

## Ketahanan Keluarga di Era Digital: Tantangan Privasi, Pola Asuh, dan Ketergantungan Media Sosial

Muhammad Eka Answaril Ikhsan

Prodi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

Email Korespondensi: [231340073.muhammadeka@uinbanten.ac.id](mailto:231340073.muhammadeka@uinbanten.ac.id)

### Abstract

*This study explores the resilience of families in the digital era, focusing on three major challenges: digital privacy, parenting transformation, and social media dependency. Using a qualitative descriptive approach through literature review, the research analyzes various scholarly sources, including national and international journals, official statistical data, and relevant theoretical frameworks. The findings indicate that digital privacy is often compromised due to the family's lack of digital literacy, particularly in managing social media usage and data sharing habits. Additionally, parenting patterns have shifted from conventional authority-based models to more collaborative and digital-aware approaches, commonly referred to as "digital parenting." Parents are now expected to engage actively in their children's online experiences rather than serving solely as supervisors. Moreover, social media dependency has emerged as a major disruptor of family harmony, reducing face-to-face communication, empathy, and emotional connection between family members. This condition threatens the core values of familial unity. To counter these challenges, the study recommends a combination of digital education, value-based parenting, communication revitalization, and the establishment of healthy digital boundaries at home. By integrating technology with ethical and spiritual guidance, families can maintain emotional cohesion and remain resilient amidst the pressures of modern digital life.*

**Keywords:** Family Resilience, Digital Parenting, Social Media Dependency

### Article History

Received: June 2025

Reviewed: June 2025

Published: June 2025

Plagiarism Checker No 283

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital dalam dua dekade terakhir telah mengubah hampir seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk kehidupan keluarga. Era digital ditandai dengan kemajuan internet, media sosial, dan perangkat pintar yang semakin mudah diakses oleh seluruh anggota keluarga dari berbagai usia. Keluarga yang dahulu menjadi institusi privat dengan interaksi yang bersifat langsung dan fisik, kini harus beradaptasi dengan komunikasi daring yang serba cepat dan terbuka. Transformasi ini membawa peluang positif, namun juga memunculkan tantangan yang signifikan bagi ketahanan keluarga. (Abdullah et al., 2024)

Ketahanan keluarga adalah kemampuan sebuah keluarga untuk tetap kokoh, harmonis, dan berfungsi optimal dalam menghadapi berbagai tekanan dan perubahan. Di era digital, tekanan itu tidak hanya datang dari luar, tetapi juga dari dalam, terutama terkait penggunaan teknologi yang tidak terkendali. Salah satu tantangan utama adalah soal privasi. Banyak keluarga mengalami kebocoran informasi pribadi karena kurangnya literasi digital, baik dari anak-anak yang belum memahami batasan berbagi data, maupun dari orang tua yang tidak menyadari dampak dari aktivitas digital sehari-hari.

Privasi keluarga kini sangat rentan, terutama akibat penggunaan media sosial yang intens. Unggahan foto anak-anak, lokasi keberadaan keluarga, atau percakapan pribadi yang tersebar tanpa filter dapat berpotensi menimbulkan risiko serius, seperti pencurian identitas, perundungan daring, hingga eksploitasi anak. Selain itu, aplikasi yang digunakan oleh anggota keluarga seringkali mengakses data secara otomatis tanpa persetujuan yang jelas, menciptakan celah privasi yang tidak disadari oleh pengguna awam.

Selain persoalan privasi, tantangan besar lainnya adalah pola asuh anak yang berubah drastis akibat paparan digital yang masif. Orang tua kini harus menghadapi situasi di mana anak-anak lebih dekat dengan gawai daripada orang tua mereka sendiri. Interaksi digital kadang menggantikan komunikasi langsung dalam keluarga. Anak-anak lebih memilih bermain game daring, menonton YouTube, atau berselancar di media sosial, dibandingkan berbincang dengan keluarga atau bermain di lingkungan nyata. Hal ini menimbulkan krisis dalam pola pengasuhan yang dulunya berbasis interaksi langsung dan nilai-nilai tradisional. (Aini, 2023)

Orang tua dituntut untuk menjadi figur yang tidak hanya mendidik secara konvensional, tetapi juga memahami teknologi dan mampu mendampingi anak-anak dalam menjelajahi dunia digital. Banyak orang tua merasa gagap teknologi dan menyerahkan sepenuhnya akses digital kepada anak, yang bisa berdampak negatif jika tidak dibimbing. Misalnya, seorang anak usia 10 tahun yang mengakses konten kekerasan di TikTok tanpa sepengetahuan orang tua dapat memengaruhi cara berpikir dan perilakunya secara signifikan dalam jangka panjang.

