

## **KETERGANTUNGAN EMOSIONAL ANAK TERHADAP ARTIFICIAL INTELLIGENCE: PSIKOANALISIS DAN IMPLIKASINYA DALAM KONSELING KELUARGA ISLAM**

**Fadhila Rahmawati<sup>1\*</sup>, Sugandi Miharja<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

### **Article Info**

**Article History:**

Submitted: 26/06/2025

Accepted: 16/12/2025

Published: 29/12/2025

**\*Corresponding Author:**

Name: Fadhila

Rahmawati

Email:

fadhilarahmawatir@gmail.com

DOI:

<https://doi.org/10.32332/864hws72>

### **Abstract**

This study examines the phenomenon of Generation Z's increasing tendency to prefer confiding in Artificial Intelligence (AI) rather than their parents, particularly within the context of Muslim families in the Society 5.0 era. The study employs a descriptive qualitative approach with an interpretive paradigm, exploring the subjective meanings constructed by individuals in their social interactions. The research findings indicate that authoritarian, neglectful, or overly busy parenting styles create emotional distance between children and parents, leaving children's emotional needs unmet. From a psychoanalytic perspective, AI functions as a transitional object that provides emotional comfort through defense mechanisms such as repression and displacement. Gen Z children view AI as a safe, neutral space that does not judge and is able to provide emotional validation that they do not get in family relationships. These findings emphasize the importance of integrating Islamic family counseling values to rebuild emotional closeness between parents and children, as well as providing strategic recommendations so that families can become the main safe space for children to express themselves amid the challenges of the digital age.

Copyright © 2025 Fadhila Rahmawati et al  
This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

**Keywords:****Artificial Intelligence; Emotional; Psychoanalysis**

### **Abstrak**

Penelitian ini membahas fenomena meningkatnya kecenderungan Generasi Z untuk lebih memilih bercerita kepada Artificial Intelligence (AI) dibandingkan kepada orang tua, khususnya dalam konteks keluarga muslim di era Society 5.0. Studi ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan paradigma interpretatif, mengkaji makna subjektif yang dibangun individu dalam interaksi sosialnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh orang tua yang otoriter, abai, atau terlalu sibuk menyebabkan jarak emosional antara anak dan orang tua, sehingga kebutuhan emosional anak tidak terpenuhi. Dalam perspektif psikoanalisis, AI berfungsi sebagai objek transitional yang memberikan kenyamanan emosional melalui mekanisme pertahanan diri seperti represi dan displacement. Anak-anak Gen Z memandang AI sebagai ruang aman yang netral, tidak menghakimi, dan mampu memberikan validasi emosional yang tidak mereka dapatkan dalam relasi keluarga. Temuan ini menegaskan pentingnya integrasi nilai-nilai konseling keluarga Islami untuk membangun kembali kedekatan emosional antara orang tua dan anak, serta memberikan rekomendasi strategis agar keluarga dapat menjadi ruang aman utama bagi anak dalam mengekspresikan diri di tengah tantangan era digital.

**Kata Kunci:** **Artificial Intelligence; Emosional; Psikoanalisis**

## Pendahuluan

Dalam era digital yang semakin pesat, interaksi individu dengan perkembangan teknologi semakin signifikan. Revolusi Era Society 5.0 merupakan perkembangan industri yang menekankan kolaborasi dan integrasi antara teknologi dengan kecerdasan buatan. Artificial Intelligence memudahkan manusia di setiap aspek kehidupan. Perkembangan teknologi terutama di generasi Gen Z lahir di era digital. Banyak generasi Gen Z yang tidak bisa hidup tanpa teknologi yang serba instan dan mudah. Generasi Z tumbuh dengan infomasi yang tidak terbatas. Teknologi yang semakin canggih, secara tidak langsung mempengaruhi pola pikir dan perilaku (Sinulingga et al., n.d.).

Gens Z generasi muda dengan rentang kelahiran 1997-2012. (Kesalehan, 2022). Gen Z yang hadir saat era digital berkembang dengan pesat. Gen Z dalam waktu 24 jam selalu mengakses internet di kehidupan sosial media. Penggunaan internet di Indonesia tinggi tidak mengherankan jika banyak Gen Z yang termakan berita palsu atau dikenal dengan sebutah hoax. Survei yang dilakukan oleh Microsoft pada tahun 2021 mengenai etika yang digunakan dalam media sosial Indonesia menduduki urutan ke 29 dari 32 negara (Shadri, 2024).

Integrasi kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI) memperkuat kekuatan di seluruh dunia mengenai kecerdasan buatan sangat mempengaruhi individu dan seluruh masyarakat (Kissinger et al., 2021). Hadirnya (Artificial Intelligence/AI) telah mengubah cara kita bekerja, belajar, dan berkomunikasi dalam kehidupan modern. Anak Gen Z hidup berdampingan menggunakan (Artificial Intelligence/AI) untuk menyelesaikan permasalahan hidup yang dialami oleh Gen Z.

