

PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP POLA KOMUNIKASI DALAM KELUARGA GENERASI Z

THE INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON COMMUNICATION PATTERNS IN GENERATION Z FAMILIES

Astriana Baiti Sinaga¹, Sa'diyah El Adawiyah^{2*}

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Jakarta

*Korespondensi: sadiyah.eladawiyah@umj.ac.id

(Diterima oleh Dewan Redaksi: 19-01-2026)

(Ditelaah oleh Dewan Redaksi: 03-02-2036)

(Dipublikasikan oleh Dewan Redaksi: 08-04-2026)

ABSTRACT

Digital communication is now embedded in everyday family life, especially for Generation Z adolescents who rely heavily on smartphones and social media. This shift raises a central concern: when messaging becomes the default, does the quality of family communication change? This study examines the influence of social media use on family communication patterns among mid-adolescent Gen Z. A quantitative survey was administered to 237 senior high school students in Jakarta (ages 15–18). The data were analyzed descriptively to map device ownership, platform preferences, and the ways social media is used in daily interaction with parents and siblings. Results show near-universal smartphone ownership and frequent social media use in everyday routines, including learning and communication at home. WhatsApp emerged as the dominant platform for family interaction, and many respondents reported choosing chat-based communication even while they were physically at home. Social media produced a double-edged effect. On the positive side, it supports fast, low-cost, distance-independent communication, helps coordinate family activities, and enables quick sharing of updates. On the negative side, heavier use was associated with reduced openness, weaker togetherness, and fewer meaningful face-to-face conversations, alongside concerns about the fading of traditional family values. Overall, the findings suggest that social media can strengthen connectivity, but direct interaction remains essential for sustaining warm and healthy family communication.

Keywords: Communication patterns; Family; Generation Z; Social media.

ABSTRAK

Komunikasi keluarga saat ini semakin dipengaruhi oleh teknologi digital, terutama pada Generasi Z yang tumbuh bersama smartphone dan media sosial. Perubahan ini memunculkan pertanyaan penting: ketika pesan singkat dan chat menjadi pilihan utama, apakah kualitas komunikasi keluarga ikut berubah? Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh penggunaan media sosial terhadap pola komunikasi keluarga pada Generasi Z usia remaja pertengahan. Metode yang digunakan adalah survei kuantitatif terhadap 237 siswa SMA di Jakarta berusia 15–18 tahun. Data dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan kepemilikan perangkat, pilihan platform, serta praktik komunikasi keluarga dalam

keseharian. Hasil penelitian menunjukkan hampir seluruh responden memiliki smartphone dan menggunakan media sosial secara rutin untuk aktivitas harian, termasuk belajar dan berkomunikasi dengan keluarga. *WhatsApp* menjadi platform paling dominan untuk komunikasi keluarga, dan cukup banyak responden memilih berinteraksi melalui chat meskipun sedang berada di rumah bersama orang tua atau saudara. Dampak media sosial bersifat dua sisi. Di satu pihak, media sosial memudahkan komunikasi yang cepat, murah, dan tidak terikat jarak, membantu koordinasi kegiatan keluarga, serta mempermudah berbagi informasi keseharian. Di pihak lain, penggunaan yang lebih intens cenderung berkaitan dengan menurunnya keterbukaan, berkurangnya kebersamaan, dan berkurangnya percakapan tatap muka yang bermakna, disertai kekhawatiran akan lunturnya nilai-nilai tradisional keluarga. Secara umum, media sosial menjaga konektivitas. Namun komunikasi langsung tetap krusial untuk hubungan keluarga yang lebih hangat dan sehat.

Keywords: Generasi Z; Media sosial; Pola komunikasi; Keluarga.

Astriana Baiti Sinaga dan Sa'diyah El Adawiyah, 2026. Pengaruh Media Sosial Terhadap Pola Komunikasi Dalam Keluarga Generasi Z.

PENDAHULUAN

Teknologi komunikasi mengalami perkembangan yang sangat pesat. Perubahan teknologi komunikasi dari tatap muka beralih bermedia. Kehadiran internet merubah tatanan lama ke tatanan baru yaitu komunikasi bisa dilakukan di mana saja, tidak terbatas ruang dan waktu, maupun jarak dan tidak tatap muka secara langsung melainkan online. Media sosial atau media online telah mengubah dunia menjadi alat yang populer di masyarakat (Keifer, 2014). Berbagai aktivitas banyak dilakukan melalui media sosial baik positif maupun negatif. Terutama generasi remaja atau yang disebut generasi z, sangat tergantung dengan media sosial, seperti *whattsapp*, *facebook*, *Instagram*, *twitter*, *tiktok* dan lainnya. Media sosial sangat menarik untuk dikupas dan dibahas baik dari sisi negatif maupun positifnya terutama berkaitan dengan pola komunikasi di dalam keluarga. Penggunaan media sosial yang tidak teratur dan sulit dikendalikan menyebabkan kondisi kognitif yang negatif yang mempengaruhi fungsi mental dan fisik, serta penggunaan media sosial secara kompulsif dapat memperburuk kondisi emosional (Rahmawati et al., n.d.).