Ketergantungan pada media sosial adalah persoalan lain yang menggerogoti ketahanan keluarga. Media sosial yang awalnya berfungsi untuk memperlancar komunikasi, kini sering kali menciptakan jurang antargenerasi. Ayah, ibu, dan anak masing-masing sibuk dengan gawai dan media sosialnya sendiri. Waktu makan bersama, momen bercengkrama di ruang tamu, atau kegiatan akhir pekan bersama kian jarang terjadi. Ini merupakan degradasi kualitas interaksi yang sangat berdampak pada kelekatan emosional antaranggota keluarga.

Ketergantungan media sosial juga menciptakan tekanan psikologis, terutama pada anak-anak dan remaja. Kebutuhan untuk tampil sempurna di media sosial, mendapatkan banyak "likes", atau mengikuti tren yang viral kerap menimbulkan stres, kecemasan, dan menurunkan harga diri. Fenomena FOMO (Fear of Missing Out) bahkan membuat anak-anak enggan lepas dari dunia maya, sehingga waktu istirahat, belajar, dan beribadah terganggu. Dalam jangka panjang, hal ini bisa menurunkan produktivitas, menciptakan konflik dengan orang tua, dan mengganggu keharmonisan keluarga.

Tidak hanya anak-anak, orang tua pun mengalami ketergantungan yang serupa. Banyak orang tua yang lebih fokus pada dunia maya dibandingkan anak-anak mereka sendiri. Misalnya, seorang ibu rumah tangga yang sepanjang hari sibuk berjualan daring atau berselancar di Instagram tanpa memperhatikan kebutuhan emosional anaknya. Ketidakseimbangan ini menyebabkan kurangnya perhatian dan kedekatan emosional dalam keluarga, yang pada akhirnya bisa merusak ikatan dan solidaritas keluarga.

Untuk itu, perlu ada kesadaran kolektif dalam keluarga tentang pentingnya pengelolaan teknologi digital secara sehat dan bijak. Ketahanan keluarga di era digital bukan berarti menolak teknologi, tetapi bagaimana seluruh anggota keluarga bisa memanfaatkan teknologi secara proporsional, saling mendukung, dan tetap menjaga nilai-nilai inti dalam kehidupan keluarga. Literasi digital harus menjadi bagian dari pola asuh, dan waktu kebersamaan tanpa gawai harus terus diupayakan sebagai bentuk investasi bagi keharmonisan keluarga. (Albab, Sulthoni, & Romadlon, 2024)

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research) untuk mengkaji ketahanan keluarga dalam konteks era digital. Sumber data diperoleh dari artikel ilmiah, jurnal nasional dan internasional, buku referensi, serta laporan data resmi seperti Badan Pusat Statistik (BPS) yang relevan dengan isu privasi, pola asuh, dan media sosial dalam keluarga. Pendekatan ini dipilih karena fokus penelitian adalah pada kajian konseptual dan pemahaman mendalam terhadap dinamika sosial-budaya dalam keluarga kontemporer.

Data dianalisis menggunakan metode analisis isi (content analysis), yaitu dengan menelaah isi dari dokumen ilmiah yang telah dipilih berdasarkan kata kunci utama seperti "ketahanan keluarga", "privasi digital", "pola asuh digital", dan "media sosial". Proses seleksi sumber dilakukan secara purposif, dengan mempertimbangkan keterkinian, validitas, dan relevansi substansi terhadap topik. Penekanan diberikan pada sumber yang memuat data empiris, telaah teoritis, maupun perspektif religius dan budaya.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Tantangan Privasi dalam Keluarga Digital**

Privasi keluarga di era digital merupakan isu yang semakin kompleks dan mendesak untuk dikaji. Dalam konteks keluarga tradisional, privasi bersifat fisik dan terbatas pada ruang domestik. Namun, perkembangan teknologi digital telah mengaburkan batas antara ruang privat dan ruang publik. Setiap anggota keluarga, baik orang tua maupun anak-anak, kini memiliki akses ke platform digital yang memungkinkan mereka membagikan informasi pribadi secara luas tanpa disadari. Transformasi ini menciptakan kondisi rentan terhadap kebocoran data dan pelanggaran privasi yang sebelumnya tidak terbayangkan.

Salah satu pemicu utama tantangan privasi dalam keluarga adalah media sosial. Banyak keluarga secara tidak sadar menjadikan media sosial sebagai ruang berbagi kehidupan sehari-hari. Foto anak-anak, momen keluarga, lokasi liburan, hingga kegiatan rumah tangga seringkali diunggah tanpa mempertimbangkan dampaknya. Padahal, informasi ini bisa dimanfaatkan oleh pihak tak bertanggung jawab untuk tindakan kriminal seperti pencurian identitas, pengintaian, atau bahkan kejahatan berbasis daring seperti cyber grooming terhadap anak-anak.

