



Dampak Media terhadap Komunikasi Keluarga

Tyara Octaviyana^{1*}, Evi Septiyani², Yara Alma Nadira³, Quina Bilqis⁴, Mia Sri Mulyani⁵, Yani Achdiani⁶, Sara Nurul Fatimah⁷

¹⁻⁷ Fakultas Pendidikan Teknik Dan Industri, Prodi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia.

E-mail: aratyara52@gmail.com^{1*}, eviseptiyani26@gmail.com², yaraalma11@gmail.com³, bqueena09@gmail.com⁴, miasrimulyati93@gmail.com⁵, yaniachdiani@upi.edu⁶, sarahnurulfatimah@upi.edu⁷

Alamat Kampus: Jl Dr. Setiabudhi No. 229 Bandung 40154 Jawa Barat - Indonesia

*Korespondensi penulis: tyaraara52@gmail.com

Abstract. *In an increasingly rapidly developing digital era, the use of digital and social media has brought significant changes to family communication patterns. Media allows family members to stay connected even when geographically separated, but on the other hand, it can lead to negative impacts such as a decline in the quality of face-to-face communication, increased dependence on technology, and a higher risk of family conflicts. The aim of this research is to analyze the influence of media on family communication and to understand the role of parents in managing media use to support harmonious family relationships. The method used is a literature study by collecting data from various scientific journals, books, and relevant articles over the past five years, and then analyzing them descriptively-qualitatively. The findings indicate that wise media usage can strengthen emotional bonds and family communication, while misuse or inability to control media can cause tension and emotional isolation. The implication of this study is the importance of the role of parents in managing media usage and applying effective communication to create a healthy and harmonious family environment.*

Keywords Family Communication, Digital Media, Social Media, Media Management

Abstrak. Dalam era digital yang semakin berkembang pesat, penggunaan media digital dan sosial telah membawa perubahan signifikan dalam pola komunikasi keluarga. Media memungkinkan anggota keluarga untuk tetap terhubung meskipun terpisah secara geografis, namun di sisi lain, dapat menimbulkan dampak negatif seperti menurunnya kualitas komunikasi tatap muka, meningkatkan ketergantungan terhadap teknologi, dan memperbesar risiko konflik keluarga. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh media terhadap komunikasi keluarga dan mengetahui peran orang tua dalam mengelola penggunaan media agar mendukung hubungan keluarga yang harmonis. Metode yang digunakan adalah studi literatur dengan pengumpulan data dari berbagai jurnal ilmiah, buku, dan artikel relevan selama lima tahun terakhir, kemudian dianalisis secara deskriptif-kualitatif. Temuan menunjukkan bahwa penggunaan media secara bijak dapat memperkuat ikatan emosional dan komunikasi keluarga, sementara penyalahgunaan atau ketidakmampuan mengontrol media dapat menimbulkan ketegangan dan isolasi emosional. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya peran orang tua dalam mengelola penggunaan media dan menerapkan komunikasi yang efektif untuk menciptakan lingkungan keluarga yang sehat dan harmonis.

Kata kunci: Komunikasi Keluarga, Media Digital, Media Sosial, Pengelolaan Media

1. LATAR BELAKANG

Keluarga merupakan kelompok sosial terkecil yang terdiri dari ibu, ayah dan anak yang memiliki ikatan perkawinan atau ikatan darah. Keluarga merupakan media sosialisasi pertama bagi seorang anak untuk mulai mengenal nilai, norma, dan kepribadiannya. Dalam hal ini, orang tua memiliki peran penting dalam mendidik, membimbing, dan membentuk perilaku sosial anak melalui komunikasi yang baik. Interaksi yang dilakukan sehari-hari menjadikan

keluarga sebagai media utama dalam pembentukan karakter, proses sosialisasi, dan pendidikan anak sebelum ia mengenal lingkungan yang lebih luas, seperti masyarakat, sekolah, dan lainnya.

Komunikasi dalam keluarga memiliki peran penting dalam membangun hubungan keluarga yang kuat dan harmonis. Komunikasi yang terjalin dengan baik akan mengembangkan ikatan emosional sehingga membuat Anggota keluarga saling percaya. Penerapan komunikasi yang terbuka dapat bermanfaat ketika menyelesaikan konflik dalam keluarga karena masalah akan terpecahkan secara konstruktif, sehingga dapat menghindari ketegangan yang berkepanjangan. Maka dari itu, komunikasi merupakan kunci dan fondasi yang mendukung kesejahteraan, ketahanan, dan keharmonisan keluarga (Suryani et al., 2025).