Media Sosial merupakan sebuah media *online* (Susanto, 2016) di mana penggunaanya dapat dengan mudah berpartisipasi, berbagi dan membuat konten termasuk *blog* (Sulfikar, 2012), media sosial atau jejaring sosial dan dunia maya (Rahmat, 2017). Media sosial merupakan kombinasi sosiologi dan teknologi yang mengubah monolog menjadi dialog dan demokrasi informasi yang mengubah masyarakat dari pembaca konten menjadi penerbit konten. Media sosial menjadi sangat populer karena dapat memberikan kesempatan masyarakat untuk terhubung dengan dunia *online* dalam bentuk hubungan pribadi, politik, dan aktivitas bisnis media sosial adalah sekumpulan aplikasi yang berjalan di Internet yang mempunyai fungsi bertukar konten. Media sosial adalah tentang menjadi orang normal. Orang-orang biasa berbagi ide, bekerja sama dan berkolaborasi untuk berkreasi, berpikir, berdebat, mencari orang lain yang bisa menjadi teman baik, mencari mitra dan membangun komunitas.

Generasi z (Muhammadiyah Mataram et al., n.d.) sebagai individu yang lahir antara tahun 1995 hingga 2010 (Santrock, 2018) mengidentifikasi diri fase perkembangan remaja dan dewasa awal setelah mulai berkembangnya teknologi

internet (Pichler, 2021). *Smartphone* sebagai bagian dari internet digunakan Generasi Z menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari baik di dunia maya maupun dunia nyata melalui digital. Generasi ini menyesuaikan diri dan menginternalisasikan nilai (Perez Falkner, 2013), norma, kebiasaan (Berns, 2013) dan perilaku sebagai nilai dan keyakinan dalam pola komunikasi sehari-hari. Media sosial mulai menggantikan komunikasi tatap muka beralih melalui media sosial, misal mengirim pesan melalui whatsapp kepada orang tua atau sebaliknya, memposting foto atau aktivitas di story agar diketahui keluarga atau si anak. Semakin aktif seseorang di media sosial dianggap modern atau maju. Sedangkan seseorang yang tidak aktif di media sosial dianggap kuno atau gaptek bahkan dianggap ketinggalan jaman. Dampak kecanduan media sosial pada generasi Z akan mengikis moral.

Media sosial, salah satunya melalui *smartphone*, diharapkan mampu menjadi alat penghubung bagi orang tua untuk berkomunikasi dengan anaknya generasi Z pada saat tidak berada di sisi masing-masing atau jauh. Namun penggunaan media sosial dikhawatirkan merubah moral pengguna yang berakibat tidak baik. Sedangkan tugas orangtua menjaga moral melalui komunikasi yang baik ditengah arus modernisasi. Kesibukan masing-masing baik orangtua dan generasi meskipun di rumah, sibuk dengan *smartphonenya* yang berisi fitur dan media sosial yang menarik perhatian kedua belah pihak.

Berkurangnya interaksi di antara orangtua dengan anaknya generasi Z berdampak pola komunikasi tidak berjalan dengan baik (Adiningrum et al., 2024; Yoanita, 2022). Orangtua memberi berperan dalam mengembangkan moral, sopan santun dan adab melalui pola komunikasi yang digunakan sehari-hari yang ada di dalam masyarakat sesuai dengan adat budaya setempat juga agama. Pola komunikasi orangtua kepada generasi Z yaitu anaknya sikap kasih sayang, kejujuran, disiplin, motivasi generasi Z. Pola

komunikasi yang baik yang diterapkan dalam keluarga akan membentuk moral dan perilaku yang baik karena terjalinnya interaksi sesama anggota keluarga akan lebih baik melalui tatap muka bukan hanya melalui media sosial.

Komunikasi keluarga, menurut Littlejohn (2017), tidak terjadi secara kebetulan atau acak melainkan berdasarkan skema tentang pengetahuan, tingkat individualitas dan faktor eksternal keluarga yang menentukan bagaimana anggota keluarga saling berkomunikasi. Ada dua tipe skema yaitu orientasi percakapan dan orientasi kesesuaian. Berdasarkan perkembangan dan teknologi di Indonesia sendiri, daerah Jabodetabek termasuk ke dalam daerah yang cukup tinggi mengakses teknologi informasi.

Hal ini dapat dilihat, menurut data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2023), menunjukkan bahwa daerah Jabodetabek termasuk ke dalam 10 besar daerah penetrasi internet yang cukup tinggi, serta menurut Badan Pusat Statistik (2022), Jabodetabek termasuk dalam daerah yang cukup tinggi dalam kepemilikan ponsel.

Studi ini menunjukkan pergeseran komunikasi keluarga Gen Z ke arah komunikasi bermedia. Namun bukti yang tersedia masih bersifat deskriptif sehingga belum menjelaskan secara kuat hubungan kausal maupun mekanisme pengaruh penggunaan media sosial terhadap kualitas komunikasi keluarga. Selain itu, penelitian belum membedakan jenis penggunaan media sosial, belum melakukan triangulasi perspektif orang tua atau anggota keluarga lain, serta masih terbatas pada konteks siswa SMA di Jakarta sehingga generalisasi dan pemahaman dinamika jangka panjang masih terbuka untuk diteliti

Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti ingin melakukan penelitian di daerah Jabodetabek dikarenakan sesuai dengan karakter responden penelitian yaitu pengguna media sosial. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini

adalah “Apakah ada pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi dalam keluarga generasi z?”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan analisis data statistik deskriptif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang pengumpulan data menggunakan analisis data melalui statistic untuk menguji dan menjelaskan hipotesis yang ditetapkan.