Anak-anak dan remaja merupakan kelompok paling rentan terhadap pelanggaran privasi digital. Minimnya literasi digital membuat mereka cenderung terbuka dalam membagikan data pribadi, seperti nama lengkap, usia, lokasi, sekolah, dan minat mereka di platform seperti TikTok, Instagram, atau YouTube. Tanpa pengawasan orang tua yang memadai, tindakan ini membuka celah bagi predator daring dan pelaku kejahatan digital yang memanfaatkan informasi tersebut untuk membangun hubungan palsu atau menipu secara psikologis (social engineering). Bahkan dalam lingkungan keluarga sendiri, pelanggaran privasi bisa terjadi tanpa niat jahat. Misalnya, orang tua yang mengunggah foto anak-anak secara berlebihan (sharenting) tanpa izin atau kesadaran anak, dapat merusak rasa aman dan batas privasi mereka di masa depan. Banyak anak yang saat beranjak dewasa merasa tidak nyaman karena jejak digital masa kecil mereka sudah tersebar luas tanpa kendali. Praktik ini perlu dikritisi sebagai bentuk pelanggaran hak anak atas privasi dan kendali atas identitas digitalnya.

Selain media sosial, aplikasi-aplikasi digital yang digunakan dalam kehidupan rumah tangga juga menjadi tantangan serius. Aplikasi belajar, permainan, e-commerce, dan hiburan seringkali meminta akses ke informasi sensitif seperti lokasi GPS, daftar kontak, bahkan mikrofon dan kamera. Tanpa pemahaman teknis, keluarga mengizinkan akses ini secara otomatis, padahal data tersebut bisa digunakan untuk kepentingan komersial, pelacakan perilaku, atau bahkan dijual ke pihak ketiga tanpa persetujuan eksplisit. (Alfansuri, Shidiq, & Askar, 2023)

Kondisi ini semakin parah dengan minimnya regulasi perlindungan data yang efektif di tingkat rumah tangga. Banyak keluarga tidak menerapkan pengaturan privasi yang memadai di perangkat digital. Fitur keamanan seperti parental control, two-step verification, atau enkripsi data jarang digunakan karena dianggap rumit. Padahal, penerapan fitur-fitur tersebut dapat secara signifikan mengurangi risiko kebocoran informasi pribadi dalam kehidupan keluarga sehari-hari.

Tantangan privasi juga muncul dari fenomena rumah pintar (smart home) yang mulai populer. Perangkat seperti kamera keamanan, asisten virtual, dan pengontrol suhu otomatis terhubung ke internet dan berpotensi menyimpan data percakapan, aktivitas, hingga kebiasaan penghuni rumah. Jika tidak diatur dengan benar, sistem ini dapat diakses oleh pihak luar melalui peretasan, membuka kemungkinan pengawasan tanpa izin dan pelanggaran ruang privat keluarga secara serius.

Upaya membangun kesadaran privasi dalam keluarga harus dimulai dengan edukasi digital secara menyeluruh. Orang tua perlu membekali diri dengan pemahaman tentang keamanan siber, etika digital, dan pentingnya menjaga data pribadi. Edukasi ini kemudian diturunkan kepada anak-anak melalui pendekatan yang komunikatif dan terbuka. Keluarga harus menjadi ruang dialog yang aman untuk mendiskusikan risiko digital, bukan hanya menjadi institusi yang memaksakan larangan tanpa penjelasan.

## **Perubahan Pola Asuh di Era Teknologi**

Pola asuh dalam keluarga mengalami pergeseran signifikan seiring dengan masuknya teknologi digital ke dalam kehidupan sehari-hari. Jika pada masa lalu orang tua menjadi satu-satunya sumber informasi dan nilai-nilai bagi anak, kini peran itu sebagian besar telah digantikan oleh internet. Anak-anak bisa mendapatkan informasi, hiburan, bahkan panutan dari gawai mereka, sering kali tanpa saringan. Ini menuntut peran pengasuhan yang jauh lebih kompleks dari sekadar pengawasan fisik.

Salah satu perubahan besar yang terlihat adalah berkurangnya intensitas komunikasi langsung antara orang tua dan anak. Dalam banyak keluarga, anak-anak lebih memilih menghabiskan waktu bersama perangkat digital ketimbang berbincang dengan orang tua

mereka. Akibatnya, ruang untuk menanamkan nilai-nilai moral, etika, dan budaya lokal menjadi semakin sempit. Hal ini mengganggu proses pembentukan karakter anak yang selama ini berlangsung melalui keteladanan dan interaksi nyata di lingkungan rumah.

Orang tua di era digital juga menghadapi tantangan dalam memahami dunia anak-anak mereka. Perbedaan generasi diperparah oleh perbedaan teknologi yang digunakan. Anak-anak lebih cepat beradaptasi dengan platform seperti TikTok, YouTube, dan Discord, sementara sebagian orang tua masih merasa asing dengan istilah-istilah digital tersebut. Ketimpangan ini membuat pengawasan terhadap aktivitas daring anak menjadi lemah dan kurang efektif, bahkan terkadang menimbulkan konflik yang merusak kedekatan emosional. (Fitriza & Taufik, 2022)

Alih-alih menjadi pembimbing aktif, banyak orang tua justru menyerah pada teknologi sebagai alat pengasuhan. Anak-anak diberi akses gawai sejak usia dini untuk meredakan renekan atau agar tetap tenang di ruang publik. Pola ini sering disebut sebagai digital pacifier, di mana teknologi menggantikan peran afeksi orang tua. Akibatnya, anak-anak tumbuh dengan keterikatan yang tinggi pada perangkat digital, tetapi minim keterampilan sosial dan empati interpersonal.