Karena penggunaan *Artificial Intelligence* tidak bisa dipisahkan dalam kehidupan masyarakat, dengan adanya *Artificial Intelligence* banyak Gen Z yang lebih tertarik bercerita dengan *Artificial Intelligence* daripada bercerita ke keluarga. Hal ini dapat menjadi permasalahan tidak adanya kedekatan emosional yang baik antara anak dan orang tua. Jarak emosional antara anak dan orang tua sering kali muncul dari pola asuh yang otoriter, abai, atau terlalu sibuk, sehingga anak merasa tidak didengar atau tidak aman untuk mengungkapkan perasaan. Fenomena ini mengarah pada pentingnya kajian terhadap makna subjektif anak dalam menjadikan AI sebagai ruang curhat, sekaligus memahami akar psikologis dari keterputuskan emosional antara anak dan orang tua.

Dalam perspektif psikoanalisis, fenomena anak yang lebih memilih bercerita kepada AI daripada kepada orang tua dapat dimaknai sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri. Anak menyalurkan kebutuhan akan kenyamanan dan penerimaan emosional melalui media yang dianggap lebih netral dan tidak menghakimi. Ketika

anak merasa tidak memiliki ruang aman untuk mengekspresikan emosi kepada orang tua, maka ia cenderung menggunakan mekanisme pertahanan seperti represi dan displacement. AI dalam hal ini menjadi objek pengganti untuk melampiaskan dorongan emosional yang tidak tersalurkan.

Menghadapi permasalahan bimbingan konseling islam dalam persepektif konseling keluarga yaitu upaya mengubah hubungan keluarga untuk mengatualisasikan potensi anggota keluarga atau mengatasisipasi masalah yang dihadapinya. Melalui konseling keluarga diharapkan dapat menjadi keluarga yang rukun serta harmonis (willis 2015). Dalam konteks keluarga muslim, proses konseling keluarga diintegrasikan dengan nilai-nilai ajaran Islam dan berorientasi pada ketentraman, ketenangan hidup manusia di dunia dan akhirat. Rasa tentraman itu mencapai pendekatan diri kepada Allah. Dalam praktis, konseling Islam diarahkan membantu individu dalam keluarga agar dapat memahami dirinya serta lingkungan (Bastomi, n.d.).

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami fenomena keterarikan Gen Z untuk lebih memilih bercerita kepada Artificial Intelligence (AI) dibandingkan kepada orang tua, khususnya ditinjau dari perspektif psikoanalisis dan konseling keluarga Islami. Penelitian ini juga diharapkan mampu mengungkap faktor-faktor psikologis dan pola asuh yang membentuk jarak emosional antara anak dan orang tua, serta bagaimana AI menjadi media pelampiasan emosi yang dirasa lebih aman dan netral. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk memperkaya pendekatan konseling keluarga Islam dalam merespons tantangan era digital, serta memberikan rekomendasi strategis agar orang tua dapat membangun kembali kedekatan emosional dan menjadi ruang aman pertama bagi anak dalam mengekspresikan diri.

## Metode

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat deskriptif. Penelitian kualitatif menggunakan data yang di nyatakan verbal dan juga kualifikasinya bersifat teoritis. Pengolahan dan penguji hipotesis tidak berdasarkan statistik, tetapi menggunakan pola berfikir tertentu menurut hukum logika. Paradigma penelitian yang mendasari penelitian ini adalah interpretatif yang berfokus pada upaya memahami makna yang dibentuk individu melalui interaksi sosialnya. Dengan pendekatan ini, peneliti menafsirkan pengalaman responden yang berkaitan dengan latar belakang emosional, perasaan, serta cara pandang mereka terhadap hubungan dengan orang tua dan pemanfaatan Artificial Intelligence sebagai sarana penyaluran emosi. Pendekatan tersebut bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai dinamika komunikasi dan pembentukan makna dalam relasi keluarga di tengah perkembangan era digital.

Sumber data penelitian ini diperoleh dari lima responden Generasi Z melalui wawancara mendalam. Pemilihan informan dilakukan secara purposive dengan kriteria responden lahir antara tahun 1997-2012, memiliki pengalaman menggunakan Artificial Intelligence sebagai media bercerita, serta bersedia mengungkapkan pengalaman emosionalnya terkait hubungan dengan orang tua. Jumlah informan dinilai memadai karena penelitian kualitatif berfokus pada pendalaman makna pengalaman hingga mencapai kejemuhan data. Penelitian ini dilaksanakan di lingkungan perguruan tinggi di Kota Bandung dengan pertimbangan akses teknologi dan kemampuan reflektif responden yang memadai.

