LENTERA JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT
Vol. 3(1), Januari, 2025
ISSN: 2988-5426 (Online)

Perubahan Pola Komunikasi Keluarga di Era Digital: Antara Keterhubungan dan Keterasingan

Ika Rahayu [a*], Indira Oralas [a], Alfira Latifah [a]
[a]President University
[*]Ika.rahayu@student.president.ac.id

Abstrak – Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola komunikasi dalam keluarga secara signifikan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara sistematis perubahan komunikasi keluarga di era digital dengan fokus pada dua dimensi utama: keterhubungan dan keterasingan emosional. Kajian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) berdasarkan pedoman PRISMA. Proses seleksi dilakukan terhadap 72 artikel awal yang ditemukan melalui Google Scholar, dengan menerapkan kriteria inklusi tertentu. Setelah proses seleksi dan penelaahan penuh, 10 artikel ilmiah yang diterbitkan pada tahun 2023–2025 dianalisis lebih lanjut. Hasil sintesis menunjukkan lima temuan utama: (1) pergeseran komunikasi keluarga dari interaksi tatap muka ke komunikasi digital berbasis aplikasi dan media sosial; (2) media digital berperan ganda sebagai jembatan keterhubungan sekaligus potensi penyebab keterasingan emosional; (3) peran orang tua sebagai mediator sangat krusial dalam membentuk kualitas komunikasi keluarga digital; (4) kehadiran emosional lebih berdampak daripada sekadar frekuensi komunikasi daring; dan (5) perlunya strategi komunikasi keluarga yang sehat, reflektif, dan adaptif untuk menjaga keharmonisan dalam lingkungan digital. Tinjauan ini juga mengungkap dominasi pendekatan kualitatif dalam studi sebelumnya dan merekomendasikan pengembangan pendekatan kuantitatif dan metode campuran untuk riset selanjutnya. Secara keseluruhan, efektivitas komunikasi digital dalam keluarga tidak hanya ditentukan oleh teknologi yang digunakan, tetapi terutama oleh nilai, relasi, dan kesadaran komunikasi dalam struktur keluarga itu sendiri.

Kata kunci: Pola Komunikasi, Keluarga, Digital era, Keterhubungan atau Keterasingan.

Abstract *– The development of digital technology has significantly changed communication patterns in families. This study aims to systematically analyze changes in family communication in the digital era with a focus on two main dimensions: emotional connectedness and alienation. This study uses the Systematic Literature Review (SLR) method based on the PRISMA guidelines. The selection process was carried out on 72 initial articles found through Google Scholar, by applying certain inclusion criteria. After a full selection and review process, 10 scientific articles published in 2023–2025 were further analyzed. The synthesis results show five main findings: (1) the shift in family communication from face-to-face interactions to digital communication based on applications and social media; (2) digital media plays a dual role as a bridge of connectedness as well as a potential cause of emotional alienation; (3) the role of parents as mediators is crucial in shaping the quality of digital family communication; (4) emotional presence has more impact than just the frequency of online communication; and (5) the need for healthy, reflective, and adaptive family communication strategies to maintain harmony in the digital environment. This review also reveals the dominance of qualitative approaches in previous studies and recommends the development of quantitative and mixed methods approaches for further research. Overall, the effectiveness of digital communication in families is not only determined by the technology used, but primarily by the values, relationships, and awareness of communication within the family structure itself.*

Keywords: *Communication Patterns, Family, Digital era, Connectedness or Alienation.*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah mengubah secara fundamental cara manusia berinteraksi, termasuk dalam lingkungan yang paling personal: keluarga. Komunikasi yang sebelumnya didominasi oleh interaksi tatap muka kini bergeser menjadi komunikasi berbasis media digital, melalui perangkat seluler, media sosial, dan aplikasi pesan instan (Sabilla & Rochmaniah, 2023; Widjaja & Fauzan Nastiar, 2025). Pergeseran ini memberikan kemudahan dan kecepatan dalam berkomunikasi, namun juga menimbulkan tantangan dalam menjaga kedekatan emosional antaranggota keluarga (Fatimah et al., 2023; Suryani et al., 2025)