Seiring dengan berkembangnya zaman dan kemajuan teknologi yang pesat, media komunikasi keluarga juga mengalami perubahan yang signifikan. Penggunaan media seperti aplikasi pengirim pesan, media sosial, dan platform digital lainnya telah mengubah pola komunikasi dalam keluarga (Suryani et al., 2025). Kehadiran media memungkinkan anggota keluarga tetap saling terhubung meskipun terpisah secara jarak geografis (Kusaini, 2024). Teknologi komunikasi seperti media yang sering kita gunakan saat ini tidak hanya berguna untuk meningkatkan efisiensi dan kecepatan dalam berkomunikasi dan interaksi, tetapi juga membentuk kita dalam membangun hubungan, berbagi pengalaman, dan memiliki peran sebagai partisipasi dalam masyarakat global (Suryani et al., 2025).

Tidak hanya dampak positif yang bisa kita rasakan, dampak negatif dari perkembangan teknologi informasi dan komunikasi juga dapat mengakibatkan tantangan baru baru dalam keluarga, seperti berubahnya intensitas interaksi tatap muka, frekuensi, dan dinamika komunikasi dalam keluarga tersebut (Chatlina et al., 2024). Selain itu, media sosial juga dapat mengurangi komunikasi yang terjadi secara langsung sehingga dapat menimbulkan jarak emosional dengan keluarga dan lingkungan sekitarnya (Rahayu et al., 2019). Penggunaan media secara berlebih juga dapat mengakibatkan risiko kecanduan teknologi dan berpengaruh pada kesehatan mental anggota keluarga (Suryani et al., 2025).

Penelitian yang dilakukan oleh (Kusaini, 2024) menunjukkan bahwa penggunaan media dalam keluarga memiliki dampak yang beragam, mulai dari peningkatan koneksi dengan kerabat yang jauh hingga munculnya ketergantungan dan gangguan dalam interaksi langsung. Studi tersebut menunjukkan pentingnya pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan antara media dan pola komunikasi keluarga. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk menjelaskan lebih mendalam mengenai hubungan antar media dan komunikasi dalam keluarga.

2. KAJIAN TEORITIS

Pengertian keluarga

Keluarga berasal dari Bahasa Sansekerta yaitu kula dan warga yang jika disatukan menjadi kulawarga yang artinya anggota atau kelompok kerabat (Adi La, 2022). Keluarga adalah unit sosial terkecil di masyarakat, yang terdiri dari dua atau lebih orang yang hidup bersama dan terikat oleh pra-adopsi atau adopsi. Dalam konteks sosial, keluarga adalah kelompok utama yang memiliki interaksi intim antara anggota, berbagi peran, mempertahankan dan mempertahankan budaya bersama keluarga juga dianggap sebagai lembaga sosial mendasar, yang merupakan dasar utama dari pembangunan individu dan sosial (Syukur et al., 2023).

Menurut Undang -Undang No. 52 tahun 2009, sebuah keluarga didefinisikan sebagai unit terkecil dalam komunitas yang terdiri dari suami dan istri atau suami, istri dan anak -anak atau ayah dan anak -anak. Selain itu, para ahli seperti Friedman dan Duval & Logan menekankan bahwa keluarga bukan hanya kelompok individu, tetapi lembaga yang bertujuan untuk menciptakan budaya dan meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Keluarga juga memiliki fungsi penting untuk memenuhi kebutuhan emosional, melindungi perlindungan dan menyatukan generasi berikutnya (Ramdani et al., 2023).

Secara umum, keluarga bertindak sebagai lingkungan pertama di mana seseorang berkembang baik secara fisik maupun sosial. Hubungan yang ada dalam keluarga didasarkan pada cinta, tanggung jawab dan kewajiban antara anggota. Oleh karena itu, keluarga tidak hanya hidup bersama, mereka juga merupakan wadah utama untuk karakter, pendidikan, dan pembentukan sumur anggota dalam kehidupan sosial (Yulianti & Astuti, 2023).

Pengertian Media

Media adalah istilah yang berasal dari kata Latin "*medius*" dan berarti "pusat", "mediator" atau "pengantar". Dalam konteks komunikasi dan pendidikan, media didefinisikan sebagai segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan atau informasi dari sumber ke penerima pesan, baik dalam bentuk alat, materi, atau teknologi tertentu. Media dapat dimanipulasi dalam bentuk objek yang dapat dibaca, dibaca, dibaca dan dibahas untuk mendukung proses pengiriman pesan secara efektif (Fadilah et al., 2023).

Media memainkan peran penting sebagai sarana kejelasan dalam penyajian berita dan informasi sehingga proses pembelajaran lebih halus dan hasil pembelajaran meningkat. Media juga dapat merangsang pikiran, emosi, dan perhatian siswa dan meningkatkan motivasi belajar dengan memberikan pengalaman konkret dan interaktif (Nurfadhillah, 2021).

Secara umum, media dapat berupa alat sederhana seperti foto, diagram, objek nyata, dan alat yang lebih kompleks seperti film, video, komputer, dan lainnya. Saat belajar, media bertindak tidak hanya sebagai mediator berita tetapi juga sebagai komponen yang dapat menciptakan kondisi belajar yang bermanfaat, memungkinkan siswa untuk mempertahankan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang mereka harapkan. Oleh karena itu, pemilihan dan penggunaan media yang tepat sangat penting untuk secara efektif mencapai tujuan pembelajaran (Hasan et al., 2021).