Tak hanya itu, muncul pula krisis otoritas dalam pola asuh. Anak-anak sering kali merasa lebih pintar dari orang tuanya dalam hal teknologi, sehingga tidak lagi memandang orang tua sebagai sumber pengetahuan. Ini menciptakan resistensi dalam hubungan, di mana nasihat orang tua dianggap kuno atau tidak relevan. Ketika nilai-nilai keluarga tidak bisa bersaing dengan konten viral dan influencer digital, maka kontrol orang tua terhadap pertumbuhan psikologis dan moral anak menjadi lemah.

Sebagai respons atas perubahan ini, dibutuhkan pendekatan pola asuh baru yang dikenal sebagai digital parenting. Konsep ini menekankan pada pentingnya keterlibatan aktif orang tua dalam kehidupan digital anak. Orang tua tidak cukup hanya mengawasi, tetapi juga harus memahami, berdiskusi, dan mendampingi anak dalam menggunakan teknologi. Dengan begitu, orang tua tetap menjadi panutan, sekaligus mitra diskusi yang dihormati dalam menjelajahi dunia digital.

Dalam digital parenting, orang tua dianjurkan untuk menetapkan aturan penggunaan gawai bersama anak, seperti durasi penggunaan harian, jenis aplikasi yang boleh diakses, dan waktu bebas teknologi untuk membangun komunikasi tatap muka. Pola ini memberikan batas yang sehat antara dunia nyata dan digital, sekaligus mengajarkan anak tentang disiplin, tanggung jawab, dan pengelolaan waktu. Peran orang tua di sini bukan sebagai polisi digital, tetapi sebagai fasilitator yang adil dan konsisten.

Selain itu, penting pula bagi orang tua untuk memanfaatkan teknologi secara produktif dalam pola asuh. Misalnya, menggunakan aplikasi edukatif yang interaktif, mengajak anak menonton konten positif bersama, atau berdiskusi tentang berita dan informasi yang mereka temui di internet. Strategi ini tidak hanya meningkatkan kedekatan emosional, tetapi juga membangun budaya literasi digital sejak dini. Anak belajar bahwa teknologi bisa digunakan untuk hal-hal bermanfaat, bukan sekadar hiburan pasif.

## **Ketergantungan Media Sosial dan Disintegrasi Emosional**

Ketergantungan terhadap media sosial merupakan fenomena yang semakin mengakar dalam kehidupan keluarga modern. Media sosial yang awalnya dirancang untuk memfasilitasi komunikasi dan mempererat relasi, kini justru sering menjadi pemicu jarak emosional antar anggota keluarga. Ketika setiap individu dalam rumah sibuk dengan layar masing-masing, kualitas interaksi tatap muka berkurang secara drastis. Fenomena ini membawa dampak besar terhadap ikatan emosional yang menjadi fondasi utama ketahanan keluarga.

Disintegrasi emosional dalam keluarga tidak terjadi secara instan, tetapi merupakan akumulasi dari kebiasaan sehari-hari yang membatasi komunikasi nyata. Contohnya, waktu makan bersama yang dulunya menjadi ruang cerita dan evaluasi harian, kini terganggu oleh notifikasi dan keinginan untuk memeriksa ponsel. Ayah sibuk dengan urusan pekerjaan lewat WhatsApp, ibu memantau jualan online, sementara anak asyik menonton video pendek atau bermain gim daring. Aktivitas fisik tetap terjadi di ruang yang sama, tetapi kedekatan batin tidak lagi terbina.

Ketergantungan pada media sosial juga menyebabkan pergeseran prioritas emosional. Banyak anak-anak dan remaja yang lebih merasa terhubung secara emosional dengan teman-teman daring atau tokoh idola di internet dibandingkan dengan orang tua mereka. Bahkan, perasaan diterima dan dihargai lebih sering ditemukan melalui "like", "comment", atau "follow" daripada melalui pelukan dan pujian dari orang tua. Ini menyebabkan anak-anak membangun identitas digital yang belum tentu sesuai dengan kenyataan, dan menciptakan tekanan psikologis tersendiri. (Fajrin & Purwastuti, 2022)

Fenomena ini tidak hanya menimpa anak-anak, melainkan juga orang tua. Banyak orang tua yang mengalami apa yang disebut sebagai digital escapism, yakni melarikan diri ke dunia digital untuk menghindari stres kehidupan nyata, termasuk konflik dalam keluarga. Dalam jangka panjang, kebiasaan ini dapat menyebabkan ketidakhadiran emosional, meskipun secara fisik tetap berada di rumah. Ketiadaan dukungan emosional yang nyata menjadi celah bagi anak untuk mencari pelampiasan di luar rumah, termasuk pada konten-konten yang tidak layak konsumsi.