Studi-studi menunjukkan bahwa media digital memiliki peran ambivalen dalam dinamika keluarga. Di satu sisi, teknologi memungkinkan keluarga tetap terhubung secara teknis meskipun terpisah secara geografis (B. Husna & Chusniyah, 2025; Tricintiya et al., 2025). Namun di sisi lain, penggunaan media yang berlebihan tanpa kendali dapat menimbulkan keterasingan emosional, miskomunikasi, dan berkurangnya kehadiran psikologis dalam interaksi sehari-hari (Fatimah et al., 2023; Suryani et al., 2025). Teknologi tidak selalu menjamin keintiman relasi, terutama jika komunikasi dilakukan tanpa empati dan keterlibatan penuh.

Peran orang tua menjadi faktor penentu dalam membentuk kualitas komunikasi digital di lingkungan keluarga. Beberapa studi menekankan bahwa orang tua yang aktif menjadi mediator digital mampu membimbing anak dalam menggunakan teknologi secara sehat dan reflektif (Masfufah, 2024; Perdian M.T. et al., 2023; Sulastika, Tinenti, et al., 2024). Literasi digital dan kemampuan komunikasi orang tua menjadi kunci untuk menciptakan dialog yang tidak hanya informatif tetapi juga membangun keterhubungan emosional.

Dalam praktiknya, platform seperti grup WhatsApp menjadi salah satu sarana komunikasi keluarga yang paling umum digunakan karena kemudahan dan kecepatan pengiriman pesan (Sabilla & Rochmaniah, 2023; Tricintiya et al., 2025b). Namun demikian, kepraktisan ini juga membawa tantangan seperti *multitasking*, *distraksi notifikasi*, dan miskomunikasi akibat pesan teks yang tidak mencerminkan ekspresi emosi secara utuh. Selain itu, temuan bahwa media digital dapat menjadi pisau bermata dua: mempererat atau justru merenggangkan hubungan keluarga, tergantung pada konteks penggunaan dan kapasitas mediasi dari orang tua (Octaviyana T et al., 2025). Artikel ini menunjukkan bahwa media berpotensi memperkuat interaksi ketika digunakan dengan kesadaran dan pengaturan yang tepat, tetapi juga dapat menciptakan konflik antar generasi jika tidak disertai dialog dan batasan yang jelas. Hal ini menambah dimensi penting dalam memahami transformasi komunikasi keluarga, yakni pentingnya regulasi internal dan kesepakatan dalam pemanfaatan teknologi di rumah.

Aspek nilai dan spiritualitas juga turut berpengaruh dalam pola komunikasi keluarga digital. Dalam konteks keluarga yang berlandaskan nilai religius seperti dalam studi oleh (Sulastika et al., 2024), pendidikan iman, kasih, dan kedekatan spiritual tetap menjadi pondasi penting dalam proses komunikasi, terlepas dari bentuk medianya. Hal ini menunjukkan bahwa media hanyalah alat, sedangkan kualitas komunikasi ditentukan oleh nilai-nilai yang dianut oleh keluarga tersebut.

Namun demikian, hingga saat ini masih terbatas kajian yang secara sistematis mengulas bagaimana media digital memengaruhi keseimbangan antara keterhubungan dan keterasingan dalam komunikasi keluarga, serta bagaimana strategi komunikasi yang sehat dapat dirancang berdasarkan dinamika tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk melakukan *systematic literature review* (SLR) berdasarkan pedoman PRISMA terhadap artikel-artikel ilmiah terbitan tahun 2023–2025 yang membahas secara empiris perubahan pola komunikasi keluarga di era digital.

Dengan menganalisis 10 artikel yang terpilih berdasarkan kriteria inklusi tertentu, studi ini berupaya menjawab dua pertanyaan utama: (1) Bagaimana media digital mempengaruhi pola keterhubungan dan keterasingan dalam komunikasi keluarga? dan (2) Bagaimana peran orang tua dan strategi komunikasi dapat membentuk keharmonisan keluarga di tengah transformasi digital? Temuan dari studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis terhadap literatur komunikasi keluarga digital serta menjadi dasar pengembangan program literasi digital dan kebijakan intervensi berbasis keluarga.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan mengikuti panduan PRISMA *(Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*).

