



Pengaruh Intensitas Game Online Dan Dinamika Komunikasi Rumah Tangga Pasangan Generasi Z Dalam Perspektif Hukum Keluarga Islam

Faiq Rahman Isa Anshori
UIN Siber
Syekh Nurjati Cirebon
Faiqrahman@gmail.com
uinss.ac.id

Adang Djumhur
UIN Siber
Syekh Nurjati Cirebon
Adangdjumhur@uinss.ac.id

Samsudin
UIN Siber
Syekh Nurjati Cirebon
alihyasamsudin@gmail.com

Nadia Sholihah Fatimatuzza hro
Universitas Jendral Soedirman Purwokerto
Fatimatuzzahron@gmail.com

Abstract *The development of digital technology has changed interaction patterns within households, including among Generation Z couples who have a high level of closeness with digital media. One prominent phenomenon is the increasing intensity of online game usage, which has the potential to affect the quality of communication and household harmony. This research aims to analyze the intensity of online gaming in the household lives of Generation Z couples, the communication dynamics that form between husband and wife, and its relevance to the principles of Islamic family law. This research uses a qualitative method with a descriptive-analytical approach. Data was collected thru in-depth interviews with Gen Z married couples who actively play online games, supported by relevant literature studies. The research results indicate that online games have an ambivalent nature, serving as a means of entertainment and stress relief, but potentially decreasing communication quality when not managed proportionally. The findings also indicate that dialogic communication, mutual agreement, and time management are key factors in maintaining household harmony. From the perspective of Islamic family law, managing digital activities in accordance with the principle of mu'asyarah bil ma'ruf is relevant for maintaining the balance of the husband-wife relationship in the digital age.*

Keywords: *Online Games, Family Communication, Islamic Family Law.*

Abstrak: Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi dalam kehidupan rumah tangga, termasuk pada pasangan suami istri Generasi Z yang memiliki kedekatan tinggi dengan media digital. Salah satu fenomena yang menonjol adalah meningkatnya intensitas penggunaan game online yang berpotensi memengaruhi kualitas komunikasi dan keharmonisan rumah tangga. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis intensitas game online dalam kehidupan rumah tangga pasangan Generasi Z, dinamika komunikasi suami istri yang terbentuk, serta relevansinya dengan prinsip-prinsip hukum keluarga Islam. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitis. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap pasangan suami istri Generasi Z yang aktif bermain game online dan didukung oleh studi literatur yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa game online memiliki sifat ambivalen, yaitu berfungsi sebagai sarana hiburan dan 188etika188 188etika, namun dapat menurunkan kualitas komunikasi 188etika tidak dikelola secara proporsional. Temuan juga menunjukkan bahwa komunikasi dialogis, kesepakatan bersama, dan pengelolaan waktu menjadi faktor kunci dalam menjaga keharmonisan rumah tangga. Dalam perspektif hukum keluarga Islam, pengelolaan aktivitas digital yang selaras dengan prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf* relevan untuk mempertahankan keseimbangan relasi suami istri di era digital.

Kata Kunci: Game Online, Komunikasi Rumah Tangga, Hukum Keluarga Islam.

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan yang sangat signifikan dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat modern, termasuk dalam ranah keluarga sebagai unit sosial paling fundamental. Digitalisasi tidak hanya mengubah cara individu bekerja dan berinteraksi di ruang publik, tetapi juga memengaruhi pola relasi, komunikasi, dan pembagian peran di dalam rumah tangga. Salah satu manifestasi nyata dari perkembangan tersebut adalah meningkatnya popularitas game online, yang kini tidak lagi terbatas pada kalangan remaja, melainkan juga digemari oleh kelompok usia dewasa muda, termasuk pasangan suami istri dari generasi Z.¹ Game online tidak lagi dipahami semata-mata sebagai sarana hiburan temporer, tetapi telah bertransformasi menjadi bagian dari gaya hidup digital yang terintegrasi dengan rutinitas harian, baik di ruang publik maupun dalam lingkungan domestik.