Pola komunikasi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pola adalah bentuk atau sitem. Komunikasi merupakan cara orang berinteraksi dan bertukar informasi untuk mencapai tujuan bersama, dan mengenal satu sama lain. Pola komunikasi merupakan cara yang digunakan oleh individu atau kelompok dalam proses penyampaian pesan dari komunikator (pemberi pesan) kepada komunikan (penerima pesan), yang menghasilkan umpan balik sebagai bagian dari komunikasi (Sofiawati et al., 2024).

Pola komunikasi yang banyak digunakan, yaitu pola komunikasi primer, sekunder, linier, dan sirkular (Bangko et al., 2021):

a. Pola komunikasi primer

Pola komunikasi ini terjadi saat seorang komunikator menyampaikan pikirannya kepada komunikan menggunakan symbol-simbol yang digunakan sebagai media. terdapat dua symbol yang digunakan, yaitu simbol verbal (bahasa) dan symbol nonverbal (gerak tubuh dan gambar).

b. Pola komunikasi sekunder

Pola komunikasi ini terjadi ketika komunikator menggunakan alat bantu atau teknologi sebagai alat kedua, setelah symbol verbal atau nonverbal. Contohnya seperti televisi, radio atau internet.

c. Pola komunikasi linier

Pola komunikasi ini biasanya terjadi secara langsung seperti tatap muka, namun juga bisa melalui media. pola komunikasi ini menggambarkan komunikasi yang berjalan dengan satu arah, seperti garis lurus antara komunikator kepada komunikan.

d. Pola komunikasi sirkular

Pola ini melibatkan proses umpan balik dari komunikator kepada komunikan, sehingga komunikasi berlangsung secara dua arah. Pola komunikasi sirkular biasanya disertai pembentukan jaringan komunikasi, yaitu pengaturan siapa berbicara kepada siapa, agar komunikasi berjalan dengan lancar.

Kemajuan teknologi, khususnya media digital dan sosioal, telah mengubah pola komunikasi tradisional menjadi lebih fleksibel dan terbuka. Pola komunikasi saat ini dipengaruhi oleh perkembangan teknologi digital yang memperluas jaringan komunikasi dan memungkinkan interaksi yang lebih dinamis, baik dalam konteks personal, kelompok, maupun organisasi. Namun, dengan adanya perubahan pola komunikasi menuntut kita untuk beradaptasi dengan tantangan baru, seperti perlunya menjaga keaslian pesan dan mengelola risiko privasi dalam komunikasi digital (Tika Dewi Amelia & Rania Balqis, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Penulisan artikel ini menggunakan metode studi literatur atau yang sering dikenal sebagai studi kepustakaan sebagai teknik utama dalam mencari dan mengumpulkan data dan informasi. Studi ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi dan menganalisis berbagai sumber yang relevan dan terpercaya, seperti jurnal ilmiah, buku referensi, artikel, dan web.

Proses pengumpulan data dilakukan mulai dari pemilihan sumber pustaka yang relevan. Selanjutnya peneliti melakukan penelusuran sumber yang dilakukan dengan menggunakan kata kunci yang sesuai dengan penelitian. Setelah sumber ditemukan, tahap berikutnya yaitu membaca dengan cermat dan mencatat informasi penting yang mendukung pemahaman mengenai fenomena yang sedang dikaji.

Data yang diperoleh dari berbagai sumber pustaka kemudian di analisis secara deskriptif-kualitatif. Analisis dilakukan dengan cara mengorganisasikan, mengkategorikan, dan menginterpretasikan isi literatur untuk menemukan pola, tema dan hubungan yang relevan dengan judul yang dibawakan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh Penggunaan Media Baru Terhadap Pola Komunikasi Keluarga

Penggunaan media baru, khususnya media sosial dan teknologi komunikasi digital telah mengubah pola komunikasi keluarga secara signifikan. Anggota keluarga dapat berkomunikasi dan terhubung kapan saja menggunakan media baru, seperti aplikasi pesan instan, video call, dan lainnya. Manfaat dari perkembangan pada media yaitu dapat memberikan kemudahan untuk berkomunikasi secara langsung meskipun terpisah jarak antar penerima dan pemberi pesan (Liedfray et al., 2022). Dengan adanya media baru, setiap anggota keluarga dapat berkomunikasi tanpa ada batas, karena dapat dilakukan kapan saja, dan dimana saja tanpa mengurangi esensi pertukaran komunikasi yang sedang dilakukan.