Pendekatan ini digunakan untuk menjamin transparansi, keterulangan, dan akurasi dalam proses peninjauan literatur secara sistematis. Proses dilakukan dalam beberapa tahapan utama:

1. Menentukan sumber informasi
2. Menyusun strategi pencarian dan kata kunci
3. Menyeleksi studi berdasarkan kriteria inklusi
4. Mengekstraksi dan menganalisis data

Sumber data dan pemilihan studi

Pencarian informasi dilakukan pada basis data daring dengan repositori studi akademis yang besar, yaitu Google Scholar, yang mencakup lebih dari 236.000 jurnal yang ditinjau sejawat. Artikel yang tidak dapat diakses sepenuhnya juga dikecualikan dalam penelitian ini. Studi dipilih melalui tiga langkah, yaitu:

1. Masukkan kata kunci pencarian berdasarkan tujuan penelitian untuk memahami bagaimana media digital memengaruhi pola komunikasi dalam keluarga, khususnya dalam hal keterhubungan atau keterasingan emosional, serta mencari tahu apa saja faktor yang memengaruhi efektivitas komunikasi digital antaranggota keluarga. Kata kunci pencarian yang dimasukkan adalah: ("Pola Komunikasi" + "Keluarga" + "Digital era" + "Keterhubungan" ATAU "Keterasingan").
2. Jelajahi dan pilih judul, abstrak, dan kata kunci berdasarkan kriteria kelayakan.
3. Semua artikel yang tidak tereliminasi pada seleksi sebelumnya akan dieksplorasi dan diseleksi dengan cara membaca secara saksama seluruh artikel berdasarkan kriteria kelayakan.

Pengumpulan data dan kriteria kelayakan

Proses pengumpulan data dilakukan secara manual dengan mengekstraksi informasi dari setiap artikel berdasarkan analisis isi, seperti jenis artikel, nama jurnal, tahun terbit, topik, judul, metode penelitian, fokus utama (keterhubungan atau keterasingan dalam komunikasi keluarga), serta temuan utama terkait perubahan pola komunikasi dalam keluarga di era digital.

Kriteria inklusi (IC) yang menjadi panduan penyusunan kajian pustaka sistematis ini dijelaskan sebagai berikut:

a. IC1: Artikel ilmiah yang telah ditinjau sejawat *(peer-reviewed)* dan ditulis dalam bahasa Indonesia.
b. IC2: Fokus utama studi adalah komunikasi dalam keluarga yang berlangsung melalui atau dipengaruhi oleh media/teknologi digital.
c. IC3: Artikel menggunakan pendekatan kuantitatif, kualitatif, atau metode campuran *(mixed methods)*.

Untuk IC1, hanya penelitian yang ditulis dalam bahasa Indonesia yang dipilih karena bahasa Indonesia merupakan bahasa yang umum digunakan oleh peneliti di Indonesia. Sementara itu, pada IC2, menekankan bahwa hanya studi yang membahas komunikasi antaranggota keluarga dalam konteks penggunaan teknologi digital yang akan disertakan—misalnya melalui media sosial, aplikasi pesan instan, *video call*, atau perangkat digital lainnya. IC3 memberi ruang bagi beragam pendekatan metodologis, baik berbasis data numerik maupun wawancara mendalam, untuk menangkap dinamika komunikasi yang kompleks dalam keluarga era digital.
Artikel yang tidak memenuhi ketiga kriteria ini akan dieliminasi pada tahap seleksi abstrak atau setelah telaah isi penuh dilakukan.