Penelitian ini bersifat kolektif tidak sejajar (kolektif), ada variabel pertama yang mempengaruhi variable kedua. Variabel pertama atau variabel bebas adalah penggunaan media sosial mempengaruhi variable terikat yaitu pola komunikasi generasi z.

POPULASI DAN SAMPEL

Populasi dan sampel menjelaskan prosedur yang digunakan untuk menentukan sampel. Populasi merupakan kumpulan dari keseluruhan sampel yang diteliti. Populasi penelitian yang terdiri dari siswa-siswi SMA di Jakarta. Data populasi diuraikan berdasarkan jumlah siswa dan distribusi kelas. Sedangkan sampel merupakan bagian dari karakteristik yang dimiliki oleh suatu populasi. Sampel dari penelitian ini adalah remaja yang berada di Jakarta. Adapun teknik pengambilan sampel *stratified random sampling* untuk memastikan representativitas sampel.

Rincian jumlah sampel yang diambil dari populasi menggunakan rumus *slovin*, termasuk pembagian sampel berdasarkan jenis kelamin dan tingkat Pendidikan terdapat 237 responden yang terdiri dari 124 siswa laki-laki dan 113 siswa perempuan. Dengan rentang usia antara 15-18 tahun, merupakan remaja pertengahan dan berada pada kelas 10 sampai 12 di Jakarta. Total jumlah responden sebanyak 237 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan angket berbentuk pernyataan tertulis dengan jawaban yang sudah dipersiapkan

sebelumnya. Responden memilih salah satu jawaban yang dianggap tepat pada kolom jawaban yang tersedia.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

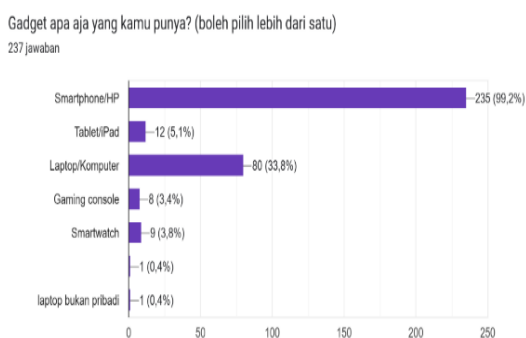
Generasi z merupakan generasi yang sangat dekat dengan teknologi terutama media sosial seperti Instagram, tik tok, facebook dan lainnya. Berdasarkan hasil penelitian, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat kecanduan yang berakibat pada kesenangan dalam fasilitas media sosial. Ini berefek pada rendahnya kualitas komunikasi tatap muka secara langsung bahkan yang mengakibatkan terjadinya perubahan perilaku yang tidak diinginkan. Berbagai bentuk platform media sosial seperti Instagram (El Qudsi & Syamtar, 2020), *twitter* (Firamadhina & Krisnani, 2021), *tiktok*, *facebook* sarana berbagi informasi generasi z dalam menyampaikan jati dirinya.

Keluarga yang terdiri dari ibu, ayah, anak merupakan lingkungan terdekat anak. Perkembangan tehnologi merubah pola komunikasi yang tradisional atau tatap muka tergantikan dengan tehnologi digital. Suka atau tidak suka, orangtua harus menghadapi era yang berbeda dengan zaman mereka dulu. Anak generasi z (Claudia et al., 2024) lebih banyak menghabiskan waktu mereka di dunia maya yang menjadikan generasi penyendiri (homosolitarus). Masa remaja generasi Z ini lebih banyak dihabiskan di media sosial. Hal ini terjadi semua aktifitas anak-anak dari generasi z mulai dari belajar, bermain, bahkan bertemanpun dilakukan melalui dunia maya atau online (Indriyani, 2020). Penggunaan media sosial pun dilakukan saat berkomunikasi langsung dengan orang lain sambil mengakses media sosial. Penelitian ini mendapatkan hasil yang menarik pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi dalam keluarga generasi z.

Berdasarkan hasil penelitian, hampir 235 responden atau 99.2 % generasi z

memiliki *smartphone* (HP), 80 responden atau 33,8% memiliki laptop atau komputer selebihnya responden lainnya memiliki tablet, gaming, *smartwatch* dan laptop salah milik salah satu anggota keluarga. Semua responden sudah terpapar media sosial dan menggunakannya untuk melakukan aktivitas sehari-hari baik untuk belajar hingga komunikasi dengan keluarga