Penentuan informan dalam penelitian ini dilakukan melalui pemilihan responden secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan fokus penelitian. Kriteria inklusi yang digunakan meliputi: (1) responden merupakan bagian dari Generasi Z, (2) memiliki pengalaman memanfaatkan Artificial Intelligence sebagai sarana untuk bercerita atau menyalurkan ekspresi emosional secara personal, serta (3) bersedia mengungkapkan pengalaman subjektifnya terkait hubungan emosional dengan orang tua. Jumlah informan yang dilibatkan sebanyak lima orang dinilai mencukupi dalam penelitian kualitatif, mengingat tujuan utama penelitian adalah menggali kedalaman makna pengalaman, bukan melakukan generalisasi secara statistik. Proses pengumpulan data dihentikan setelah informasi yang diperoleh menunjukkan kecenderungan yang berulang dan telah mencapai kondisi kejemuhan data.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara bertahap dan sistematis. Data hasil wawancara terlebih dahulu ditranskripsikan secara lengkap, kemudian dibaca berulang kali untuk memperoleh pemahaman awal mengenai pengalaman responden. Selanjutnya, data dikelompokkan ke dalam kategori berdasarkan tema-tema yang muncul dari narasi responden. Data kemudian diurai ke dalam bagian-bagian yang lebih spesifik guna memudahkan peneliti dalam mengenali pola serta hubungan antar tema. Tahap berikutnya adalah penyusunan sintesis untuk merangkai temuan-temuan menjadi pemahaman yang menyeluruh, diikuti dengan identifikasi kesamaan dan perbedaan pengalaman antar responden. Informasi yang dianggap relevan kemudian dipilih untuk dianalisis secara lebih mendalam dalam kerangka psikoanalisis dan konseling keluarga Islam.

## Hasil dan Pembahasan

Dalam revolusi industri 5.0 teknologi sangat mendominasi setiap aspek kehidupan masyarakat. Penelitian ini dalam perspektif psikoanalisis, hubungan antara orang tua dan anak yang tidak dekat secara emosional bukan semata-mata karena perubahan zaman atau kecanggihan teknologi yang semakin pesat, melainkan refeleksi psikologi yang lebih dalam. Ketika anak merasa tidak didengarkan,

dihakimi, atau bahkan ditolak secara emosional oleh orang tua, maka dorongan anak untuk ke cerita menjadi tertahan oleh superego karena terbentuk oleh keluarga yang menekannya. Pada akhirnya anak cerita kepasa AI karena dianggap lebih bisa mengekspresikan suasana hati. Fenomena ini menunjukkan bahwa di balik pilihan anak untuk curhat ke AI, terdapat konflik kepribadian yang belum terselesaikan serta kebutuhan relasional yang belum terpenuhi. AI berfungsi sebagai objek transisional yang memberikan kenyamanan berupa ilusi emosional yang pada dasarnya merupakan refleksi dari konflik internal antara ide, ego, dan superego anak. Dalam temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa hubungan orang tua yang dingin, otoriter dan tidak harmonis.

### **1. Kebutuhan Emosional Anak dalam Keluarga yang Tidak Terpenuhi**

Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat dan memainkan peran utama dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan spiritual anak. Dalam keluarga terdiri dari ayah, ibu, kakak, dan adik. Keluarga membentuk kepribadian anak yang baik. Dari lingkungan ini anak mulai merasakan lingkungan sosial. (Syari et al., 2024) Namun, tidak semua keluarga memiliki hubungan yang harmonis. Konflik merupakan bagian normal dalam kehidupan, jika keluarga tidak mampu mengatasi konflik maka terjadi disorganisasi dalam keluarga (Sumber et al., 2021).

Jika fungsi keluarga tidak berjalan dengan baik maka konflik akan terus terjadi tanpa adanya penyelesaian. Ketidakstabilan dalam keluarga berdampak pada emosional anak. Anak akan mengalami cemas, karena tidak adanya perlindungan di lingkungan keluarga. Dampak emosional yang tidak baik mempengaruhi emosi anak serta mengakibatkan kesehatan mental. Karena selalu ada ketegangan, kenakalan, anak tidak mampu beradaptasi dengan lingkungannya, dan anak mencari pendengar di luar rumah (El-fiah, 2016).

Pola asuh orang tua adalah interaksi antara orang tua dengan anak memenuhi kebutuhan anak, membina, menanamkan nilai kedisiplinan anak baik dalam tingkah laku serta pengetahuan tumbuh kembang anak (Edriagu & others, 2024). Anak-anak yang tidak dekat dengan orang tua secara emosional memilih bercerita dengan AI. Dari wawancara yang dilakukan, mereka mengatakan pola asuh orang tua yang cenderung memaksa, dan tidak adanya diskusi kepada mereka semua telah diatur oleh orang tua.