Item data

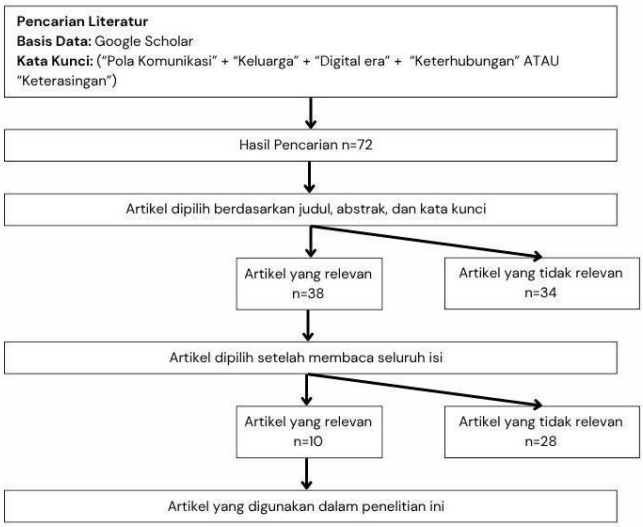
Item data yang diekstraksi dari setiap artikel dirangkum ke dalam beberapa kategori utama, yaitu: tahun publikasi, nama peneliti, metode penelitian yang digunakan, fokus atau variabel penelitian (seperti keterhubungan, keterasingan, intensitas penggunaan media digital dalam

keluarga), serta temuan utama yang relevan dengan perubahan pola komunikasi keluarga di era digital. Kategori-kategori tersebut dipilih untuk mengorganisasi informasi dari setiap studi secara sistematis dan memungkinkan analisis yang lebih mendalam terhadap tren, pola, dan kesenjangan dalam literatur. Proses ekstraksi dilakukan secara manual berdasarkan pembacaan menyeluruh terhadap isi artikel yang telah lolos seleksi berdasarkan kriteria inklusi.

Proses awal menghasilkan 72 artikel ilmiah yang ditemukan melalui pencarian kata kunci yang telah ditentukan sebelumnya. Seleksi tahap awal dilakukan berdasarkan judul, abstrak, dan kata kunci, yang menghasilkan 38 artikel dengan relevansi topik yang sesuai. Dari 38 artikel tersebut, setelah penelaahan isi penuh dan penerapan ketat terhadap kriteria kelayakan (khususnya IC2 dan IC3), diperoleh 10 artikel yang dinyatakan layak untuk dianalisis lebih lanjut. Total 10 artikel penelitian empiris inilah yang menjadi dasar pembahasan dalam kajian ini, khususnya dalam mengkaji bagaimana media digital membentuk pola keterhubungan dan/atau keterasingan dalam komunikasi keluarga kontemporer.

Hasil Penelitian

Setelah dilakukan proses penyaringan sistematis terhadap 72 artikel awal menggunakan pedoman PRISMA, diperoleh 10 artikel ilmiah yang memenuhi kriteria inklusi dan relevan dengan topik perubahan pola komunikasi keluarga di era digital. Artikel-artikel tersebut dianalisis berdasarkan tema temuan, metode penelitian, dan fokus utama studi. Sintesis data menunjukkan lima temuan tematik yang konsisten, yaitu: (1) pergeseran komunikasi keluarga dari tatap muka ke media digital, (2) media digital sebagai penghubung dan sekaligus penyebab keterasingan emosional, (3) peran orang tua sebagai mediator komunikasi digital, (4) kehadiran emosional lebih penting daripada frekuensi komunikasi, (5) kebutuhan akan strategi komunikasi keluarga yang sehat dan adaptif.



Gambar 1. Laporan penerapan PRISMA

Tabel 1. Pengelompokan Artikel Berdasarkan Hubungan Antar Variabel dan Penulis

Variabe / Tema Utama	Nama Penulis	Jumlah Studi
Pergeseran komunikasi keluarga ke media digital	Widjaja & Fauzan (2025), Perdian et al. (2023), Sabilla & Rochmaniah (2023)	3
Media digital: keterhubungan vs keterasingan emosional	Fatimah et al. (2023), Husna & Chusniyah (2025), Suryani et al. (2025)	3
Peran orang tua sebagai mediator komunikasi	Masfufah (2024), Perdian et al. (2023),	3