Dengan adanya media baru pola komunikasi akan berubah karena anggota keluarga dapat saling berkomunikasi meskipun memiliki letak geografis yang berbeda (Kusaini, 2024). Selain itu, media sosial dapat meningkatkan komunikasi antar anggota keluarga, terutama dalam menjaga hubungan dengan anggota keluarga yang berjauhan. Namun, selain adanya kemudahan yang dapat dirasakan, perkembangan ini juga membawa tantangan baru terhadap kualitas komunikasi dalam keluarga. Media baru membuat perubahan pada proses komunikasi, seperti berubahnya komunikasi interpersonal, komunikasi kelompok, bahkan komunikasi massa.

Penurunan kualitas komunikasi interpersonal dengan keluarga kerap kali dialami oleh remaja yang menghabiskan waktunya dengan media sosial karena mereka mengalami kecanduan (Rafiq, 2020). Selain itu, yang sering kali kita rasakan adalah anggota keluarga sering kali memilih menghabiskan waktu di dunia maya atau menggunakan media ketimbang berinteraksi dan berkomunikasi langsung di rumah. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun konektivitas meningkat, namun kedekatan emosional dalam keluarga justru dapat menurun. Interaksi tatap muka dalam keluarga kini banyak digantikan oleh komunikasi lewat media berbasis teknologi, hal tersebut menciptakan budaya virtual yang membuat anggota keluarga hidup dalam kesendirian meski berada di tengah keramaian lingkungannya (Koem, 2024).

Studi yang diteliti oleh (Koem, 2024) menunjukkan bahwa keluarga yang aktif menggunakan media digital mengalami penurunan interaksi tatap muka, dan cenderung hidup dalam pola lebih individualistik. Konflik lain dalam keluarga juga dapat bersumber dari media sosial, misalnya pesan pada teks yang ambigu atau unggahan yang memicu kecemburuan yang dapat memunculkan kesalahpahaman antar anggota keluarga. Media sosial dapat menjadi salah

satu pemicu adanya kesalahpahaman dan pengabaian dalam hubungan keluarga, sehingga dapat merusak keharmonisan keluarga (Rohman, 2024).

Fenomena ini menegaskan perlunya kesadaran bersama dalam keluarga untuk menyeimbangkan pemanfaatan media teknologi informasi agar dapat menjaga keharmonisan dan keintiman keluarga. Selain itu, pentingnya menerapkan kebijakan komunikasi yang seimbang dan menetapkan batasan waktu dalam menggunakan media merupakan salah satu upaya untuk mendukung komunikasi yang positif dan mempererat hubungan antar anggota keluarga.

Tantangan Dan Adaptasi Dalam Lingkungan Media Baru Dalam Keluarga

Penggunaan media digital yang intensif mendorong penurunan kualitas interaksi tatap muka, gangguan dalam pola komunikasi emosional, serta ketergantungan yang tinggi terhadap perangkat teknologi. Selain itu, kesenjangan generasi dalam penguasaan teknologi memperlebar jarak emosional antara orang tua dan anak, sementara paparan media sosial berlebihan meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental.

Transformasi digital juga membawa perubahan dalam pola kerja dan struktur ekonomi keluarga, serta memperjelas ketidaksetaraan akses terhadap teknologi. Kondisi ini menuntut keluarga untuk mengembangkan strategi adaptif demi menjaga keharmonisan dan kesejahteraan di tengah arus digitalisasi yang semakin inten (Suryani et al., 2025). Memahami berbagai tantangan ini menjadi penting sebagai langkah awal untuk merumuskan strategi adaptasi yang efektif dalam menjaga keharmonisan dan kesejahteraan keluarga di era digital.

1. Perubahan Pola Komunikasi

Dalam lingkungan media keluarga yang baru, pola komunikasi antaranggota keluarga mengalami perubahan mendasar. Interaksi yang sebelumnya didominasi oleh percakapan tatap muka kini banyak dimediasi oleh penggunaan perangkat digital. Perubahan ini berdampak pada menurunnya kualitas komunikasi interpersonal, memperbesar kecenderungan perilaku individualistik, serta mengurangi kehangatan emosional di antara anggota keluarga, yang pada akhirnya dapat mengancam kohesi keluarga secara keseluruhan (Agustina, 2023).

2. Ketergantungan pada Teknologi

Pemanfaatan media digital yang berlebihan di dalam keluarga menyebabkan ketidakseimbangan antara aktivitas daring (online) dan luring (offline). Anak-anak dan orang dewasa dalam keluarga cenderung lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar daripada berpartisipasi dalam kegiatan fisik, belajar secara langsung, atau

berinteraksi sosial secara tatap muka. Akibatnya, kualitas hubungan antaranggota keluarga menurun dan terjadi disrupsi dalam pembentukan keterampilan sosial yang sehat (Suryani et al., 2025).

3. Peran Orang Tua yang Berubah

Di era digital ini, fungsi orang tua sebagai sumber utama informasi dan pengetahuan mulai mengalami pergeseran. Anak-anak kini lebih mudah mengakses berbagai informasi melalui internet tanpa perlu bergantung pada orang tua, yang mengakibatkan berkurangnya otoritas orang tua dan, dalam beberapa kasus, menumbuhkan rasa superioritas anak terhadap orang tua. Kondisi ini dapat melemahkan relasi hierarkis tradisional dalam struktur keluarga (Suryani et al., 2025).