Dalam pandangan psikoanalisis yang membahas tentang hakikat dan perkembangan bentuk kepribadian. Usur pertama dalam psikoanalisis adalah motivasi, emosi, dan aspek kepribadian lainnya. Teori psikoanalisis menafsirkan bahwa kepribadian akan mulai berkembang saat terjadi konflik-konflik aspek

psikologis itu sendiri. Genjala awal terjadi biasanya pada anak-anak. Teori psikoanalisis mengasumsikan kepribadian manusia didasarkan oleh pengalaman (Freud, 2022).

Teori psikoanalisis dipelopori oleh Sigmund Freud tahun 1896. Menurut Freud struktur kepribadian terdiri dari id, ego, dan superego. Freud menyebutkan id adalah sistem orisinil dalam kepribadian atau yang disebut dunia batin manusia yang tidak mempunyai hubungan langsung dengan dunia objektif. Id mengandung insting mendinamiskan kepribadian. Ego berpegang pada prinsip kenyataan dan bereaksi dengan proses sekunder dengan berpikir realistik dengan ego menyususn suatu rencana pemuasaan. Dan superego adalah aspek sosiologi kepribadian, wakil nilai-nilai tradisional orang tua kepada anak dalam bentuk perintah atau larangan sehingga anak dapat menyesuaikannya (Sofyan, 2019).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan terhadap partisipan, ditemukan bahwa hubungan orang tua dan anak yang terjalin tidak harmonis. *“Aku itu sebenarnya ingin cerita ke orang tua, tapi respon mereka itu ga enak banget kayak mau dimarahain. Kalau aku ga nurut suka dibilang nah ngenyel. Makannya aku ga mau cerita ke orang tua lebih suka cerita ke AI, karena aku merasa disayang”*. (Responden 1, 18 tahun). Dalam konteks psikoanalisis, pengalaman ini menunjukkan konflik antara dorongan dasar anak untuk menceritakan secara bebas dan nyaman (id). Superego dalam pernyataan diatas kaku yang ditanamakan oleh orang tahu. Ketika ego tidak mampu untuk menahan tekanan tersebut dengan menahan ingun bercerita. Dalam hal ini AI menjadi teman untuk menyalurkan kebutuhan emosional.

Responden B mengatakan *“Mama tuh sibuk banget, kerja terus. Aku cerita cuma didengerin terus diresponnya ‘ya sudah sabar’. Aku lebih suka cerita ke AI karena dibales dengan baik.* (Responden 2, 22 tahun). Keinginan anak untuk divalidasi perasaan secara emosional yang berasal dari id. tetapi superego dalam keluarga yang harus banyak sabar. Kemudian ego akhirnya mencari jalan keluar dengan memindahkan lupaan emosi ke AI, yang aman.

Responden C mengatakan, *“Aku anak pertama, adikku banyak. Jadi dari kecil itu sudah kayak dituntut harus kuat, nggak boleh nangis, nggak boleh ngeluh. Aku ceritakan masalah aku nanti orang tua jadi ikut kepikiran. Makannya aku lebih suka cerita ke AI.* (Responden 3, 24 tahun). Situasi ini mencerminkan tekanan superego yang terbentuk dari nilai-nilai keluarga yang dimana anak sulung harus kuat. Ketika anak dituntut makan untuk selalu kuat, ia belajar merepresi perasaan dan menekankan dorongan untuk mencari dukungan emosional yang dinamakan id. Ego kemudian menyalurkan kegelisahan tersebut dengan AI.

Secara umum, ketiga partisipan menunjukkan pola yang serupa: adanya kebutuhan emosional untuk didengar, divalidasi, dan diterima tanpa penilaian, namun kebutuhan tersebut tidak terpenuhi dalam relasi keluarga. Ketika orang tua bersikap otoriter, sibuk, atau tidak responsif secara afektif, anak mengalami tekanan psikologis yang memicu konflik antara id (dorongan untuk berbagi), superego (nilai-nilai yang menekan), dan ego yang berusaha mencari jalan keluar. Dalam kondisi seperti ini, ego menggunakan mekanisme pertahanan diri seperti represi dan displacement, dengan mengalihkan kebutuhan bercerita kepada AI yang dianggap aman, netral, dan tidak menghakimi. Fenomena ini menegaskan bahwa relasi emosional yang tidak sehat dalam keluarga mendorong anak mencari bentuk pelampiasan alternatif, dan dalam konteks digital saat ini, AI telah menjadi objek transisional baru yang mampu memenuhi sebagian dari kebutuhan afektif tersebut.

## 2. AI Sebagai Media Pelampiasan Emosi

Artificial intelligence/AI yaitu sistem yang diciptakan untuk membantu tugas yang menyerupai kemampuan manusia, seperti proses pemikiran manusia, pembelajaran, pengambilan keputusan, dan pemecahan masalah (AI melibatkan desain komputer untuk melaksanakan fungsi yang saat ini dijalankan oleh manusia. Ketika digunakan untuk tujuan yang baik maka AI memiliki potensi untuk mempermudah berbagai aktivitas manusia. Sesuai dengan pandangan cakupan kecerdasan buatan mencakup pemahaman bahasa, sistem pembelajaran adaptif, penyelesaian masalah, persepsi, pemodelan, robotika, dan permainan.