	Sulastika et al. (2024)	
Kehadiran emosional dalam komunikasi digital	Fatimah et al. (2023), Husna & Chusniyah (2025)	2
Strategi komunikasi keluarga sehat & adaptif	Tricintiya et al. (2025), Octaviyana et al. (2025), Suryani et al. (2025)	3

Tabel 2. Sintesis Artikel Sistematik

Penulis & Tahun	Judul Artikel	Metode Penelitian	Fokus Utama	Temuan Utama
Fatimah et al. (2023)	*The Meaning of Parent-Child Closeness in The Digital Era*	Kualitatif fenomenologi	Kedekatan emosional orang tua-anak di era digital	Kehadiran emosional lebih berpengaruh daripada frekuensi komunikasi daring.
Husna & Chusniyah (2025)	Dinamika *Self-Disclosure* dalam Pengasuhan Digital	Kualitatif studi kasus	Hubungan orang tua-anak jarak jauh melalui teknologi	Teknologi dapat menjembatani jarak jika dibarengi keterbukaan dan empati.
Masfufah (2024)	Memahami Pengasuhan Digital	Kajian literatur	Peran orang tua dalam komunikasi digital	Orang tua membutuhkan literasi digital untuk mendampingi anak secara efektif.
Perdian et al. (2023)	Perubahan Komunikasi Orang Tua terhadap Anak di Era Digital	Kualitatif deskriptif	Perubahan pola komunikasi orang tua-anak	Komunikasi lebih banyak dilakukan melalui ponsel, menyebabkan penurunan interaksi langsung.
Sabilla & Rochmaniah (2023)	*Utilizing WhatsApp Groups for Family Communication*	Studi kualitatif	Komunikasi keluarga melalui WhatsApp	Grup WhatsApp mempermudah koordinasi, namun rawan salah paham.
Sulastika et al. (2024)	Tantangan Orang Tua dalam Mendidik Anak menurut Amoris Laetitia	Studi deskriptif	Pendidikan nilai dalam keluarga Katolik	Tantangan orang tua adalah menyeimbangkan nilai spiritual dan teknologi dalam pola asuh.
Suryani et al. (2025)	Dampak Teknologi Komunikasi terhadap Komunikasi Keluarga	Kualitatif deskriptif	Keterasingan dan konflik digital dalam keluarga	Teknologi dapat memperbesar jarak emosional jika tidak disertai kontrol penggunaan.
Tricintiya et al. (2025)	Penerapan *Mindful Family Talk*	Studi tindakan	Komunikasi sadar dan reflektif dalam keluarga	*Mindful conversation* meningkatkan empati dan kesehatan mental keluarga.
Octaviyana et al. (2025)	Dampak Media terhadap Komunikasi Keluarga	Kajian literatur	Pengaruh media terhadap komunikasi keluarga	Media bisa mempererat atau merenggangkan hubungan tergantung mediasi dan kontrol penggunaannya.
Widjaja & Fauzan (2025)	Perubahan Pola Komunikasi akibat Penggunaan Aplikasi Pesan Instan	Kajian literatur	Efek sosial aplikasi komunikasi dalam keluarga	Aplikasi pesan instan mempercepat komunikasi tetapi menurunkan kedalaman dan kualitas pesan.

Keseluruhan hasil ini menunjukkan bahwa media digital memiliki dampak yang kompleks terhadap relasi keluarga. Ia bisa menjadi alat untuk mempererat ikatan jika digunakan secara sadar, reflektif, dan didampingi dengan nilai-nilai emosional yang kuat. Namun, jika digunakan secara pasif dan tanpa kontrol, media dapat menciptakan fragmentasi emosional, miskomunikasi, dan isolasi psikologis antaranggota keluarga.