Generasi Z dikenal sebagai generasi yang tumbuh dan berkembang seiring dengan pesatnya kemajuan teknologi digital, sehingga memiliki tingkat literasi dan adaptasi teknologi yang relatif tinggi. Karakteristik generasi ini juga dikenal sebagai digital natives yang membentuk cara pandang generasi ini terhadap teknologi sebagai sesuatu yang natural dan tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari.² Dalam konteks rumah tangga, kondisi ini dapat berimplikasi pada cara pasangan generasi Z membangun pola komunikasi, mengelola waktu kebersamaan, serta memaknai keintiman dan kedekatan emosional. Aktivitas bermain game online yang bersifat imersif, kompetitif, dan sering kali berlangsung dalam durasi yang panjang berpotensi menciptakan pola interaksi baru dalam kehidupan rumah tangga.³ Pola tersebut dapat bersifat adaptif ketika dikelola secara sadar dan proporsional, namun dapat pula menjadi problematis apabila tidak diimbangi dengan komunikasi interpersonal yang sehat dan kesadaran relasional antara suami dan istri.

Komunikasi sendiri merupakan fondasi utama dalam membangun dan mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Melalui komunikasi yang efektif, pasangan dapat mengekspresikan perasaan, menyampaikan kebutuhan, serta menyelesaikan perbedaan secara konstruktif.⁴ Namun, intensitas penggunaan game online dapat berpotensi menggeser kualitas komunikasi suami istri dari yang bersifat dialogis, empatik, dan emosional menjadi lebih fungsional, singkat, dan terbatas. Dalam sejumlah kasus, keterlibatan yang berlebihan dalam game online dapat mengurangi perhatian terhadap pasangan, menurunkan

¹ Imam Safi'i, "Makna Subjektif Bermain Game Online Free Fire Pada Anak Di Desa Pasirjaya: Sebuah Pendekatan Fenomenologis," *SOCIAL PEDAGOGY: Journal of Social Science Education* 6, no. 1 (2025): 67–76; Diea Mila Agustin et al., "Online Game Addiction Behavior in Generation Z," *Edusoshum : Journal of Islamic Education and Social Humanities* 4, no. 2 (October 14, 2024): 191–202.; Wiranti Wiranti, Lukman Trijaya Abadi, and Zaizul bin Ab Rahman, "Gender Equality in the Household Life of Generation Z," *Al-Rasikh: Jurnal Hukum Islam* 14, no. 1 (April 25, 2025): 112–27.

² Maulidah Rahmah, Wahab Wahab, and Syamsul Kurniawan, "Pengembangan Pembelajaran PAI Bagi Digital Natives:: Merancang Indikator Pembelajaran Untuk Generasi-Z," *Indonesian Research Journal on Education* 5, no. 1 (2025): 192–201; Andi Muh Akbar Saputra et al., *Pendidikan Karakter Di Era Milenial: Membangun Generasi Unggul Dengan Nilai-Nilai Positif* (PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023).

³ Meng Ding and Xinyue Shao, "The Influence of Video Game Usage on Romantic Relationships Between Youths," *Advances in Social Sciences Research Journal* 10, no. 9 (October 5, 2023): 382–97, <https://doi.org/10.14738/assrj.109.15586>.

⁴ Raih Islamiah and Deni Iriyadi, "PENGARUH KONSELING KELUARGA TERHADAP KEHARMONISAN KELUARGA," *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, no. 2 (2025): 2824–36; Ansari Ansari and Mutamakin Mutamakin, "PERAN SUAMI ISTRI DALAM MEMBANGUN RUMAH TANGGA DENGAN POLA KOMUNIKASI QUR'AN," *AL-ASHLAH: Jurnal Hukum Keluarga Dan Hukum Islam* 4, no. 2 (2025): 94–113; Revalina Amalia, Dewi Dilasari, and Fahira Ghina Muthmainnah, "Peran Komunikasi Interpersonal Dalam Membangun Keharmonisan Keluarga," *Journal of Communication and Social Sciences* 3, no. 2 (2025): 85–98.

frekuensi interaksi bermakna, serta memicu munculnya perasaan diabaikan.⁵ Hal semacam ini tidak selalu memunculkan konflik terbuka, tetapi sering kali membentuk jarak emosional yang bersifat laten dan berlangsung secara gradual. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital dalam rumah tangga tidak bersifat netral, melainkan dapat membawa implikasi sosial dan emosional yang kompleks terhadap relasi suami istri.