4. Ancaman Keamanan dan Paparan Konten Negatif

Lingkungan media digital membawa risiko baru berupa paparan terhadap konten yang tidak sesuai dengan usia, seperti kekerasan, pornografi, dan ideologi ekstrem. Ketidakmampuan orang tua dalam melakukan pengawasan yang memadai atas konsumsi media digital anak-anak meningkatkan kerentanan mereka terhadap dampak negatif tersebut. Oleh karena itu, keterlibatan aktif orang tua dalam mengawasi, mendampingi, dan mengedukasi anak-anak terkait penggunaan media digital menjadi sangat penting (Suryani et al., 2025).

5. Ketegangan Antar Generasi

Perbedaan generasi dalam memahami, menggunakan, dan memandang teknologi digital seringkali memunculkan ketegangan dan konflik dalam keluarga. Orang tua yang kurang menguasai teknologi cenderung merasa khawatir atau cemas terhadap penggunaan media oleh anak-anak, sedangkan anak-anak merasa kurang dipahami, yang kemudian menimbulkan ketidakselarasan komunikasi dan perbedaan nilai dalam keluarga (Sunyoto et al., 2024).

Dalam upaya mempertahankan keharmonisan keluarga di tengah dinamika perubahan yang berlangsung dengan cepat akibat perkembangan lingkungan media digital, diperlukan berbagai bentuk adaptasi strategis yang dirancang secara sistematis. Adaptasi ini mencakup upaya sadar untuk menyesuaikan pola komunikasi, memperkuat keterampilan literasi digital, serta membangun kesepahaman nilai dan norma baru di antara anggota keluarga guna memastikan terciptanya hubungan yang tetap harmonis, suportif, dan resilien terhadap tantangan zaman.

1. Membangun Komunikasi Terbuka

Keluarga perlu mengembangkan budaya komunikasi terbuka yang memungkinkan setiap anggota keluarga berdiskusi secara jujur mengenai nilai-nilai, aturan, dan harapan terkait penggunaan teknologi digital. Melalui diskusi yang bersifat dialogis ini, keluarga dapat membangun pemahaman bersama, mengurangi potensi konflik, serta memperkuat ikatan emosional antaranggota keluarga (Sunyoto et al., 2024)

2. Penetapan Batasan Waktu Layar

Orang tua perlu menetapkan regulasi terkait durasi penggunaan perangkat digital dalam kehidupan sehari-hari keluarga. Pembatasan waktu layar ini perlu disertai dengan penyediaan alternatif kegiatan non-digital yang menarik, seperti aktivitas olahraga, kegiatan seni, ataupun permainan interaktif, guna mendorong keseimbangan antara dunia digital dan pengalaman sosial nyata (Septia, 2023).

3. Pengawasan dan Pendampingan Orang Tua

Orang tua diharapkan dapat memainkan peran ganda sebagai pengawas (*gatekeeper*) dan panutan (*role model*) dalam penggunaan media digital. Pendampingan aktif, diiringi dengan edukasi tentang potensi bahaya di dunia maya, sangat penting untuk menanamkan pola perilaku digital yang sehat pada anak-anak serta memperkuat literasi media di dalam keluarga (Septia, 2023)

4. Mengembangkan Keterampilan Baru

Menghadapi realitas digital yang terus berkembang, anggota keluarga, baik orang tua maupun anak, perlu membekali diri dengan keterampilan baru yang relevan, seperti literasi digital, keamanan siber, dan kemampuan adaptasi teknologi. Upaya ini bertujuan untuk memastikan bahwa keluarga mampu tetap produktif, adaptif, dan resilien dalam menghadapi tantangan globalisasi digital

5. Menerapkan Pola Adaptasi Sosial

Adaptasi terhadap lingkungan media baru dapat diperkuat dengan mengembangkan keterbukaan terhadap perubahan, meningkatkan interaksi aktif antaranggota keluarga, menghilangkan prasangka negatif terhadap penggunaan teknologi, serta membangun motivasi untuk terus belajar dan menyesuaikan diri dengan dinamika baru, termasuk dalam konteks penggunaan media digital

Perbedaan Penggunaan Media dalam Keluarga Sehat dan Keluarga Disfungsional

Dalam era digital yang semakin maju, penggunaan media sudah menjadi bagian yang tidak dapat terpisahkan dari kehidupan, termasuk dalam kehidupan keluarga sehat maupun keluarga disfungsional. Keluarga yang sehat adalah keluarga yang anggotanya memiliki kondisi fisik, mental dan sosial yang baik. Keluarga sehat dapat dilihat melalui ciri yang meliputi komunikasi yang terbuka dan jujur, saling mendukung antar anggota keluarga, saling menghargai serta mampu menyelesaikan konflik secara konstruktif.