Tabel 1. Gadget yang dimiliki



Sumber: Olahan Penelitian 2025

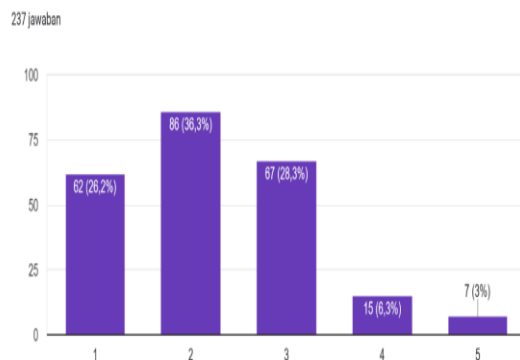
Meskipun disadari penggunaan media sosial yang berlebihan pada generasi z akan menghasilkan generasi yang kesepian dan individualisme (Suryani et al., 2025). Penggunaan media sosial yang tidak mengenal batas waktu, dapat berakibat malas dalam beraktifitas seperti belajar, malas berkomunikasi langsung dengan orangtua, saudara atau teman, malas bersosialisasi, lupa kesopanan dan tata krama. Namun kenyataannya, keterbukaan dalam komunikasi di keluarga generasi z bisa diatasi dengan teknologi. Berdasarkan tabel dibawah ini anak generasi z melakukan komunikasi melalui media whatsapp dibanding ngobrol bersama keluarga secara langsung atau tatap muka.

Smartphone yang dimiliki oleh generasi z dan orangtua yang memiliki perangkat multifungsi dan menjadi bagian terpenting dalam kehidupan sehari-hari. Generasi z lebih nyaman berinteraksi (Aritonang et al., 2024) melalui *handphone* atau *smartphone* mulai dari panggilan, baik suara maupun video mengakses internet,

menerima dan mengirim pesan suara dan video dapat dilakukan dengan mudah sesuai keinginan masing-masing. Generasi z menganggap dengan adanya *handphone* dan media sosial diaplikasinya memudahkan mereka berinteraksi dengan keluarga (Ahmad et al., 2024), ngobrol bareng menggunakan *WhatsApp* grup keluarga, kirim pesan hingga *meme*, foto, video, bisa dilakukan juga melalui media social lainnya seperti Instagram, facebook, dalam mengabadikan momen tertentu di story media sosial.

Tabel 2. Lebih sering chat dibanding ngobrol langsung

B1. Aku lebih sering chat WhatsApp sama keluarga daripada ngobrol langsung, meskipun lagi di rumah



Sumber: Olahan Peneliti 2025

Platform di media sosial seperti *whatsapp*, *instagram*, *facebook*. Telegram mengalami kemajuan dalam aplikasi chatting lebih aman dalam melakukan komunikasi secara langsung, berbagi kiriman seperti foto, video, melakukan panggilan lebih murah tanpa mengeluarkan biaya tambahan. Apalagi untuk ukuran responden yang masih sekolah.

Perkembangan teknologi komunikasi memudahkan orangtua dan anak dalam berinteraksi dan menambah efisiensi dalam kecepatan informasi yang disampaikan. Sedangkan aplikasi yang paling sering digunakan generasi z bersama keluarga 95% *WhatsApp*, 3% *Instagram* DM, selebihnya line dan telegram.

Generasi z lebih sering melakukan komunikasi melalui *WhatsApp* sejumlah 146 responden (62,5%), daripada mengobrol langsung diruang tamu sebanyak 191 responden (86.6%). Padahal generasi z ini berada di rumah dan bertemu dengan orangtua meskipun beda ruangan.

Namun mereka lebih nyaman berkomunikasi sesama keluarga melalui *chat* lebih fleksibel, tanpa ada jarak, bisa di mana saja melalui *video call*, misalnya saat makan bersama keluarga, ada salah satu anggota keluarga tidak hadir bisa dilakukan melalui *video call* sebanyak 77 responden (32,3%). Sedangkan 70 responden (29,5%) menyatakan ragu-ragu dan 86 responden tidak setuju komunikasi dengan keluarga melalui aplikasi.

Sebanyak 129 responden (54,4%) menyatakan tidak setuju komunikasi dengan keluarga melalui *video call*, 66 responden (27,84%).

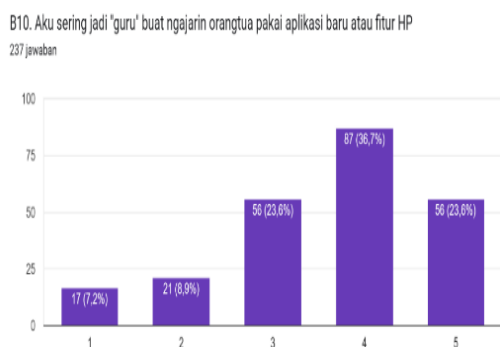
ragu-ragu, dan 42 responden (17,8%) menyatakan setuju komunikasi bisa dilakukan melalui *video call*. Media sosial menjadi begitu penting dalam menjalin komunikasi dengan generasi z melalui sharing kegiatan sehari-hari lewat foto atau video, *update* status yang memungkinkan keluarga mengetahui kondisi masing-masing diantara kesibukannya. Para generasi z secara bersama-sama memanfaatkan waktu berkualitas melalui permainan game online, atau menonton film Netflix yang di setujui oleh 111 responden (46,8%), 59 responden (24,8%) ragu-ragu dan selebihnya tidak setuju sebanyak 67 responden (28,3%) menyatakan tidak setuju *quality time* digantikan dengan nonton atau main game Bersama. Bahkan komunikasi keluarga menurut pernyataan responden lebih kuat dengan bertemu langsung sebanyak 78 responden (32,9%), sedangkan selebihnya ragu ragu sebanyak 112 responden (47,3%) lebih *keep in touch* daripada *deep conversation*.