Permasalahan utama yang kemudian muncul adalah bagaimana intensitas game online memengaruhi dinamika komunikasi dalam rumah tangga pasangan generasi Z, serta bagaimana pasangan mengelola aktivitas digital tersebut agar tidak bertentangan dengan tujuan fundamental pernikahan, yaitu membangun hubungan yang harmonis dan berkelanjutan. Ketidakseimbangan antara penggunaan game online dan kualitas komunikasi pasangan berpotensi mengganggu keharmonisan rumah tangga apabila tidak diatur melalui kesepakatan bersama dan komunikasi yang efektif. Oleh karena itu, fenomena ini perlu dikaji secara mendalam dan kontekstual guna memahami dinamika relasi suami istri dalam lanskap budaya digital kontemporer, sekaligus memberikan kontribusi konseptual bagi pengembangan kajian komunikasi keluarga dan kehidupan rumah tangga di era digital.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji pengaruh game online terhadap pola komunikasi dalam relasi interpersonal dan keluarga. Angellita Satura and Hastuti Rifayani (2024) menunjukkan bahwa intensitas bermain game online yang tinggi dapat menurunkan kualitas komunikasi tatap muka akibat meningkatnya distraksi dan keterlibatan individual dalam aktivitas digital. Temuan ini menegaskan bahwa game online berpotensi menggeser perhatian emosional pengguna dari relasi sosial ke ruang virtual.⁶ Sementara itu, Muhammad Raihan et al., (2024) yang menemukan bahwa penggunaan game online secara intensif berkorelasi dengan penurunan frekuensi komunikasi interpersonal yang bermakna, khususnya dalam hubungan keluarga muda.⁷ Meskipun penelitian ini masih berfokus pada aspek psikologis dan belum mengkaji relasi suami istri secara spesifik.

Dalam konteks keluarga Muslim, kajian Ismail Adha and Abdul Mukhshin (2025) mengungkapkan bahwa aktivitas digital, termasuk game online, dapat memengaruhi pola komunikasi pasangan muda dengan memunculkan distraksi digital yang mengurangi kualitas interaksi emosional.⁸ Namun, penelitian tersebut lebih menyoroti penggunaan media digital secara umum dan belum memfokuskan analisis pada karakteristik game online sebagai aktivitas interaktif yang kompetitif dan berjangka waktu panjang.

Berbeda dengan penelitian-penelitian tersebut, artikel ini menawarkan kebaruan dengan mengintegrasikan intensitas game online sebagai fenomena digital spesifik, dinamika komunikasi rumah tangga pasangan Generasi Z, serta analisis hukum keluarga Islam secara kontekstual, sehingga memberikan pemahaman yang lebih komprehensif terhadap relasi suami istri di era digital.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami intensitas game online, dinamika komunikasi rumah tangga pasangan generasi Z, serta relevansinya dengan prinsip-prinsip

⁵ Fidia Permata Sari et al., "PENGARUH FOMO GAME ROBLOX TERHADAP KUALITAS HUBUNGAN DAN KESEHATAN MENTAL PASANGAN DI UNIVERSITAS NEGERI MEDAN," *Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara* 2, no. 6 (2025): 11199–210; Tesaviani Kusumastiw, "Do Online Games Affect the Quality of Attachment Between Adolescents and Parents?," *Scientia Psychiatrica* 1, no. 4 (October 18, 2020): 29–33.; Andri Arif Kustiawan et al., *Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan* (Cv. Ae Media Grafika, 2019).