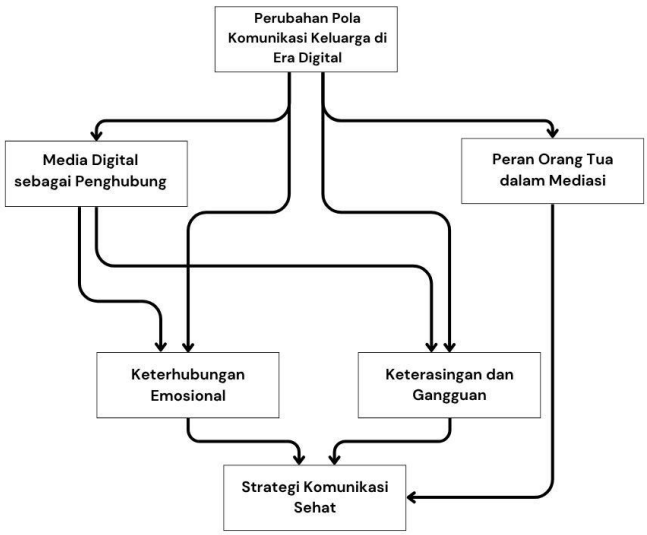
Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara sistematis bagaimana pola komunikasi keluarga mengalami perubahan dalam era digital, dengan fokus pada dua sisi utama: keterhubungan dan keterasingan antaranggota keluarga. Hasil dari 10 artikel yang dianalisis menunjukkan dinamika kompleks dalam hubungan komunikasi digital keluarga, di mana media digital dapat menjadi sarana pemersatu maupun penyebab fragmentasi emosional.

1. Media digital mengubah bentuk komunikasi namun tidak selalu meningkatkan kualitas relasi
   Sebagian besar artikel seperti oleh (Perdian M. T. et al., 2023; Sabilla & Rochmaniah, 2023; Widjaja & Fauzan Nastiar, 2025) menunjukkan bahwa komunikasi dalam keluarga kini lebih sering dilakukan melalui aplikasi pesan instan, grup WhatsApp, dan media sosial. Media digital mempermudah konektivitas, terutama dalam keluarga yang berjauhan secara geografis. Namun, seperti yang ditemukan dalam studi oleh (Fatimah et al., 2023), intensitas komunikasi digital tidak selalu meningkatkan kualitas hubungan emosional. Kehadiran emosional tetap menjadi faktor utama dalam menjaga keintiman relasi keluarga. Selain itu, (Sabilla & Rochmaniah, 2023) menunjukkan bahwa grup WhatsApp menjadi media praktis untuk koordinasi dalam keluarga, namun kerap menimbulkan miskomunikasi karena keterbatasan ekspresi emosional dalam teks singkat dan multitafsir.
2. Hubungan antara keterhubungan dan keterasingan bersifat paradoksal
   Media digital memungkinkan anggota keluarga tetap "terhubung", tetapi tidak menjamin kehadiran emosional yang utuh. Studi oleh (Husna & Chusniyah, 2025; Tricintiya et al., 2025a) menunjukkan bahwa komunikasi orang tua-anak dalam keluarga jarak jauh dapat tetap hangat bila disertai empati dan *self-disclosure* yang terbuka. Namun, jika komunikasi hanya dilakukan secara teknis tanpa keterlibatan emosional, maka keterasingan psikologis akan muncul.
3. Peran mediasi orang tua dan literasi digital menjadi elemen kunci
   Tiga artikel (Masfufah, 2024; Perdian M. T. et al., 2023; Sulastika, Tinenti, et al., 2024) menekankan bahwa kemampuan orang tua dalam mendampingi anak menggunakan media digital sangat menentukan kualitas komunikasi keluarga. Literasi digital yang rendah pada orang tua dapat mengakibatkan lemahnya pengawasan dan miskomunikasi dalam penggunaan teknologi.
4. Strategi komunikasi keluarga harus adaptif dan reflektif
   Studi oleh (Octaviyana et al., 2025; Suryani et al., 2025; Tricintiya et al., 2025a) menyarankan penggunaan strategi komunikasi keluarga yang sadar (*mindful*), yaitu membangun dialog yang reflektif, empatik, dan terencana. Program seperti *mindful family talk* terbukti dapat meningkatkan empati dan kesehatan mental keluarga. Selain itu, keluarga perlu menetapkan waktu bebas ponsel dan menghidupkan kembali praktik komunikasi langsung seperti makan bersama dan diskusi rutin tanpa gangguan teknologi. Studi oleh (Widjaja & Fauzan Nastiar, 2025) menekankan bahwa keluarga modern tidak hanya dituntut untuk menguasai teknologi, tetapi juga memahami perubahan makna komunikasi akibat penggunaan aplikasi pesan instan. Komunikasi menjadi lebih cepat namun kehilangan kedalaman jika tidak disertai refleksi dan dialog yang bermakna.
5. Implikasi untuk penelitian lanjutan