Tidak dapat dipungkiri teknologi komunikasi melalui media social memberi pengaruh dua sisi mata uang yaitu positif

dan negative. Dampak positif yang dirasakan responden komunikasi tetap berjalan dengan baik baik berada dalam satu rumah maupun jauh secara fisik, misal sedang di sekolah atau kegiatan ekstrakurikuler di sekolah atau orangtua responden sedang berada di luar kota. Namun dapat tetap terhubung melalui *WhatsApp*, *video call*, pesan suara, kiriman pesan, foto dan sebagainya. Interaksi tetap terjalin dengan hangat antara orangtua dengan anak-anak generasi z. Anak -anak generasi z dapat melihat aktivitas yang dilakukan orangtua mereka. Begitu pula sebaliknya melalui *video call*, story, bagian dari interaksi dan informasi keberadaan masing-masing melalui teknologi selain membagikan momen penting yang memperkuat ikatan emosional dan hubungan akrab keluarga di antara orangtua dan anak generasi z. Responden juga merasakan dampak positif yaitu dapat mengajari orangtua menggunakan aplikasi baru atau fitur baru di handphone (Claudia et al., 2024). Presentasinya sangat rendah yaitu 38 responden (16,03%) yang membantu orangtua dalam mengenalkan aplikasi di *smartphone*.

Keluarga memiliki peran dalam membentuk karakter generasi z di era yang serba instan dan teknologi yang terus berkembang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi keluarga dengan generasi z di era digital ini mengalami pergeseran dari komunikasi tatap muka beralih menggunakan media melalui media social seperti *whatsapp*, *instagram*, *tiktok*, *facebook*, *twitter* dan media sosial lainnya. Aktivitas keluarga mulai dari makan bareng, ngobrol di ruang tamu sudah beralih ke media sosial.

Tabel 3. Mengajari orang tua aplikasi di smartphone



Sumber: Olahan peneliti 2025

Di samping dampak positif, teknologi juga memberikan dampak negatif jika digunakan secara berlebihan yang mengganggu hubungan komunikasi dan kualitas interaksi berkurang di dalam keluarga. Hal ini terlihat dari jawaban responden walau berada dalam satu rumah lebih banyak komunikasi melalui gawai yaitu berkurangnya nilai keterbukaan pada 73 responden menyatakan setuju, 100 responden menyatakan ragu-ragu, dan 55 responden menyatakan komunikasi tidak terbuka. Begitu juga dengan berkurangnya kebersamaan yang selama ini terjadi di dalam keluarga, tergantikan dengan *emotional connection* 101 responden menyatakan keraguan dan 53 responden menyatakan tidak setuju. Tidak terjadinya demokratis dalam penggunaan media sosial lebih dari 121 responden menyatakan ragu dan 50 responden tidak terjadi demokratis dalam media sosial.

Hadirnya teknologi baru seperti media sosial mengikis nilai-nilai tradisional yang selama ini dijaga lebih dari 142 responden menyatakan budaya Indonesia di dalam keluarga mulai luntur dengan adanya media sosial. Sehingga menjadikan hubungan keluarga mengalami penurunan dan masalah dalam keluarga menjadi sulit untuk diselesaikan dan sesuai dengan

pernyataan 98 responden yang menyatakan setuju.

PEMBAHASAN

Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi dalam Keluarga Generasi Z

Perkembangan teknologi komunikasi telah mengubah pola komunikasi manusia. Pola komunikasi tatap muka telah tergantikan melalui media, salah satunya media sosial. Media sosial memberikan dampak dalam interaksi dan pola komunikasi di dalam keluarga. Tanpa disadari penggunaan media sosial yang berlebihan membawa dampak positif dan negative dan sangat penting dalam pola komunikasi keluarga dengan generasi Z (Nadeak & Rustandi, 2024).

Berbagai penelitian membuktikan bahwa teknologi komunikasi yang terhubung dengan internet, seperti *media social, laptop, personal computer, handphone* mengalami pergeseran mulai dari norma, etika dan budaya dan memudahkan komunikasi terjalin di antara keluarga (Luthfiyyah et al., 2025). Namun, juga perlu disadari penggunaan media sosial secara berlebihan dapat mengganggu komunikasi di dalam keluarga yaitu semakin menurunnya kualitas interaksi tatap muka. Berkurangnya waktu kebersamaan bersama keluarga. Masing-masing disibukkan dengan perangkat digitalnya sendiri daripada terlibat dalam percakapan sehari-hari, baik orang tua maupun generasi z. Hal ini akan menyebabkan terjadinya kesalahpahaman di dalam beraktivitas melalui komunikasi digital.

Salah satu kesalahpahaman yang terjadi melalui komunikasi verbal (DeVito, 1997) yaitu pesan. Pesan teks yang terkirim melalui *WhatsApp* atau *Inbox* seringkali tidak lengkap dan jelas sehingga kehilangan maksud dari pesan tersebut yang akan menimbulkan ketegangan antar anggota keluarga. Tidak ada lagi suara yang berteriak-teriak, intonasi suara rendah dan tinggi tergantikan dengan pesan singkat

yang masuk melalui media sosial yaitu *whatsapp*.