⁶ Angellita Satura and Hastuti Rifayani, "Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Keterampilan Sosial Individu: Analisis Dampak Dan Implikasi," *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 1 (February 10, 2024): 219–33.

⁷ Muhammad Raihan et al., "Pengaruh Game Online Terhadap Komunikasi Orang Tua Dan Anak," *Concept: Journal of Social Humanities and Education* 3, no. 3 (July 2, 2024): 01–15.

⁸ Ismail Adha and Abdul Mukhshin, "Pemenuhan Hak Istri Oleh Suami Pecandu Game Online: Studi Normatif-Empiris Menurut KHI Di Tanjungbalai," *BUSTANUL FUQAHA: Jurnal Bidang Hukum Islam* 6, no. 2 (August 22, 2025): 376–95, <https://doi.org/10.36701/bustanul.v6i2.2341>.

hukum keluarga Islam. Studi ini penting dilakukan karena meningkatnya penggunaan teknologi digital dalam kehidupan rumah tangga menuntut adanya pemahaman yang lebih kontekstual dan humanis terhadap relasi suami istri. Penelitian ini berargumen bahwa game online tidak secara inheren merusak keharmonisan rumah tangga, melainkan menjadi problematis ketika tidak dikelola melalui komunikasi yang baik dan nilai-nilai etis Islam. Asumsi dasar penelitian ini adalah bahwa keharmonisan rumah tangga dapat tetap terjaga apabila pasangan mampu mengelola aktivitas digital secara proporsional dan selaras dengan prinsip keadilan, empati, dan tanggung jawab dalam hukum keluarga Islam.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini berfokus pada bagaimana intensitas penggunaan game online dapat memengaruhi dinamika komunikasi rumah tangga pasangan Generasi Z. Perkembangan teknologi digital yang semakin terintegrasi dalam kehidupan domestik memunculkan tantangan baru dalam relasi suami istri, khususnya terkait kualitas komunikasi, perhatian emosional, dan pembagian waktu kebersamaan. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk menjawab persoalan utama mengenai pola relasi komunikasi yang terbentuk di tengah aktivitas game online serta implikasinya terhadap keharmonisan rumah tangga dalam konteks keluarga Muslim.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis intensitas penggunaan game online dalam kehidupan rumah tangga pasangan Generasi Z, memahami dinamika komunikasi suami istri yang terbentuk di tengah aktivitas digital tersebut, serta menelaah relevansinya dengan prinsip-prinsip hukum keluarga Islam. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini berupaya menggambarkan secara kontekstual bagaimana pasangan Generasi Z memaknai, mengelola, dan menegosiasikan aktivitas game online dalam relasi pernikahan mereka.

Kontribusi utama penelitian ini terletak pada upaya mengintegrasikan kajian tentang intensitas game online sebagai fenomena digital spesifik, dinamika komunikasi rumah tangga pasangan Generasi Z, dan perspektif hukum keluarga Islam dalam satu kerangka analisis yang utuh. Berbeda dari penelitian terdahulu yang umumnya menyoroti game online dari aspek psikologis individu atau komunikasi keluarga secara umum, artikel ini menempatkan relasi suami istri sebagai fokus utama analisis dan mengaitkannya dengan prinsip mu'āsyarah bil ma'rūf sebagai dasar etika relasi dalam hukum keluarga Islam. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan kebaruan konseptual dalam pengembangan kajian hukum keluarga Islam yang lebih kontekstual, responsif terhadap budaya digital, dan relevan dengan realitas keluarga Muslim Generasi Z.