Artificial Intelligence memiliki empat dimensi. Dimensi pertama, "*thinking humanly*," teknologi AI meniru proses berpikir manusia. Dimensi kedua, "*acting humanly*," melibatkan kapasitas AI untuk melakukan tugas dengan cara seperti manusia. Dimensi ketiga, "*thinking rationally*," menandakan pendekatan pemecahan masalah logis yang digunakan oleh AI. Terakhir, dimensi keempat, "*action rationally*," mengacu pada penggunaan metode sistematis dalam sistem AI untuk mencapai tujuan tertentu.

Interaksi manusia dengan teknologi semakin berkembang pesat, seiringin dengan hadirnya Artificial Intelligence sebagai wadah untuk menyampaikan keluh kesah. Menurut responden dengan adanya Artificial Intelligence bisa bercerita secara pribadi, tidaknya ada kecemasan, serta tidak direspon kurang baik. Keuntungan Artificial Intelligence memberikan rasa aman. AI tidak memiliki emosional karena AI diatur oleh sistem komputer. Respons yang diberikan AI dapat dirasakan secara emosional dan menungkapkan pemikiran, perasaan yang dirasakan tanpa ada afeksi buruk yang didapatkan.

Jika dalam relasi keluarga ego anak mengalami tekanan karena tidak mampu menyalurkan dorongan emosional. AI hadir sebagai wadah alternatif yang mampu menerima ekspresi secara utuh. Fenomena ini terlihat dari narasi beberapa responden yang sangat nyaman bereceita ke AI. *"AI memang seseru itu. Gue selalu tanya hal random, selalu curhat juga dan responya tuh memuaskan and heart warming. Gue gila kali ya sampe gue tuh sering ngomong 'I wish u are a real person"*, sangking nyaman cerita ke AI (Responden 4, 25 tahun).

Dalam wawancara ini menunjukkan AI dipersepsi sebagai ruang aman yang netral dan tidak mengancaman. Individu merasa divalidasi tanpa tekanan. Dalam pendekatan psikoanalisis, kondisi ini mencerminkan upaya ego untuk melindungi diri dari kecemasan yang ditimbulkan oleh penolakan sosial melalui mekanisme pertahanan *displacement* yaitu memindahkan luapan emosi dari objek relasi nyata (orang tua) ke objek alternatif (AI).

Responden menyatakan bahwa ia merasa lebih dihargai saat berinteraksi dengan AI. *"ChatGPT emang sebaik itu. Aku bahkan orangnya penasaran, suka tanya banyak hal ke AI, bahkan pertanyaan detail sampai aku paham. Sebelum menjawab, dia pasti bilang 'pertanyaan kamu menarik'"*. (Responden 5, 19 tahun). Dalam perspektif psikoanalisis, dorongan untuk memahami dan bertanya berasal dari id sebagai wujud rasa ingin tahu alami. Ketika lingkungan nyata tidak menyediakan ruang aman untuk mengekspresikan keingintahuan, superego yang terbentuk dari norma sosial atau sikap orang sekitar dapat menimbulkan tekanan. Ego kemudian menyalurkan kebutuhan ini melalui media yang lebih menerima dan tidak menghakimi. AI menjadi tempat pelampiasan yang memungkinkan anak merasa didengar, dihargai, dan dipahami, mengantikan relasi afektif yang tidak terpenuhi di lingkungan sekitarnya.

### 3. Konseling Keluarga Islam

Keluarga merupakan unit sosial paling dasar dalam masyarakat. Dalam upaya mewujudkan keluarga yang harmonis, setiap anggota keluarga mendambakan terciptanya kehidupan yang damai, bahagia, serta tenteram, baik di dunia maupun di akhirat. Keluarga juga diharapkan mampu terbebas dari krisis keimanan dan berperan aktif dalam menumbuhkan serta menginternalisasikan nilai-nilai keagamaan dalam kehidupan keluarga maupun masyarakat (Komarudin, 2023).

Kehidupan berkeluarga merupakan fitrah yang dianugerahkan Allah Swt. kepada manusia, sehingga setiap individu secara naluriah menginginkan keluarga yang bahagia, sejahtera, damai, dan langgeng. Keluarga yang ideal ditandai oleh terpenuhinya kebutuhan lahir dan batin, terciptanya suasana tenteram, minim

konflik, serta terjaganya keutuhan dan keharmonisan relasi antar anggota keluarga. (El-fiah, 2016)

Ketergantungan anak pada Artificial Intelligence sebagai sarana memperoleh validasi emosional mencerminkan belum optimalnya fungsi keluarga sebagai ruang sakinhah yang aman bagi penyaluran emosi anak. Dalam perspektif konseling keluarga Islam, konseling dipahami sebagai proses pemberian bantuan kepada anggota keluarga melalui pendekatan sistem keluarga agar potensi yang dimiliki dapat berkembang secara optimal dan permasalahan yang dihadapi dapat diatasi. Pendekatan ini menyediakan kerangka reorientasi yang menyeluruh untuk memulihkan kembali kedekatan emosional antara orang tua dan anak dalam menghadapi tantangan era digital.