Tantangan generasi z dengan teknologi digital tidak semua orangtua mengenal dan terbiasa dengan komunikasi digital terutama aplikasi yang ada di dalamnya yang mengalami perubahan. Hal ini menyebabkan terjadinya jurang yang cukup lebar antara orangtua yang gagap teknologi (gaptek) dengan generasi z yang serba melesat dan instan. Perbedaan usia antar beda generasi menyebabkan terjadinya komunikasi yang tidak efektif bahkan bisa memburuk. Komunikasi verbal tergantikan dengan pesan singkat. Berkurangnya tatap muka atau interaksi langsung dalam keluarga mengurangi kedekatan emosional meskipun hasil penelitian Valkenburg dan Peter menyatakan media sosial menciptakan hubungan keluarga yang semakin kuat melalui berbagi pengalaman melalui *share* video, foto dan sebagainya. Pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi memiliki sisi positif dan negatif (Ahmad et al., 2024; Luthfiyah et al., 2025).

Dampak Positif dan Negatif Media Sosial

Sisi positif media sosial terhadap remaja atau generasi z yaitu: 1) meningkatnya konektivitas sosial. Media sosial memungkinkan remaja terhubung dengan teman sebaya, anggota keluarga yang jauh, dan komunitas dengan minat yang sama. Hal ini membantu memperluas jaringan sosial mereka dan merasakan keterikatan yang lebih kuat; 2) Sumber informasi dan pembelajaran; platform media sosial menyediakan akses mudah ke berbagai informasi dan sumber pembelajaran. Remaja dapat belajar tentang topik tertentu, mengeksplorasi minat remaja dengan berbagai pengetahuan orang lain; 3) Aktualisasi diri. Penggunaan media sosial yang berlebihan hingga kecanduan dapat mengganggu kehidupan sehari-hari remaja karena menghabiskan waktu yang berlebihan di depan layar, mengorbankan waktu istirahat terutama tidur yang cukup

dan aktifitas fisik, seperti olahraga serta interaksi dengan lingkungan atau teman sebaya.

Selain dampak positif, sisi negatif pun mempengaruhi pola komunikasi remaja generasi z. Adapun sisi negatif media sosial adalah: 1) *cyberbullying*; pelecehan dan intimidasi online. *Cyberbullying* memberikan dampak buruk pada psikologis generasi z, emosional yang berubah, gampang *stress*, emosi, cemas dan depresi; 2) *Body image* dan kepuasan diri rendah. Media sosial seringkali menampilkan citra tubuh yang sempurna dan standar kecantikan yang tidak realistis. Generasi z akan merasakan kurang dengan bentuk tubuhnya. Hilang kepercayaan diri karena tidak cantik atau tidak tampil menarik yang menimbulkan kepercayaan diri yang rendah; 3) kecanduan. Kecanduan media sosial dan penggunaan yang berlebihan dapat mengganggu aktivitas remaja dalam kesehariannya. Para generasi z menghabiskan waktu yang berlebihan di media sosial meskipun hanya sekedar *scroll* saja.

Perkembangan teknologi komunikasi mengalami perubahan yang sangat cepat terutama setelah masa covid (Romadlon, 2020). Komunikasi tatap muka yang selama ini dilakukan dalam kehidupan sehari-hari terutama di rumah. Tawa canda ria, sapaan dan tegur sapa masih terlihat akrab di setiap pertemuan. Berangsur tergantikan dengan kehadiran internet melalui *handphone*. Benda kecil namun menampung semua aplikasi yang memudahkan manusia berinteraksi dan terhubung dengan media lainnya, seperti radio, televisi, film dan tatap muka.

Pola komunikasi keluarga pun ikut berubah. Meski berada jauh dari rumah, generasi z masih bisa berkomunikasi dengan anggota keluarga lainnya dengan mengirimkan pesan melalui *WhatsApp*, video ke story, aktivitas sehari-hari ke media sosial yang bisa dilihat oleh anggota keluarga lainnya. Berbagai aplikasi yang terdapat dalam *handphone* selain kirim pesan melalui *chat* keluarga. Meskipun

singkat, namun cukup padat, lebih fkesibel karena bisa dilakukan di mana saja, tidak terhalang ruang dan waktu, ada *video call* bersama, ada emoji berupa *sticker* yang mewakili perasaan generasi z ke orangtuanya yang susah diungkapkan dengan kata-kata bila bertemu langsung.

Generasi z lebih merasa bebas bila mengutarakan maksudnya melalui *chat* atau emoji daripada bertemu dan berbicara langsung. *Video call* mendekatkan yang jauh atau menjauhkan yang dekat karena keberadaan *smartphone*. Hasil penelitian menyatakan penggunaan media sosial (Keifer, 2014) terhadap generasi z memberikan dampak dua sisi mata uang positif dan negatif. Dampak positif yaitu kemudahan akses informasi dan bertambahnya jaringan pertemanan. Komunikasi yang semakin mudah tidak dibatasi lagi oleh jarak dan waktu untuk melakukan percakapan atau komunikasi dengan cepat dan murah.