Tinjauan ini mengungkap bahwa sebagian besar artikel yang dianalisis menggunakan pendekatan kualitatif, baik melalui studi kasus, fenomenologi, atau kajian literatur. Masih sedikit studi kuantitatif yang mampu mengukur secara terstruktur variabel-variabel seperti keterhubungan, keterasingan emosional, atau intensitas mediasi orang tua. Oleh karena itu, disarankan agar penelitian selanjutnya mengembangkan instrumen pengukuran kuantitatif yang dapat digunakan lintas konteks budaya. Selain itu, studi komparatif antar negara atau antar jenis keluarga juga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam.

Dengan demikian, hasil sintesis ini memperlihatkan bahwa komunikasi digital dalam keluarga bukan hanya persoalan teknis atau platform yang digunakan, melainkan berkaitan erat dengan nilai, peran, dan relasi antarindividu dalam struktur keluarga. Media digital dapat menjadi alat yang mempererat hubungan jika digunakan secara sadar dan penuh tanggung jawab. Sebaliknya, tanpa kontrol dan keterlibatan emosional, media digital justru dapat memperlemah struktur komunikasi keluarga.



Gambar 2. Kerangka konseptual penelitian

Kesimpulan

Kajian literatur sistematis ini menunjukkan bahwa era digital telah membawa dampak signifikan terhadap pola komunikasi dalam keluarga. Melalui analisis terhadap 10 artikel ilmiah yang dipublikasikan antara tahun 2023 hingga 2025, ditemukan lima tema utama yang mencerminkan dinamika komunikasi keluarga modern di tengah arus digitalisasi.

Pertama, pola komunikasi keluarga mengalami pergeseran dari interaksi tatap muka menuju komunikasi berbasis media digital, seperti WhatsApp, *video call*, dan media sosial. Perubahan ini meningkatkan efisiensi dan memperluas konektivitas teknis antaranggota keluarga, namun juga mengandung risiko penurunan kualitas kedekatan emosional apabila tidak disertai dengan kehadiran psikologis yang utuh.

Kedua, media digital berperan ganda dalam relasi keluarga: di satu sisi memperkuat keterhubungan, tetapi di sisi lain dapat menciptakan keterasingan emosional. Komunikasi digital yang tidak diimbangi dengan empati dan perhatian otentik dapat memunculkan perasaan "terhubung namun terasing" di antara anggota keluarga.

Ketiga, peran orang tua sebagai mediator komunikasi digital sangat penting dalam membentuk budaya komunikasi yang sehat di rumah. Orang tua dengan literasi digital yang baik dapat membimbing anak dalam menggunakan media secara bijak dan menghindari dampak negatif dari penggunaan ponsel yang tidak terkontrol.

Keempat, kehadiran emosional terbukti lebih menentukan kualitas relasi keluarga dibandingkan frekuensi komunikasi. Interaksi yang sering tetapi dangkal tidak serta-merta memperkuat hubungan, sedangkan komunikasi yang dilakukan secara sadar, empatik, dan penuh perhatian memiliki dampak positif yang lebih besar terhadap keintiman keluarga.

Kelima, strategi komunikasi keluarga yang sehat dan adaptif perlu dikembangkan untuk menjaga keseimbangan antara penggunaan media digital dan interaksi emosional. Strategi ini mencakup mindful conversation, pembatasan waktu layar, kesepakatan penggunaan ponsel bersama, serta pelestarian momen komunikasi langsung yang berkualitas.