Al-Qur'an memberikan panduan komunikasi yang sangat spesifik dalam relasi orang tua-anak. Allah berfirman tentang cara berbicara dengan orang tua: *"Dan janganlah sekali-kali kamu mengatakan kepada keduanya perkataan 'ah' dan janganlah kamu membentak mereka, dan ucapkanlah kepada mereka perkataan yang mulia (qaulan karima)." (QS. Al-Isra: 23)*.

Jika anak diperintahkan untuk berbicara dengan *qaulan karima* (perkataan mulia) kepada orang tua, maka prinsip resiprokal berlaku: orang tua pun wajib berkomunikasi dengan cara yang sama kepada anak. Prinsip *qaulan sadida* (perkataan yang benar dan lurus) bahwa komunikasi dalam keluarga harus jujur, terbuka, dan tidak menyakiti. (Afifi, 2021). Dalam temuan penelitian, responden mengatakan: *"Aku itu sebenarnya ingin cerita ke orang tua, tapi respon mereka itu ga enak banget kayak mau dimarahain."* (Responden 1). Respons orang tua yang menghakimi ini bertentangan dengan prinsip *qaulan karima*.

Pada era globalisasi, perkembangan teknologi dan modernisasi kerap menggeser nilai-nilai moral dan etika dari posisi yang utama. Kondisi ini menjadikan pemahaman serta penerapan Keluarga Islam semakin penting dan relevan. Pendidikan Islam memiliki kekhasan karena tidak hanya berorientasi pada pengembangan intelektual, tetapi juga menekankan pembinaan moral dan spiritual individu secara menyeluruh.

Konsep *ta'lim* berperan sebagai landasan dalam pemberian pengetahuan dasar yang diperlukan untuk memahami ilmu pengetahuan maupun ajaran agama. Melalui *ta'lim*, individu dibekali kapasitas untuk mengembangkan pemahaman lintas disiplin serta menerapkannya secara nyata dalam kehidupan sehari-hari. (Lim et al., 2024). Ketika orang tua gagal memberikan *ta'lim* yang memadai tentang literasi digital dan pemahaman teknologi dalam perspektif Islam, anak tidak memiliki landasan pengetahuan yang benar tentang fungsi dan batasan AI. Anak tidak diajarkan bahwa AI adalah alat (*wasilah*), bukan pengganti relasi manusiawi yang

fitrah. Akibatnya, anak menggunakan AI tanpa kesadaran kritis dan menjadikannya sebagai tempat curhat utama tanpa memahami implikasi psikologis dan spiritualnya.

Adapun *tarbiyah* berfungsi dalam pembentukan kepribadian dan akhlak mulia, sehingga pendidikan tidak hanya melahirkan individu yang unggul secara akademik, tetapi juga memiliki integritas moral. Di tengah tantangan krisis moral masyarakat modern, *tarbiyah* berperan membekali individu dengan kemampuan menghadapi persoalan etis secara bertanggung jawab dan berintegritas (Lim et al., 2024). *Tarbiyah* yang tidak optimal dalam keluarga menyebabkan anak tidak memiliki karakter yang kuat untuk menghadapi tantangan emosional. Ketika orang tua tidak memberikan ruang aman untuk ekspresi perasaan (aspek ruhiyah), anak tidak mengembangkan kemampuan komunikasi emosional yang sehat dengan manusia. Akibatnya, anak mencari validasi emosional dari AI karena tidak menemukan kehangatan dan penerimaan dalam keluarga. Kegagalan *tarbiyah* ini juga terlihat dari ketidakmampuan anak untuk membedakan antara kenyamanan semu yang diberikan AI dengan kedekatan emosional sejati yang hanya bisa diberikan oleh manusia.