Berbagai aplikasi yang ada dalam komunikasi digital memudahkan generasi z dan orangtua untuk berselancar informasi, menambah pengalaman, serta pengetahuan. Berkaitan dengan adab, seiring perkembangan teknologi cara menunjukkan sopan santun ke orangtua berubah di era digital ini dengan menggunakan emoji formal dan stiker. Ini terlihat dari pesan yang disampaikan tidak lagi berupa kata-kata namun beralih ke *emojional connection*. Aturan yang biasanya diberlakukan dalam keluarga beralih ke dalam digital. Misalnya, harus memberi tahu jika pergi dan memberikan foto lokasi sehingga privasi dalam keluarga pun berubah karena harus kirim lokasi dan foto. Munculnya tradisi baru dalam keluarga yaitu *good morning message, sharing daily activity, sharing foto, update status* ketika jauh. Keberadaan media sosial memberikan solusi berkurangnya konflik keluarga karena bisa diselesaikan melalui komunikasi digital.

Peran Orangtua

Peran orangtua (Luthfiyyah et al., 2025) di era digital dengan teknologi yang canggih menjaga pola komunikasi yang baik dalam mengembangkan interaksi yang intens dalam menjaga tingkah laku negatif anak-anak yang termasuk dalam generasi Z. Para orangtua juga memberikan aturan bagi anak remajanya dalam menggunakan media sosial antara lain: 1) Batasan waktu;. Sebagai orangtua, memberikan batasan waktu penggunaan media sosial agar seimbang antara online dan *offline*; 2) Kesadaran emosional (Mohamed dan Hamzah, 2005). Orangtua merangkul, menemani, dan mendorong remaja untuk memilih akun positif serta menghindari konten negatif yang akan merugikan psikologis remaja yang merupakan generasi Z, 3) kritis. Para orangtua mengembangkan sikap kritis para remajanya (Hayat et al., 2021); 4) Privasi. Mengajarkan para remaja dalam menjaga keamanan di media sosial dengan membatasi informasi seputar pribadi yang tidak perlu dibagikan di media sosial; 5) aktivitas *offline*. Memberikan kesempatan dan mengajak generasi z untuk lebih banyak berinteraksi secara nyata (*offline*) dibanding *online*.

Dampak dari sisi negatif dan positif media sosial yaitu orangtua juga memiliki peran yang penting dalam mendampingi remajanya yang merupakan generasi z mengelola penggunaan media sosial: a) Panutan. Orangtua berperan menjadi panutan atau contoh yang baik dalam penggunaan media sosial secara bijak dan bertanggung jawab; b) komunikasi, orangtua (DeVito, 1997) membangun komunikasi dengan menjadi pendengar yang baik dan melakukan interaksi secara langsung; c) edukasi dan aturan. Orangtua memberikan pengetahuan tentang dampak negatif media sosial selain *cyberbullying* (Permatasari, 2022), kejahatan online, pinjol, dan lainnya. Seringnya interaksi yang terjadi di dalam rumah antara orangtua dengan para remajanya akan membentuk perilaku yang baik dalam berkomunikasi

(Hargie, n.d.; Solomon & Theiss, n.d.). Interaksi yang terjadi di dalam rumah dengan sesama anggota keluarga, teman, teman bermain, dan juga masyarakat dimulai dari pola komunikasi di dalam keluarga.

Interaksi itu sendiri meliputi hubungan timbal balik antara orangtua dengan anak, anak-anak dengan teman sepermainan, dan juga masyarakat. Usia responden yang berkisar antara 15 sampai 18 tahun merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai terjadi perubahan pengetahuan, perubahan tubuh atau biologi, dan emosional. Generasi z di usia ini sangat rentan terhadap perubahan dalam diri generasi z. Pola komunikasi yang baik akan membantu generasi z dalam mengembangkan nilai-nilai moral, rasa hormat, adab dan perilaku dalam berkomunikasi dengan orang lain terutama di media sosial. Media sosial banyak disalahgunakan oleh generasi z, seperti *facebook* melalui *upload* atau kirim foto melalui status yang dapat diakses dan disalahgunakan oleh orang lain (Khairuni 2016:91).

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Pengaruh media sosial terhadap pola komunikasi generasi z memiliki pengaruh dari indikator interaksi, pesan, kirim postingan, sopan-santun, kirim story, lebih terbuka dan demokratis melalui platform web. Media sosial berhasil mengubah cara generasi z untuk bertukar informasi menggunakan platform media sosial mereka, seperti belajar daring, meskipun pada akhirnya tetap pola komunikasi tatap muka lebih bermakna karena terjadinya interaksi secara terbuka antara orangtua dengan anaknya yang merupakan generasi z.

