenges in AI-Based Tools Integration, and (4) Sustaining Digital Wellbeing through Reflective AI-Based Tools Practices. Participants perceived AI as valuable professional support despite encountering technical, pedagogical, ethical, and psychological challenges. They maintained digital wellbeing through critical evaluation of AI-generated outputs, self-regulation, professional judgement, social support, and healthy digital boundaries. The shared essence of the phenomenon indicated that digital wellbeing was experienced as professional autonomy through controlled AI integration, where wellbeing depended more on perceived control, reflective decision-making, and balanced technology use than on the quantity of AI use. These findings contribute to understanding digital wellbeing in AI-assisted EFL teaching and provide practical implications for responsible AI integration and teacher professional development.