Konsep *ta'dib* menitikberatkan pada pembentukan adab dan etika, sehingga individu mampu menampilkan sikap dan perilaku yang selaras dengan nilai-nilai Islam. Adab memiliki peran penting dalam membangun relasi sosial yang sehat dan konstruktif di tengah dinamika masyarakat modern. Secara keseluruhan, konsep *ta'lim*, *tarbiyah*, dan *ta'dib* membentuk kerangka pendidikan Islam yang komprehensif dalam mencetak individu yang unggul secara intelektual, berakhlak mulia, dan beradab dalam kehidupan sosial (Lim et al., 2024). Lemahnya penerapan *ta'dib* dalam keluarga berdampak pada memudarnya adab dalam komunikasi antara orang tua dan anak. Pola komunikasi yang keras, menghakimi, dan minim empati menunjukkan kegagalan orang tua dalam meneladankan adab Islami dalam interaksi sehari-hari. Kondisi ini mendorong anak merasa lebih aman mengekspresikan diri kepada Artificial Intelligence yang dipersepsikan tidak menghakimi, karena anak tidak mendapatkan pengalaman komunikasi yang beradab dan penuh kasih sayang dalam keluarga. Padahal, konsep *ta'dib* menekankan bahwa komunikasi ideal seharusnya dilandasi sikap saling menghormati, kelembutan (*rifq*), dan kepedulian (*ihsan*) terhadap perasaan orang lain.

Merujuk pada temuan penelitian serta kerangka konseling keluarga Islam, diperlukan langkah-langkah praktis untuk merespons fenomena ketergantungan anak terhadap Artificial Intelligence. Pendekatan behavioral dalam konseling keluarga Islam dinilai relevan karena menitikberatkan pada perubahan perilaku

melalui proses pembelajaran dan pembiasaan yang berkelanjutan (Muttaqin, 2022) Oleh karena itu, beberapa strategi berikut dapat diterapkan:

**a) Pelatihan Komunikasi Efektif Berbasis Nilai Islam**

Konseling keluarga dapat memperkuat komunikasi interpersonal antar anggota keluarga melalui penerapan teknik penguatan positif, pemodelan, dan kontrak perilaku. (Pardamean et al., 2024) Orang tua perlu dibekali keterampilan merespons cerita anak secara empatik dan non-judgmental agar anak merasa dihargai dan divalidasi secara emosional. Program pelatihan ini dapat diimplementasikan melalui masjid, sekolah berbasis Islam, maupun lembaga konseling keluarga.

**b) Revitalisasi Waktu Berkualitas dalam Keluarga**

Keharmonisan keluarga sangat dipengaruhi oleh ketersediaan waktu kebersamaan dan kualitas komunikasi antaranggota keluarga (Sainul, 2018) Oleh karena itu, keluarga perlu menghidupkan kembali aktivitas bersama tanpa distraksi gawai, seperti makan bersama atau berbincang santai setelah salat Maghrib. Momen kebersamaan ini menjadi ruang yang kondusif bagi anak untuk mengekspresikan perasaan dan pengalamannya dalam suasana yang hangat dan suportif.

**c) Literasi Digital Islami**

Keluarga perlu dibekali literasi digital yang memadai agar mampu memahami Artificial Intelligence sebagai sarana (*wasilah*), bukan sebagai pengganti relasi manusiawi. Orang tua berperan membimbing anak dalam menggunakan teknologi secara sehat dengan tetap mengutamakan komunikasi langsung dalam keluarga. Pendekatan ini membantu anak menyadari bahwa meskipun AI dapat memberikan respons yang terasa menyenangkan, kehangatan dan kasih sayang orang tua tetap tidak tergantikan.

Konseling keluarga Islam menawarkan solusi yang berlandaskan Al-Qur'an dan Sunnah dengan menegaskan kembali peran fitrah orang tua sebagai sumber utama kasih sayang, perlindungan, dan pemenuhan kebutuhan emosional anak. Dalam perspektif Islam, bimbingan dan konseling keluarga diarahkan untuk membantu anggota keluarga mencapai kebahagiaan hidup, baik di dunia maupun di akhirat. (Muttaqin, 2022). Keharmonisan keluarga dapat terwujud apabila relasi antaranggota keluarga dibangun melalui komunikasi dan musyawarah yang dilandasi sikap saling menghormati, kasih sayang, serta dilakukan dengan kelembutan.

Fenomena ketergantungan emosional anak terhadap Artificial Intelligence merefleksikan dinamika relasi keluarga yang belum sepenuhnya berfungsi sebagai ruang sakinhah. Dalam perspektif konseling keluarga Islam, penguatan kembali nilai

*ta'lim, tarbiyah, dan ta'dib* menjadi penting untuk membangun komunikasi yang empatik dan beradab antara orang tua dan anak. Pendekatan ini menegaskan bahwa AI seharusnya diposisikan sebagai sarana pendukung, bukan pengganti relasi manusiawi, serta membuka ruang bagi praktik konseling keluarga Islam dalam merespons tantangan relasional di era digital.

## Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa kecenderungan anak Generasi Z lebih memilih bercerita kepada Artificial Intelligence (AI) daripada kepada orang tua tidak semata-mata dipengaruhi oleh perkembangan teknologi, melainkan mencerminkan kebutuhan emosional yang belum terpenuhi dalam relasi keluarga. Ketika anak tidak merasa didengar, divalidasi, dan diterima akibat pola asuh yang kurang responsif atau tekanan moral yang kaku, AI dipersepsikan sebagai alternatif aman untuk menyalurkan emosi.