Penelitian diharapkan memberikan implikasi, orang tua lebih meningkatkan komunikasi dengan generasi z melalui tatap muka, dan tetap memantau penggunaan media sosial secara bijak.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rashid Mohamed, & Mohamad Daud Hamzah. (2005). Kajian Korelasi Emosi Malu Dengan Pencapaian Akademik Di Kalangan Mahasiswa Melayu. *Jurnal Pendidik Dan Pendidikan*.
- Adiningrum SZ, Tutiasri RP, Saifudin W. 2024. Pola Komunikasi Pada Orang Tua Gen X yang Bekerja dengan Remaja Gen Z yang Melakukan Kenakalan Remaja. *JIP (Jurnal Ilm. Ilmu Pendidikan)* (eISSN. 7(1):222–229.
- Ahmad, K. R., Sibuan Amir, L., & Hapipi, M. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Komunikasi dan Hubungan Sosial dalam Kalangan Generasi Z. *Sanskara Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(02), 85–94. <https://doi.org/10.58812/sish.v1.i02>
- Aritonang, A. M., Pasaribu, E. S., Purba, H., Siburian, P. R., & Yunita, S. (2024). Pengaruh Media Sosial terhadap Pola Interaksi Kelompok Masyarakat. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 5(3), 2869–2875. <https://doi.org/10.54373/imeij.v5i3.1189>
- Claudia, S. I., Sa'diyah,), & Adawiyah, E. (2024). Strategi Komunikasi Direktorat Pendidikan Profesi Guru Dalam Mengembangkan Minat Generasi Z Menjadi Guru. In *Jurnal Professional* (Vol. 11, Number 1).
- DeVito, J. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia*. Professional Books.
- El Qudsi, M. I., & Syamtar, I. A. (2020). Instagram Dan Komunikasi Politik Generasi Z Dalam Pemilihan Presiden 2019 (Studi Pada Mahasiswa Universitas Pertamina). *Perspektif Komunikasi: Jurnal Ilmu Komunikasi Politik Dan Komunikasi Bisnis*, 4(2), 167. <https://doi.org/10.24853/pk.4.2.167-185>
- Firamadhina, F. I. R., & Krisnani, H. (2021). PERILAKU GENERASI Z TERHADAP PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK:

- TikTok Sebagai Media Edukasi dan Aktivisme. *Share: Social Work Journal*, 10(2), 199. <https://doi.org/10.24198/share.v10i2.31443>
- Hargie, O. (n.d.). *Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice, Fifth edition*.
- Hayat, M. A., Jayadiningrat, S., Wibisono, G., & Iyansyah, M. I. (2021). Peran Media Sosial Dalam Komunikasi Politik. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*, 2(1), 104–114.
- Indriyani, M. (2020). Efektivitas Penggunaan Media Online Tirto.Id terhadap Pemenuhan Kebutuhan Informasi Berita Livi Zheng. *Jurnal Studi Jurnalistik*, 2(2), 157–167. <https://doi.org/10.15408/jsj.v2i2.15065>
- Keifer. (2014). penggunaan Media sosial. In *Angewandte Chemie International Edition* (Vol. 6, Number 11, pp. 951–952).
- Luthfiyyah, N., Saripa, M., & Azis, F. (2025). PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP POLA KOMUNIKASI DALAM KELUARGA MILENIAL. In *Jurnal Studi Multidisipliner* (Vol. 9, Number 5).
- Muhammadiyah Mataram, U., Sastika Wiramaya, D., Ni, N., Rohmah, matul, Saudi, Y., Penyiaran Islam, K., Agama Islam, F., & Kunci, K. (n.d.). *Seminar Nasional Paedagoria Pengaruh Media Sosial terhadap Akidah Generasi Z Muslim di Perkotaan*.
- Nadeak, T. B., & Rustandi, D. (2024). *Pola Komunikasi Keluarga Dalam Membentuk Kesehatan Mental Gen Z Di Era Digital* (Vol. 11, Number 6).
- Permatasari, A. A. (2022). Cyberbullying sebagai Kekerasan Berbasis Gender Online: Dampak terhadap Remaja serta Peran Keluarga. *Jurnal Wanita Dan Keluarga*, 3(1), 1–15. <https://doi.org/10.22146/jwk.5201>
- Rahmat, A. (2017). Interaksi Sosial dalam Dunia Maya (Fenomenologi Cyber Tumming dan Abu Youtubers Makassar). *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 18.
- Rahmawati, R., Indi Rahayu, P., Syihabuddin Taufiq, M., Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, F., & Sulawesi Barat, U. (n.d.). *MASSIVE: Jurnal Ilmu Komunikasi Analisis dampak penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental gen-z (studi kasus pada mahasiswa universitas sulawesi barat)*. Retrieved <https://massive.respati.ac.id>
- Romadlon, F. (2020). Mendefinisikan Ulang Pola Pembelajaran Daring: Antara Sharing Knowledge dan Transfer Etika. In *COVID-19 Dalam Ragam Tinjauan Perspektif*.
- Solomon, D., & Theiss, J. (n.d.). *Interpersonal Communication Putting Theory into Practice*.
- Sulfikar, A. A. D. (2012). *(Analisis Framing Blog Kompasiana Wisnu Nugroho tentang Komunikasi Politik Presiden SBY)*.
- Suryani, I., Amana Fatiha, P., Husna Salsa, N., 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>
- Susanto, E. H. (2016). Media Sosial Sebagai Pendukung Jaringan. *Aspikom*, (1), 379–398.
- Yoanita, D. (2022). Pola komunikasi keluarga di mata generasi z. *Jurnal SCRIPTURA*, 12(1), 33–42. <https://doi.org/10.9744/scriptura.12.1.33-42>