Keluarga disfungsional merupakan keluarga yang mengalami gangguan fungsi dan peran anggota keluarga sehingga menimbulkan ketidakharmonisan dan masalah dalam hubungan antar anggota keluarga. Berdasarkan hal tersebut, perbedaan utama keluarga sehat dan disfungsional adalah cara atau kemampuan mereka dalam berkomunikasi, dan mengelola konflik serta stersnya.

Keluarga yang sehat memanfaatkan media sosial secara bijak untuk mendukung komunikasi dan memperkuat hubungan antar anggota keluarga lainnya. Selain itu, keluarga sehat menggunakan media sebagai sarana edukatif dan rekreatif yang dapat mempererat hubungan antar anggota keluarga, dan selalu memberikan pengawasan aktif serta komunikasi terbuka yang mendorong perkembangan sosial dan moral anak.

Orang tua memiliki peran sebagai fasilitator dan pengawas yang memastikan konten media sesuai dengan nilai-nilai keluarga yang sudah ditanamkan, agar dapat meminimalisir hal yang tidak diinginkan terjadi. Konflik dapat diminimalisir jika suatu keluarga menetapkan aturan yang jelas mengenai penggunaan media (Rohman, 2024). Contohnya, orang tua memberikan aturan tegas pada anak atau bahkan orang tua dan anak dapat menggunakan grup WhatsApp keluarga untuk memberi kabar, mengatur jadwal, atau bahkan hanya sekedar berbagi momen sehari-hari.

Bagi keluarga disfungsional, media sosial justru dapat menjadi pemicu konflik dan isolasi atau bahkan menjadikan media sebagai pelarian dari konflik dan ketegangan emosional. Penggunaan media yang tidak terkontrol akan berdampak negatif pada kesejahteraan keluarga, terutama ketika komunikasi keluarga tidak berjalan dengan baik (Guo et al., 2019). Tanpa pengawasan yang baik, anggota keluarga atau bahkan anak dapat mengisolasi dirinya, menggunakan media yang tidak bijak, melihat konten yang tidak sehat, bahkan mengurangnya kualitas komunikasi antar anggota keluarga.

Pola komunikasi keluarga disfungsional cenderung tertutup, minimnya timbal balik yang positif, dan sering terjadi miskomunikasi. Ketergantungan pada media juga dapat

menyebabkan kurangnya perhatian terhadap kebutuhan emosional anggota keluarga yang menyebabkan lemahnya keintiman dan menimbulkan perasaan terisolasi.

Oleh karena itu, media dalam keluarga bisa berfungsi secara positif atau negatif, tergantung pada bagaimana hubungan antar anggota keluarga dibangun dan pola pengasuhan yang diterapkan. Untuk menciptakan lingkungan keluarga yang sehat dan mampu menunjang perkembangan anak serta anggota keluarga lainnya secara maksimal, diperlukan pemahaman yang menyeluruh serta keterlibatan aktif keluarga dalam mengatur dan mengarahkan penggunaan media sosial secara bijak.

Interaksi digital dan keterhubungan emosional keluarga

Di era globalisasi yang didorong oleh kemajuan teknologi digital, interaksi sosial mengalami transformasi fundamental. Batas geografis dan temporal kian memudar, digantikan oleh jaringan komunikasi virtual yang memungkinkan individu terhubung secara instan dan luas. Fenomena ini, yang dikenal sebagai interaksi digital, merujuk pada proses komunikasi dan pembentukan hubungan sosial melalui media digital seperti media sosial, aplikasi pesan, dan platform daring lainnya. Interaksi digital telah merevolusi cara individu berkomunikasi, berbagi informasi, dan membangun komunitas, khususnya di kalangan remaja yang tumbuh besar di era internet. (Ramadhani, dkk, 2025)

Sebelum adanya perkembangan teknologi, interaksi sosial terbatas pada tatap muka langsung, percakapan telepon, dan surat-menyurat. Namun, dengan adanya perkembangan dan munculnya internet dan perangkat seluler, interaksi sosial kini melampaui batasan fisik. Media sosial seperti Instagram, Twitter, dan TikTok telah menjadi platform utama bagi remaja untuk berbagi pengalaman, mengekspresikan diri, dan berinteraksi dengan keluarga. Aplikasi pesan instan seperti *WhatsApp* dan *Line* memfasilitasi komunikasi cepat dan berkelanjutan, memungkinkan remaja untuk tetap terhubung dengan teman dan keluarga di mana pun mereka berada. Platform daring lainnya, seperti forum daring dan komunitas game, juga menyediakan wadah bagi remaja untuk terhubung dengan individu yang memiliki minat yang sama.