2. Tinjauan Pustaka

Generasi Z merupakan generasi yang tumbuh dan berkembang dalam lingkungan digital yang sangat intens, sehingga memiliki kedekatan tinggi dengan teknologi sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Generasi Z atau disebut juga sebagai *digital natives*, yang menjadikan teknologi digital sebagai ruang utama untuk berinteraksi, berekspresi, dan mencari hiburan.⁹ Kedekatan ini membentuk pola penggunaan teknologi yang bersifat rutin dan berkelanjutan, termasuk dalam penggunaan game online. Game online tidak lagi dipahami sebagai hiburan temporer, melainkan sebagai bagian dari gaya hidup digital yang terintegrasi dengan aktivitas harian Generasi Z, baik di ruang publik maupun dalam ruang domestik.

Game online sebagai media digital interaktif memiliki karakteristik imersif dan kompetitif yang berpotensi dapat menyita perhatian pengguna dalam durasi yang cukup panjang. Intensitas bermain game online dipengaruhi oleh berbagai kebutuhan psikologis, seperti

⁹ Laurensius Laka et al., *Pendidikan Karakter Gen Z Di Era Digital* (PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024).

hiburan, pencapaian, relaksasi, dan pelarian dari stres.¹⁰ Dalam konteks kehidupan dewasa awal, intensitas ini kerap berlanjut ke dalam kehidupan rumah tangga, terutama pada pasangan Generasi Z yang telah menikah. Penggunaan game online dengan intensitas tinggi dapat berpotensi memengaruhi pola interaksi sosial apabila tidak disertai dengan pengelolaan waktu dan relasi yang sehat.¹¹ Namun, sebagian besar kajian tentang game online masih menempatkan fenomena ini dalam perspektif psikologis individual dan belum banyak mengkaji implikasinya dalam relasi suami istri.

Dalam kajian komunikasi keluarga, komunikasi dipahami sebagai fondasi utama dalam membangun dan mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Komunikasi interpersonal dalam hubungan intim tidak hanya berfungsi sebagai media penyampaian pesan, akan tetapi juga sebagai sarana dalam membangun pemahaman, kepercayaan, serta mekanisme negosiasi peran dan penyelesaian konflik.¹² Dalam relasi suami istri, komunikasi menjadi ruang utama bagi pasangan untuk mengekspresikan kebutuhan emosional, mengelola perbedaan, dan menjaga kedekatan relasional. kualitas komunikasi suami istri memiliki kontribusi signifikan terhadap stabilitas dan kepuasan pernikahan. Komunikasi yang dijalankan secara dialogis, empatik, dan responsif memungkinkan pasangan membangun relasi yang sehat dan saling mendukung.¹³ Dalam konteks rumah tangga, komunikasi tidak hanya diukur dari frekuensi interaksi, tetapi dari kualitas kehadiran emosional, perhatian, dan keterlibatan pasangan dalam kehidupan sehari-hari.

Dalam keluarga Muslim, komunikasi rumah tangga tidak dapat dilepaskan dari dimensi moral dan religius. Keharmonisan rumah tangga (sakinah) dicapai melalui komunikasi yang dilandasi oleh nilai kasih sayang (mawaddah) dan empati (rahmah).¹⁴ Relasi suami istri dipahami bukan semata sebagai hubungan sosial, tetapi juga sebagai amanah yang menuntut tanggung jawab etis dan spiritual. Oleh karena itu, komunikasi dalam keluarga Muslim mengandung dimensi normatif yang menekankan pentingnya menjaga perasaan pasangan dan menghindari tindakan yang berpotensi menimbulkan kemudharatan relasional.

Dalam perspektif hukum keluarga Islam, relasi suami istri tidak hanya diatur melalui norma hukum formal, tetapi juga melalui prinsip etis yang menekankan kualitas interaksi dan keadilan relasional. Prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf* menuntut suami dan istri untuk saling berinteraksi secara baik, menghormati pasangan, dan menjaga keharmonisan rumah tangga. prinsip ini mencakup aspek komunikasi, sikap, dan perilaku dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tidak terbatas pada pemenuhan hak dan kewajiban formal semata.¹⁵ prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf* ini bersifat kontekstual dan relevan dalam menjawab tantangan kehidupan modern. Perkembangan teknologi digital, termasuk masuknya aktivitas game online ke dalam ruang rumah tangga, menuntut pemahaman hukum keluarga Islam yang

¹⁰ Santinah Santinah and Saluky Saluky, "The Effect of Online Games on Learning Motivation and Learning Achievement," *ITEJ (Information Technology Engineering Journals)* 7, no. 1 (August 18, 2022): 22–31, <https://doi.org/10.24235/itej.v7i1.100>.