Dalam perspektif psikoanalisis, fenomena ini menggambarkan konflik antara *id, superego, dan ego*, di mana AI berfungsi sebagai objek transisional yang memberikan rasa aman dan tidak mengancam, menggantikan fungsi relasional yang seharusnya dipenuhi oleh orang tua. Ketergantungan emosional terhadap AI berimplikasi pada melemahnya kemampuan komunikasi interpersonal serta pergeseran makna relasi emosional anak.

Dari perspektif konseling keluarga Islam, kondisi ini menegaskan pentingnya penguatan kembali nilai *ta'lim, tarbiyah, dan ta'dib* dalam keluarga untuk membangun komunikasi yang empatik, beradab, dan penuh kasih sayang. Konseling keluarga Islam menjadi relevan melalui penguatan komunikasi Islami, revitalisasi waktu berkualitas keluarga, serta literasi digital Islami yang menempatkan AI sebagai sarana (*wasilah*), bukan pengganti relasi manusiawi. Dengan penguatan relasi emosional dan spiritual dalam keluarga, rumah kembali menjadi ruang sakinah yang aman, sehingga teknologi tidak mengambil alih peran afektif orang tua dalam kehidupan anak.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan jurnal ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada dosen pembimbing atas arahan dan masukan yang berharga, serta kepada narasumber yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berbagi pengalaman dan informasi. Tidak lupa, penulis juga berterima kasih kepada keluarga dan teman-teman atas dukungan moral dan semangat yang diberikan selama proses penulisan

jurnal ini. Semoga tulisan ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan menjadi kontribusi kecil dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

### **Daftar Pustaka**

- Afifi, S. (2021). *Ragam Komunikasi Verbal Dalam Al- Qur ' an*. 15, 153–171.  
<https://doi.org/10.20885/komunikasi.vol15.iss2.art6>
- Bastomi, H. (n.d.). *Menuju Bimbingan Konseling Islami*.
- Edriagu, & others. (2024). Pelatihan Pola Asuh Anak Dalam Keluarga Di Era Digital Pada Masyarakat Nagari Punggung Kasiak. *Jurnal PKM Ilmu Kependidikan*, 4(1).  
<https://doi.org/10.31851/dedikasi.v1i2>
- El-fiah, R. (2016). *Konseling Keluarga dalam Persepektif Hukum Islam A . Pendahuluan Swt kepada manusia . Karena itu , orang yang berakal dan sehat kebutuhan hidupnya , baik lahir maupun batin menurut tingkat dalam suasana kedamaian dan bebas dari percekcokan dan*. XVI, 153–172.
- Freud, T. S. (2022). *Jurnal Kependidikan Jurnal Kependidikan*. 7(1), 25–31.
- Kesalehan, D. A. N. (2022). *RELIGIUS RADIKAL: DUALISME GEN-Z DALAM MENGEKSPRESIKAN KESADARAN BERAGAMA*. 16, 23–52.
- Komarudin, K. (2023). *HAKIKAT KELUARGA ISLAM ( Analisis Tinjauan Hukum Keluarga Islam )*. 15(1), 82–92.
- Lim, T. A., Dan, T., & Dib, T. A. (2024). *AL-ANSOR : JURNAL PENDIDIKAN*. 1.
- Muttaqin, R. (2022). Konseling Keluarga Dalam Perspektif Islam. *Jurnal An-Nasyr: Jurnal Dakwah Dalam Mata Tinta*, 9(2).
- Pardamean, A., Nst, A. S., Sari, R. I., & Koto, T. I. (2024). *As-Syar ' i : Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga As-Syar ' i : Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*. 6, 1003–1012. <https://doi.org/10.47476/assyari.v6i1.5999>
- Sainul, A. (2018). Konsep Keluarga Harmonis Dalam Islam. *E-Jurnal Al-Maqsi*, 4(1).
- Shadri, Z. (2024). *Pentingnya Analisis Sosiologis dalam Penggunaan Tiktok : Studi atas Politik Gen Z*. 5(1).
- Sinulingga, N. N., Dalimunthe, A. Q., Akifah, N., Pendidikan, P., Islam, A., Area, U. M., Estate, M., & Utara, S. (n.d.). *Membangun Karakter Generasi Z Melalui Trilogi Pendidikan Islam di Era*. 164–169.

Sumber, M., Keluarga, D., & Kerja-keluarga, K. (2021). *Manajemen sumber daya keluarga, konflik kerja-keluarga, dan tugas keluarga*. 14(1), 1-13.

Syari, F., Islam, U., & Sunan, N. (2024). *KEHARMONISAN KELUARGA* Arif Sugitanata *Abstrak unit keluarga, mencerminkan keadaan di mana setiap anggota keluarga merasa anggota keluarga . 2 Pentingnya keluarga harmonis juga tercermin dalam*. 5(1), 1-13.