Perkembangan teknologi komunikasi, termasuk video call, pesan instan, media sosial, serta berbagai aplikasi digital lainnya, telah membawa perubahan yang sangat signifikan terhadap pola komunikasi dalam keluarga modern. Pemanfaatan teknologi ini memungkinkan anggota keluarga untuk berinteraksi dengan frekuensi yang lebih tinggi dan cara yang lebih mudah, terutama dalam situasi di mana mereka terpisah oleh jarak geografis yang jauh. Sebagai contoh, penggunaan video call memberikan kesempatan bagi anggota keluarga yang tinggal di lokasi berbeda untuk tetap berbagi pengalaman, menyampaikan kabar, serta merayakan

momen-momen penting secara real-time, sehingga tidak hanya meningkatkan intensitas komunikasi, tetapi juga memperkuat rasa kebersamaan dan keterikatan emosional di antara mereka, meskipun secara fisik berjauhan. Fenomena ini menunjukkan bagaimana inovasi digital mampu menjembatani keterbatasan ruang dan waktu dalam hubungan keluarga di era kontemporer. (Suryani, dkk, 2025)

Keterhubungan emosional dalam keluarga dapat mengalami peningkatan apabila interaksi digital dimanfaatkan secara bijaksana sebagai sarana komunikasi yang mendukung terciptanya kehangatan, perhatian, dan dukungan emosional di antara anggota keluarga. Melalui berbagai platform digital, seperti pesan instan, panggilan video, maupun media sosial, anggota keluarga memiliki kesempatan untuk saling berbagi perasaan, memberikan dukungan moral, serta mempertahankan keintiman emosional, terutama ketika terhalang oleh kesibukan aktivitas harian atau keterpisahan jarak geografis. Dalam konteks ini, teknologi berperan penting dalam menjembatani kebutuhan emosional yang sebelumnya hanya dapat dipenuhi melalui interaksi fisik langsung. (Suryani, dkk, 2025)

Penggunaan teknologi secara berlebihan justru dapat berdampak negatif terhadap kualitas hubungan interpersonal dalam keluarga. Ketergantungan yang tinggi pada perangkat digital berpotensi mengurangi intensitas interaksi tatap muka, yang sebenarnya merupakan elemen penting dalam membangun kedekatan emosional yang lebih dalam. Selain itu, kebiasaan menggunakan perangkat digital secara terus-menerus juga dapat mengurangi waktu berkualitas yang seharusnya digunakan untuk beraktivitas bersama secara fisik, sehingga memperlemah ikatan emosional antar anggota keluarga. (Nursida, dkk, 2025)

Interaksi digital yang tidak seimbang berisiko menimbulkan ketegangan dan konflik dalam keluarga, terutama apabila komunikasi yang terjadi menjadi terlalu formal, minim ekspresi emosional, atau terbatas hanya pada pertukaran informasi singkat. Perbedaan cara, frekuensi, dan tujuan penggunaan teknologi antara generasi yang lebih tua dan generasi muda juga memperbesar kesenjangan komunikasi, yang pada akhirnya dapat menghambat terciptanya hubungan keluarga yang harmonis dan saling mendukung. Oleh karena itu, diperlukan kesadaran dan upaya aktif dari seluruh anggota keluarga untuk menjaga keseimbangan antara interaksi digital dan komunikasi tatap muka demi mempertahankan kehangatan hubungan emosional dalam keluarga (Rohman, 2024).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penggunaan media digital yang berlebihan berpotensi merusak pola komunikasi interpersonal, ikatan emosional, dan ketergantungan teknologi. Meskipun media digital dapat memudahkan konektivitas dan memperluas jaringan komunikasi, tantangan utama yang dihadapi adalah potensi tergesernya interaksi dan komunikasi tatap muka, munculnya konflik yang disebabkan oleh salah paham di media sosial, dan hilangnya kontrol orang tua terhadap anaknya. Hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya menerapkan komunikasi terbuka dan batasan waktu layar sebagai upaya mitigasi. Peningkatan literasi digital dan peran aktif orang tua dalam mendampingi serta menjadi teladan sangat disarankan untuk menjaga keharmonisan dan kesehatan mental keluarga di era digital. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur yang belum mengkaji aspek situasi dan budaya keluarga secara empiris, sehingga rekomendasi untuk penelitian selanjutnya adalah melakukan studi lapangan yang lebih mendalam untuk menguji efektivitas strategi komunikasi dan pengelolaan teknologi dalam berbagai konteks keluarga. Dengan demikian, diharapkan keluarga dapat menggunakan teknologi secara proposional untuk membantu prosedur mereka.