## Strategi Membangun Ketahanan Keluarga Digital

Ketahanan keluarga di era digital tidak terjadi secara otomatis, tetapi merupakan hasil dari kesadaran, usaha kolektif, dan strategi konkret yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam menghadapi tantangan digital seperti privasi yang terancam, pola asuh yang terganggu, hingga ketergantungan terhadap media sosial, keluarga perlu membangun sistem ketahanan internal yang bersifat adaptif namun tetap berakar pada nilai-nilai dasar kebersamaan, komunikasi, dan kepercayaan. Tanpa strategi yang tepat, keluarga mudah terpecah oleh derasnya arus informasi dan godaan digital. (Edison & Hermanto, 2023)

Langkah awal dalam membangun ketahanan keluarga digital adalah dengan meningkatkan literasi digital seluruh anggota keluarga. Literasi digital bukan hanya kemampuan menggunakan perangkat dan aplikasi, tetapi juga mencakup pemahaman tentang keamanan data, etika dalam berkomunikasi daring, serta kemampuan menyaring informasi. Orang tua harus mengambil peran sebagai pembelajar aktif, tidak malu untuk terus belajar teknologi agar dapat mendampingi anak-anak secara relevan dan cakap di dunia digital.

Strategi berikutnya adalah membangun komunikasi terbuka dan partisipatif dalam keluarga. Orang tua perlu menciptakan ruang dialog yang aman bagi anak-anak untuk menceritakan pengalaman mereka di dunia maya. Anak-anak yang merasa dihargai opininya lebih cenderung terbuka tentang konten yang mereka akses atau pengalaman buruk yang mereka alami di internet. Komunikasi ini juga dapat mencegah anak mencari pelarian di luar keluarga saat menghadapi masalah daring seperti perundungan atau tekanan sosial.

Langkah penting lainnya adalah menetapkan aturan digital keluarga yang disepakati bersama. Misalnya, waktu khusus tanpa gawai di rumah, seperti saat makan malam, waktu belajar, atau sebelum tidur. Aturan ini tidak hanya menumbuhkan disiplin, tetapi juga menciptakan kesempatan untuk berinteraksi secara langsung tanpa gangguan teknologi. Kesepakatan digital ini idealnya tidak dibuat secara otoriter, melainkan hasil dari musyawarah sehingga setiap anggota keluarga merasa memiliki tanggung jawab untuk menaati.

Pengawasan aktif namun tidak represif juga menjadi strategi penting. Orang tua sebaiknya tidak hanya fokus pada pelarangan, tetapi juga menjadi co-explorer dalam dunia digital anak. Misalnya, menonton konten YouTube bersama, bermain gim daring bersama, atau berdiskusi tentang tren yang sedang viral. Dengan demikian, anak merasa orang tua hadir dan memahami dunianya. Hubungan menjadi lebih terbuka, dan orang tua dapat secara halus mengarahkan anak pada konten yang lebih bermanfaat dan mendidik.

Penerapan teknologi pelindung seperti parental control, pengatur waktu layar (screen time), dan perangkat lunak penyaring konten juga bisa membantu membatasi eksposur anak terhadap konten berbahaya. Namun, penggunaan alat ini harus dibarengi dengan penjelasan yang logis dan dialog. Anak perlu memahami mengapa pembatasan diberlakukan, sehingga tidak menimbulkan rasa terkekang atau memberontak. Kesadaran yang tumbuh dari pemahaman akan lebih tahan lama dibanding sekadar larangan teknis.

Strategi ketahanan juga mencakup pembangunan aktivitas keluarga di luar ruang digital. Kegiatan seperti berolahraga bersama, mendaki, memasak, berkebun, atau berkunjung ke tempat wisata lokal dapat mempererat hubungan emosional. Aktivitas ini juga memberikan jeda dari paparan layar yang terus-menerus, membantu menjaga kesehatan mental dan fisik, serta memperkaya interaksi sosial dalam bentuk nyata. Keluarga yang aktif secara fisik cenderung lebih kompak dan memiliki hubungan antaranggota yang hangat.

Penting pula untuk menanamkan nilai-nilai spiritual dan moral dalam pengasuhan digital. Nilai seperti kejujuran, tanggung jawab, sopan santun, dan empati harus terus ditanamkan meskipun anak-anak hidup di tengah arus informasi global. Keluarga yang memiliki fondasi nilai yang kuat akan lebih tahan terhadap pengaruh negatif dunia maya. Dalam konteks masyarakat Indonesia, penguatan nilai-nilai agama, budaya lokal, dan tradisi kekeluargaan dapat menjadi pilar yang kokoh dalam menghadapi disrupsi digital.