Selain menyajikan sintesis tematik, tinjauan ini juga mengungkap adanya kesenjangan metodologis dalam literatur. Sebagian besar studi masih didominasi oleh pendekatan kualitatif, sehingga dibutuhkan penelitian lanjutan dengan pendekatan kuantitatif dan mixed methods untuk mengukur keterhubungan dan keterasingan secara lebih sistematis dan terstandar. Penelitian lintas budaya dan lintas generasi juga diperlukan untuk mengeksplorasi variasi dalam praktik komunikasi keluarga digital.

Secara keseluruhan, kajian ini menegaskan bahwa komunikasi digital hanyalah salah satu instrumen dalam membentuk keharmonisan keluarga. Efektivitasnya sangat ditentukan oleh nilai yang dianut keluarga, peran yang dimainkan oleh masing-masing anggota, serta kesadaran kolektif untuk menghadirkan relasi yang hangat dan bermakna. Oleh karena itu, penting bagi keluarga tidak hanya untuk "terhubung" secara teknologi, tetapi juga untuk “hadir” secara emosional dalam setiap percakapan.

Daftar Pustaka

Fatimah, N., Fatmasari, A., & Mujiasih, E. (2023). *The Meaning of Parent-Child Closeness in The Digital Era*.

Husna, B., & Chusniyah, T. (2025). Dinamika Self-Disclosure dalam Pengasuhan Digital: Analisis Peran Mediasi Teknologi pada Hubungan Parent Child Long Distance. *Jurnal Flourishing*, *5*(3), 163–174. https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v5i32025p163-174

Masfufah, U. (2024). Memahami Pengasuhan Digital: Faktor Pendukung, dan Tantangan bagi Orang Tua. *Jurnal Flourishing*, *4*(8), 339–346. https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v4i82024p339-346

Octaviyana, T., Septiyani, E., Nadira, Y. A., Bilqis, Q., Mulyani, M. S., Achdiani, Y., & Fatimah, S. N. (2025). Dampak Media terhadap Komunikasi Keluarga. *Jurnal Ilmiah Teknik Informatika Dan Komunikasi*, *5*(1), 92–105. https://doi.org/10.55606/juitik.v5i1.1098

Perdian M.T., Rizki P.K., & Andhita R.F. (2023). Perubahan Komunikasi Orang Tua Terhadap Anak Di Era Digital. *Student Scientific Creativity Journal*, *1*(4), 415–431. https://doi.org/10.55606/sscj-amik.v1i4.1682

Sabilla, T. R., & Rochmaniah, A. (2023). *HOUSE OF WISDOM: JOURNAL ON LIBRARY AND INFORMATION SCIENCES Utilizing WhatsApp Groups for Family Communication and Interaction*.

Sulastika, P., Tinenti, H. G., Steven, L., Korina, Kabosu, E. V., & Tinggi Agama Katolik Negeri Pontianak, S. (2024). *TANTANGAN ORANG TUA DALAM MENDIDIK ANAK DI ERA DIGITAL MENURUT AMORIS LAETITIA*. *6*(2), 2024.

Suryani, I., Fatiha, P. A., Salsa, N. H., Rizqiah, N., Rahmadani, S., Sari, V., Hakiki, M., & Tinggi Ilmu Tarbiyah Batu Bara Sumatera Utara, S. (2025). *Dampak Teknologi Komunikasi Terhadap Komunikasi Keluarga*. *5*. https://doi.org/10.37680/almikraj.v5i2.6852

Tricintiya, N. N., Salsabila, A., Putri, D. A., Luviana, A. S. P., Nuriy, S. N., Achdiani, Y., & Fatimah, S. N. (2025b). Penerapan Mindful Family Talk untuk Meningkatkan Empati dan Kesehatan Mental Keluarga. *Jurnal Penelitian Inovatif*, *5*(2), 2213–2218. https://doi.org/10.54082/jupin.1444

Widjaja, G., & Fauzan Nastiar, M. (2025). *Perubahan Pola Komunikasi dalam Masyarakat akibat Penggunaan Aplikasi Pesan Instan*. https://www.researchgate.net/publication/387648696