DAFTAR REFERENSI

- Adi La. (2022). Pendidikan keluarga dalam perpektif islam. *Jurnal Pendidikan Ar-Rashid*, 7(1), 1–9. <http://www2.irib.ir/worldservice/melayu>
- Agustina, A. P. (2023). Perubahan Pola Komunikasi Keluarga di Era Digital. *Global Komunika*, 6(2), 73–80.
- Bangko, S., Setiawati, M., & Sriganda, M. L. D. R. (2021). Pola Komunikasi Kelompok dalam Mempertahankan Eksistensi Group Band Element. *Gandiwa Jurnal Komunikasi*, 1(1), 44–54.
- Chatlina, C. B., Mulyana, A., & Amalia, M. (2024). Pengaruh Perkembangan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Terhadap Kualitas Hubungan Sosial Dalam Keluarga. *KOMUNITAS: Jurnal Ilmu Sosiologi*, 7(1), 19–38.
- Fadilah, A., Nurzakiyah, K. R., Kanya, N. A., Hidayat, S. P., & Setiawan, U. (2023). Pengertian media, tujuan, fungsi, manfaat dan urgensi media pembelajaran. *Journal of Student Research*, 1(2), 1–17.
- Guo, N., Wang, M. P., Luk, T. T., Ho, S. Y., Fong, D. Y. T., Chan, S. S., & Lam, T. H. (2019). The association of problematic smartphone use with family well-being mediated by family communication in Chinese adults: A population-based study. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(3), 412–419.
- Hasan, M., Milawati, M., Darodjat, D., Harahap, T. K., Tahrim, T., Anwari, A. M., Rahmat, A., Masdiana, M., & Indra, I. (2021). *Media pembelajaran*. Tahta media group.
- Koem, S. (2024). Perubahan Media Komunikasi Dalam Pola Komunikasi Keluarga di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Mosikolah*, 4(1), 170–181.

- Kusaini, U. N. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Hubungan dan Interaksi Antar Keluarga. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 2(1), 1–13. <https://edujavare.com/index.php/Aafiyah/issue/archive>
- Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Peran Media Sosial Dalam Mempererat Interaksi Antar Keluarga Di Desa Esandom Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Tombatu Timur Kabupaten Minasa Tenggara. *Jurnal Ilmiah Society*, 2(1), 2. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/jurnalilmiahsociety/article/download/38118/34843/81259>
- Nurfadhillah, S. (2021). *MEDIA PEMBELAJARAN Pengertian Media Pembelajaran, Landasan, Fungsi, Manfaat, Jenis-Jenis Media Pembelajaran, dan Cara Penggunaan Kedudukan Media Pembelajaran*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Rafiq, A. (2020). Dampak media sosial terhadap perubahan sosial suatu masyarakat. *Global Komunika: Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik*, 3(1), 18–29.
- Rahayu, F. S., Kristiani, L., & Wersemetawar, S. F. (2019). Dampak Media Sosial terhadap Perilaku Sosial Remaja di Kabupaten Sleman, Yogyakarta. *Prosiding SEMNAS INOTEK (Seminar Nasional Inovasi Teknologi)*, 3(1), 39–46.
- Ramdani, C., Miftahudin, U., & Latif, A. (2023). Peran Keluarga Dalam Pendidikan Karakter. *Banun: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(2), 12–20.
- Rohman, M. (2024). Dinamika Konflik Keluarga Era Digital: Pengaruh Media Sosial terhadap Hubungan Keluarga. *MASADIR: Jurnal Hukum Islam*, 4(02), 911–929.
- Septia, L. C. (2023). Perubahan Pola Hubungan dan Pengasuhan Dalam Keluarga di Era Digital. *Prosiding Seminar Nasional*, 335–340.
- Sofiawati, S., Pratiwi, W. D., & Pranawukir, I. (2024). Pola Komunikasi Kelompok Komunitas Spartan Komando (Sparko) Jakarta Dalam Mempertahankan Eksistensinya. *DIALEKTIKA KOMUNIKA: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Pembangunan Daerah*, 11(2), 168–180. <https://doi.org/10.33592/dk.v11i2.4306>
- Sunyoto, D., Wahyuningsih, A., & Kalijaga, M. A. (2024). Manajemen Komunikasi Keluarga di Era Teknologi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(2), 21034–21043.
- Suryani, I., Fatih, P. A., Salsa, N. H., Rizqiah, N., Rahmadani, S., Sari, V., & Hakiki, M. (2025). Dampak Teknologi Komunikasi Terhadap Komunikasi Keluarga. *AL-MIKRAJ Jurnal Studi Islam Dan Humaniora (E-ISSN 2745-4584)*, 5(2), 900–913.
- Syukur, T. A., Al Haddar, G., Fahmi, A. I., Risan, R., Siswantara, Y., Setya, D. N., Zaenurrosyid, A., & Maq, M. M. (2023). *Pendidikan Anak Dalam Keluarga*. Pt Global Eksekutif Teknologi.
- Tika Dewi Amelia, L., & Rania Balqis, N. (2023). Changes in Communication Patterns in the Digital Age. *ARRUS Journal of Social Sciences and Humanities*, 3(4), 544–556. <https://doi.org/10.35877/soshum1992>
- Yulianti, Y., & Astuti, M. T. (2023). Komunikasi keluarga sebagai sarana keharmonisan keluarga. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 3(2), 4609–4617.