¹¹ Yustina Ngatini, *Remaja Dan Pergumulannya Di Era Digital* (Penerbit P4I, 2025).

¹² Siti Rahmi, *Komunikasi Interpersonal Dan Hubungannya Dalam Konseling* (Syiah Kuala University Press, 2021).

¹³ Aghniya Rahma Alya, "Dampak Permasalahan Komunikasi Dalam Pernikahan Terhadap Keharmonisan Keluarga," *Widya Acitya: Journal of Multidisciplinary Research* 1, no. 1 (2025): 25–32.

¹⁴ Suryadi Suryadi, "Konsep Keluarga Sakinah Dalam Perspektif Fiqh Munakahat," *Abdurrauf Law and Sharia* 1, no. 1 (2024): 79–102.

¹⁵ Ismi Lathifatul Hilmi, "Mu'asyarah Bil Ma'ruf Sebagai Asas Perkawinan," *Jurnal Ilmiah Ahwal Syakhshiyah (JAS)* 5, no. 1 (2023): 76–91; Tiara Cintia Maneza, Jumni Nelli, and Afrizal Ahmad, "RELASI KESALINGAN DALAM RUMAH TANGGA: KAJIAN ATAS POLA HUBUNGAN SUAMI-ISTRI PERSPEKTIF MUBADALAH," *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu* 3, no. 1 (January 19, 2026): 27–37, <https://doi.org/10.69714/zmzegh71>; Nurul Hidayah, "Mubadalah Sebagai Paradigma Kesalingan Dalam Relasi Suami Istri," *Al-Istinbath: Jurnal Ilmu Hukum Dan Hukum Keluarga Islam* 2, no. 2 (2025): 263–74.

adaptif tanpa kehilangan nilai-nilai etis dasarnya.¹⁶ Dalam kerangka ini, aktivitas digital diposisikan sebagai praktik yang penilaiannya bergantung pada dampaknya terhadap kualitas relasi suami istri dan pemeliharaan keharmonisan rumah tangga.

Berdasarkan uraian tersebut, tinjauan pustaka ini menempatkan intensitas penggunaan game online pada Generasi Z sebagai konteks sosial kehidupan digital, teori komunikasi rumah tangga sebagai landasan pemahaman interaksi suami istri, serta prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf* dalam hukum keluarga Islam sebagai kerangka normatif dalam menilai praktik komunikasi rumah tangga di era digital. Pendekatan teoritik ini memberikan dasar yang memadai untuk menganalisis dinamika komunikasi pasangan Generasi Z tanpa mereduksinya menjadi hubungan kausal antar variabel.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif-analitis yang bertujuan untuk memahami secara mendalam dinamika komunikasi rumah tangga pasangan Generasi Z dalam mengelola intensitas bermain game online serta relevansinya dengan perspektif hukum keluarga Islam. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada pengalaman subjektif, makna, dan proses sosial yang tidak dapat diukur secara kuantitatif. Desain penelitian bersifat kontekstual dan interpretatif, sehingga memungkinkan peneliti menggali realitas sosial secara holistik sesuai dengan karakteristik fenomena yang diteliti dalam ruang kehidupan digital.

Penelitian ini dilakukan pada ruang sosial daring (*virtual field*), dengan memanfaatkan komunitas game online sebagai medan penelitian. Pemilihan ruang daring didasarkan pada pertimbangan bahwa interaksi dan aktivitas bermain game online pasangan Generasi Z banyak berlangsung dalam komunitas virtual, sehingga pendekatan ini dinilai relevan untuk menangkap pengalaman empiris informan secara autentik. Oleh karena itu, penelitian ini tidak dibatasi oleh lokasi geografis tertentu, melainkan berfokus pada konteks sosial digital tempat informan berinteraksi dan berbagi pengalaman bermain game online.