Tabel 1. Analisis Lierature

Penulis	Tahun	Judul	Fokus Kajian	Keterkaitan dengan Ketahanan Keluarga di Era Digital
Aini, K.	2023	<i>Pergeseran Ideologi Patriarki Dalam Peran Pengasuhan Anak Pada Suami Generasi Milenial Suku Jawa</i>	Transformasi pola asuh ayah milenial	Menjelaskan pola asuh yang responsif dan adaptif terhadap perubahan sosial dan digital yang memperkuat ketahanan emosional keluarga
Albab, H. U., Sulthoni, A., & Romadlon, A. F. N.	2024	<i>Etika Keluarga Dalam QS. At-Tahrim Perspektif Hasby Ash-Shiddieqy Dalam Tafsir An-Nur</i>	Nilai etika keluarga dalam Islam	Memberikan dasar moral penting untuk menjaga privasi dan keseimbangan dalam penggunaan teknologi oleh anggota keluarga
Al-Mu'min, A.	2024	<i>The Phenomenon of</i>	Relasi suami-	Menyentuh pentingnya

K. M.		<i>Husbands Living With Their Wives: A Muslim Family Economic Perspective</i>	istri dalam konteks ekonomi digital	peran kesetaraan dan keterlibatan digital dalam menjaga keharmonisan keluarga
Bensaid, B.	2021	<i>An overview of muslim spiritual parenting</i>	Pengasuhan berbasis spiritual Islam	Menekankan pentingnya kontrol spiritual dan moral dalam menghadapi ketergantungan teknologi serta memfilter konten daring
Djawas, M., Nadhiran, H., et al.	2022	<i>Creating Family Resilience in Indonesia: A Study of "Marriage Guidance" Program in Aceh and South Sumatera</i>	Strategi resilien keluarga	Memberi kerangka praktik membangun ketahanan keluarga yang dapat diterapkan di tengah gangguan digital modern
Fajrin, N. P., & Purwastuti, L. A.	2022	<i>Keterlibatan Orang Tua Dalam Pengasuhan Anak Pada Dual Earner Family</i>	Pola asuh pada keluarga dengan dua pencari nafkah	Relevan dengan dinamika penggunaan media digital dalam rumah dan peran pengawasan terhadap akses anak
Fauziah, G., Hadi, F. S., et al.	2021	<i>Ketahanan Keluarga Dalam Meminimalisir Perceraian Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kecamatan Cengkareng</i>	Strategi menghadapi konflik dan tekanan eksternal keluarga	Relevan dalam konteks bagaimana penggunaan teknologi yang intens dapat memicu atau meredam konflik rumah tangga
Fitriza, D., & Taufik, T.	2022	<i>Hubungan Kemampuan Komunikasi</i>	Komunikasi dalam keluarga	Komunikasi efektif penting dalam membangun kesadaran

		<i>Interpersonal Dengan Keharmonisan Keluarga</i>		privasi, mengatur penggunaan media sosial, dan menyeimbangkan relasi digital
Ameen, N., & Anand, A.	2020	<i>Generation Z in the United Arab Emirates: A Smart-Tech-Driven iGeneration</i>	Generasi Z dan teknologi pintar	Memberi latar penting bagaimana teknologi membentuk karakter, perilaku daring, dan tantangan pengasuhan terhadap generasi digital
Botezat, E., Fotea, I., et al.	2024	<i>Civic engagement and social change</i> (dalam konteks Gen Z)	Aktivisme digital dan sosial Generasi Z	Relevan dalam konteks ketergantungan digital yang tinggi dan implikasinya terhadap struktur keluarga serta kebutuhan membentuk kontrol diri

Berdasarkan hasil telaah terhadap sejumlah jurnal ilmiah, ditemukan bahwa ketahanan keluarga di era digital dipengaruhi secara langsung oleh transformasi peran dan nilai dalam struktur keluarga. Aini (2023) menunjukkan bahwa pergeseran ideologi patriarki pada keluarga Jawa memberikan ruang bagi keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak. Fenomena ini merupakan penanda penting dalam membentuk pola asuh yang lebih adaptif terhadap tantangan digital, di mana anak-anak membutuhkan pengawasan dan pendampingan teknologi bukan hanya dari ibu, tetapi juga dari ayah. Pola ini berkontribusi pada terciptanya hubungan emosional yang seimbang dan meningkatkan kontrol terhadap penggunaan media daring oleh anak.

Isu pengasuhan spiritual juga mendapat sorotan penting dari Bensaid (2021) yang menekankan pentingnya pendekatan Islami dalam pembentukan keluarga yang tangguh terhadap pengaruh negatif digital. Ketika media sosial dan platform daring membuka pintu pada konten yang tidak terkontrol, nilai-nilai spiritual seperti kesopanan, tanggung jawab, dan disiplin menjadi filter internal yang sangat penting. Konsep Muslim spiritual parenting dalam jurnal tersebut memperkuat gagasan bahwa literasi digital harus sejalan dengan pendidikan nilai, bukan sekadar penguasaan teknologi secara teknis.