Peneliti berperan sebagai instrumen utama (*human instrument*) yang secara langsung terlibat dalam proses perancangan instrumen, pengumpulan, dan analisis data. Kehadiran peneliti bersifat reflektif dengan tetap menjaga objektivitas, etika penelitian, serta sensitivitas terhadap nilai-nilai personal dan keagamaan informan. Informan penelitian dipilih secara purposive dengan kriteria pasangan suami istri Generasi Z yang telah menikah, berusia antara 20-27 tahun, dan memiliki pengalaman aktif bermain game online dalam kehidupan sehari-hari.

Jumlah informan dalam penelitian ini sebanyak 12 orang, yang terdiri atas pasangan suami istri Generasi Z dengan karakteristik demografis yang beragam, meliputi perbedaan jenis kelamin, lama pernikahan (1-5 tahun), latar belakang pendidikan, serta status pekerjaan. Sebagian informan merupakan pasangan yang salah satu pihaknya aktif bermain game online, sementara sebagian lainnya merupakan pasangan yang keduanya terlibat dalam aktivitas tersebut. Keberagaman karakteristik ini dimaksudkan untuk memperkaya sudut pandang dan memperdalam pemahaman mengenai dinamika komunikasi rumah tangga di kalangan pasangan Generasi Z.

Dalam penelitian ini, intensitas bermain game online didefinisikan secara operasional sebagai tingkat frekuensi dan durasi aktivitas bermain game online yang dilakukan oleh salah satu atau kedua pasangan dalam periode tertentu, disertai dengan tingkat keterlibatan perhatian dan emosional selama aktivitas tersebut berlangsung. Intensitas bermain tidak

¹⁶ Nudia Amburika, "Peran Hukum Islam Dalam Membangun Keluarga Sakinah Mawaddah Warahmah Melalui Pendekatan Maqashid Al Syariah Dalam Rumah Tangga," *Jurnal Hukum Nusantara* 1, no. 3 (2025): 249–59.

hanya dipahami dari lamanya waktu bermain, tetapi juga dari sejauh mana aktivitas game online memengaruhi pembagian waktu, perhatian, dan kualitas komunikasi dalam kehidupan rumah tangga sehari-hari.

Sumber data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui wawancara tertulis daring menggunakan *Google Form* dengan pertanyaan terbuka (*open-ended questions*). Metode ini dipilih untuk menyesuaikan dengan karakteristik informan sebagai Generasi Z yang memiliki tingkat literasi digital tinggi serta aktif dalam komunitas game online. Wawancara tertulis memungkinkan informan menjawab pertanyaan secara reflektif, jujur, dan mendalam sesuai dengan pengalaman personal mereka, tanpa tekanan situasi tatap muka. Data sekunder diperoleh dari literatur ilmiah berupa buku, artikel jurnal bereputasi, dan dokumen yang berkaitan dengan komunikasi keluarga, budaya digital, dan hukum keluarga Islam yang relevan dengan fokus penelitian.

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan menggunakan pendekatan analisis tematik. Proses analisis diawali dengan tahap *open coding*, yaitu mengidentifikasi dan memberi kode pada pernyataan-pernyataan penting yang muncul dari jawaban tertulis informan. Tahap selanjutnya adalah *axial coding*, yaitu mengelompokkan kode-kode yang memiliki keterkaitan ke dalam kategori tematik, seperti pola intensitas bermain game online, bentuk komunikasi rumah tangga, dan respons pasangan terhadap aktivitas digital. Tahap akhir dilakukan melalui *selective coding* untuk menyusun tema-tema utama yang merepresentasikan dinamika komunikasi rumah tangga pasangan Generasi Z secara komprehensif. Tema-tema tersebut kemudian dianalisis dan diinterpretasikan dengan menggunakan teori komunikasi rumah tangga serta prinsip-prinsip hukum keluarga Islam, khususnya konsep *mu'asyarah bil ma'ruf*, sakinah, mawaddah, dan rahmah.