Selanjutnya, penelitian oleh Fajrin dan Purwastuti (2022) mengenai keluarga ganda pencari nafkah memberikan wawasan tentang pentingnya pembagian peran yang efektif dalam pengasuhan anak di tengah keterbatasan waktu dan meningkatnya ketergantungan terhadap gawai sebagai "pengasuh cadangan". Fenomena ini memperlihatkan bahwa tanpa koordinasi yang baik antara orang tua, anak dapat terpapar konten digital tanpa kontrol yang memadai, dan ini menjadi titik rawan melemahnya ketahanan keluarga. Oleh karena itu, komunikasi yang terstruktur dan kehadiran emosional meski secara terbatas tetap menjadi kunci.

Dari sisi tantangan privasi, jurnal oleh Albab et al. (2024) tentang etika keluarga dalam Islam memberikan pendekatan normatif yang dapat dijadikan dasar untuk mengatur interaksi keluarga di ruang digital. Privasi tidak hanya terkait data, tetapi juga mencakup penghormatan terhadap batas personal dan hak anak atas ruang aman dalam dunia maya. Dalam konteks ini, nilai-nilai etika Islam sangat relevan untuk mengarahkan praktik digital dalam keluarga, termasuk pengendalian konten, pembatasan unggahan keluarga, serta penguatan kesadaran digital sejak dini. (Chamdi, 2020)

Penelitian Ameen & Anand (2020) dan Botezat et al. (2024) secara khusus membahas karakteristik generasi Z yang hidup dalam ekosistem smart technology dan budaya online presence. Hal ini menunjukkan bahwa tantangan ketergantungan media sosial dalam keluarga bukan sekadar gangguan temporer, tetapi telah menjadi bagian dari gaya hidup generasi muda. Oleh karena itu, strategi ketahanan keluarga perlu mempertimbangkan pendekatan dialogis dan partisipatif yang tidak hanya melarang, tetapi juga memahami dan merangkul dunia digital anak secara kritis dan produktif.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menunjukkan bahwa ketahanan keluarga di era digital sangat bergantung pada kemampuan keluarga dalam mengelola pengaruh teknologi secara bijak. Privasi menjadi elemen penting yang sering kali terabaikan karena penggunaan media sosial yang impulsif dan kurangnya literasi digital, baik oleh orang tua maupun anak. Ketahanan keluarga menuntut pemahaman yang lebih luas tentang pentingnya menjaga batas informasi pribadi di ruang maya. Pola asuh mengalami transformasi besar seiring dengan hadirnya teknologi dalam kehidupan anak-anak. Orang tua dituntut untuk tidak hanya memberikan kasih sayang secara emosional, tetapi juga menjadi pendamping aktif dalam dunia digital anak. Pendekatan digital parenting terbukti lebih efektif dibandingkan sekadar pengawasan pasif atau pelarangan tanpa edukasi. Ketergantungan terhadap media sosial menjadi tantangan tersendiri karena mampu mengikis kelekatan emosional dalam keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, A., Muhammad, M. Z., Zakaria, M. N., bin Aziz, M. I., bin Wan Ismail, W. A. A. Z., Kamarudin, M. K., & Shamma, H. (2024). From scarcity to prosperity: Nurturing financial well-being in community affected by poverty. In *Studies in Systems, Decision and Control* (Vol. 517, pp. 153-164). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-50939-1\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-031-50939-1_13)
- Aini, K. (2023). Pergeseran ideologi patriarki dalam peran pengasuhan anak pada suami generasi milenial suku Jawa. *Kritis*, 32(2), 176-197. <https://doi.org/10.24246/kritis.v32i2p176-197>
- Albab, H. U., Sulthoni, A., & Romadlon, A. F. N. (2024). Etika keluarga dalam QS. At-Tahrim perspektif Hasby Ash-Shiddieqy dalam Tafsir An-Nur. *Jew*, 2(1), 38-57. <https://doi.org/10.61693/elwasathy.vol21.2024.38-57>
- Alfansuri, M. R., Shidiq, S., & Askar, R. A. B. (2023). Materi pendidikan pra nikah dalam kitab Qurratul Uyun dan relevansinya dengan isu-isu pernikahan kontemporer. *JlIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(10), 7800-7810. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i10.2493>
- Al-Mu'min, A. K. M. (2024). The phenomenon of husbands living with their wives: A Muslim family economic perspective. *Jurnal Mediasas: Media Ilmu Syari'ah dan Ahwal Al-Syakhsyiyah*, 6(2), 130-141. <https://doi.org/10.58824/mediasas.v6i2.52>
- Alwi, A. M. S. (2020). Wanita karir dalam perspektif pria Bugis. *OSF Preprints*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/3xp58>
- Ameen, N., & Anand, A. (2020). Generation Z in the United Arab Emirates: A smart-tech-driven iGeneration. In *The New Generation Z in Asia: Dynamics, Differences, Digitalization* (pp. 181-192). Emerald Publishing. <https://doi.org/10.1108/978-1-80043-220-820201018>
- Amrina, D. H., Agustriyani, A., & Asriani. (2023). Determinan tingkat kesejahteraan keluarga di masa pandemi COVID-19 dalam perspektif ekonomi Islam. *IESBIR*, 2(2). <https://doi.org/10.59580/iesbir.v2i2.5776>
- Ardyan, E., Sutrisno, T. F. C. W., & Padmawidjaja, L. (2023). New value creation and family business sustainability: Identification of an intergenerational conflict resolution strategy. *Heliyon*, 9(5), e15634. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e15634>

- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2025). Jumlah perceraian menurut provinsi dan faktor, 2023. <https://www.bps.go.id/id/statistics-table/3/YVdoU1lwVmlTM2h4YzFoV1psWkViRXhqTlZwRFVUMDkjMw==/jumlah-perceraian-menurut-provinsi-dan-faktor.html?year=2023>
- Bensaid, B. (2021). An overview of Muslim spiritual parenting. *Religions*, 12(12), 1-14. <https://doi.org/10.3390/rel12121057>
- Botezat, E., Fotea, I., Crisan, D., & Fotea, S. (2024). Civic engagement and social change. In *Gen Z Around the World: Understanding the Global Cohort Culture of Generation Z* (pp. 129-137). Emerald Publishing. <https://doi.org/10.1108/978-1-83797-092-620241014>
- Bunjamin, B. (2022). Manajemen keuangan keluarga di era pandemi COVID-19. *Jurnal Syntax Transformation*, 3(03), 368-375. <https://doi.org/10.46799/jst.v3i3.528>
- Chamdi, M. N. (2020). Keluarga sakinah dan problematikanya dalam rumah tangga. *Syariati*, 6(01), 89-100. <https://doi.org/10.32699/syariati.v6i01.1241>
- Clark, P. (2020). Financial planning for families with children with autism. In *A Spectrum of Solutions for Clients with Autism: Treatment for Adolescents and Adults* (pp. 325-332). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429299391-42>
- Dai, Y., Futris, T. G., Stanford, W. D., Richardson, E. W., & Koss, K. J. (2022). The association between financial distress, conflict management, and co-parenting support for couples receiving child welfare. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(11), 3329-3350. <https://doi.org/10.1177/02654075221096783>
- Dharmayani, D., Hendriyadi, H., Bunjamin, M., & Santoso, R. (2024). Efektivitas program konseling pra-nikah dalam mengurangi konflik rumah tangga: Studi perbandingan di Indonesia dan Malaysia. *Tebuireng Journal of Islamic Studies and Society*, 5(2), 186-201. <https://doi.org/10.33752/tjiss.v5i2.8446>
- Djawas, M., Nadhiran, H., Samad, S. A. A., Mubarrak, Z., & Azizi, M. A. (2022). Creating family resilience in Indonesia: A study of “Marriage Guidance” program in Aceh and South Sumatera. *Al-Ihkam: Jurnal Hukum dan Pranata Sosial*, 17(1), 299-324. <https://doi.org/10.19105/AL-LHKAM.V17I1.6150>
- Edison, E., & Hermanto, Y. P. (2023). Peran komunikasi yang efektif dalam membangun hubungan suami-istri guna meningkatkan pertumbuhan spiritual. *Integritas Jurnal Teologi*, 5(1), 66-79. <https://doi.org/10.47628/ijt.v5i1.138>

- Fahmi, F., Jailani, J., & Hayati, H. (2024). Pembentukan keluarga Islami: Analisis tanggung jawab pasangan suami istri di Kecamatan Nisam Kabupaten Aceh Utara. *Jurnal Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Malikussaleh (JSPM)*, 5(1), 225-236. <https://doi.org/10.29103/jspm.v5i1.16112>
- Fajrin, N. P., & Purwastuti, L. A. (2022). Keterlibatan orang tua dalam pengasuhan anak pada dual earner family: Sebuah studi literatur. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 2725-2734. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.1044>
- Fauziah, G., Hadi, F. S., Fadhlillah, F., Ramadhena, G., & T, N. A. (2021). Ketahanan keluarga dalam meminimalisir perceraian pada masa pandemi COVID-19 di Kecamatan Cengkareng. *Mizan: Journal of Islamic Law*, 5(2), 303-317. <https://doi.org/10.32507/mizan.v5i2.1046>
- Fitriza, D., & Taufik, T. (2022). Hubungan kemampuan komunikasi interpersonal dengan keharmonisan keluarga. *Counseling and Humanities Review*, 2(1), 7-12. <https://doi.org/10.24036/000484chr2022>