Keabsahan data dalam penelitian ini, penelitian menerapkan teknik triangulasi teori dengan mengaitkan temuan empiris dengan kerangka teori komunikasi dan hukum keluarga Islam. Selain itu, peneliti juga melakukan pembacaan ulang data dan refleksi interpretatif secara berulang guna menjaga konsistensi analisis dan meningkatkan kredibilitas temuan. Pendekatan ini diharapkan mampu menghasilkan pemahaman yang dapat dipertanggungjawabkan secara akademik mengenai dinamika komunikasi rumah tangga pasangan Generasi Z di tengah budaya game online.

4. Hasil dan Pembahasan

A. Intensitas Game Online dalam Kehidupan Rumah Tangga Pasangan Gen Z

Fenomena meningkatnya penggunaan game online di kalangan Generasi Z tidak dapat dilepaskan dari karakteristik generasi ini yang tumbuh dan berkembang dalam lingkungan digital yang sarat dengan teknologi interaktif. Sejak usia dini, Generasi Z terbiasa berinteraksi dengan perangkat digital sebagai bagian dari aktivitas belajar, hiburan, dan komunikasi sosial.¹⁷ Kondisi tersebut membentuk pola adaptasi teknologi yang tinggi dan menjadikan ruang digital sebagai bagian integral dari kehidupan sehari-hari. Dalam konteks ini, game online tidak lagi dipahami semata sebagai media hiburan, tetapi berkembang menjadi bentuk ekspresi diri dan sarana relaksasi yang mengakar dalam kebiasaan sosial Generasi Z.

Dalam kehidupan rumah tangga, karakteristik digital Generasi Z membawa implikasi tersendiri terhadap pola relasi suami istri. Permainan daring tidak lagi diposisikan sebagai aktivitas individual yang terpisah dari kehidupan keluarga, melainkan hadir dan berlangsung di dalam ruang domestik. Aktivitas bermain game kerap dilakukan di rumah pada waktu yang bersamaan dengan keberadaan pasangan, sehingga secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi pembagian peran, pengelolaan waktu, dan pola interaksi dalam rumah tangga.

¹⁷ Muhammad Yudi Fitriyadi et al., "Pengaruh Dunia IT Terhadap Perilaku Remaja Generasi Z," *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 2, no. 2 (2023): 21–37.

Oleh karena itu, pemahaman terhadap intensitas penggunaan game online menjadi titik awal yang penting untuk menelaah dinamika komunikasi dan keharmonisan keluarga pasangan Generasi Z di era digital.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan memiliki keterlibatan aktif dalam penggunaan game online dengan tingkat intensitas yang beragam. Game online dimanfaatkan sebagai sarana hiburan rutin sekaligus media pelepas stres setelah menjalani aktivitas kerja dan tanggung jawab domestik. Informan memaknai aktivitas bermain game sebagai bentuk relaksasi yang membantu mereka mengelola kejenuhan dan tekanan psikologis sehari-hari. Temuan ini menunjukkan bahwa game online memiliki fungsi psikologis tertentu dalam kehidupan pasangan Generasi Z.

Waktu bermain game online umumnya dilakukan pada malam hari, ketika aktivitas formal telah selesai dan pasangan berada dalam ruang domestik yang sama. Kondisi ini menunjukkan bahwa aktivitas game online tidak berlangsung dalam ruang sosial yang terpisah, melainkan berada dalam konteks relasional suami istri. Kehadiran game online pada waktu kebersamaan pasangan menjadi faktor yang secara signifikan memengaruhi kualitas interaksi, terutama ketika perhatian salah satu pasangan teralihkan dari komunikasi interpersonal menuju aktivitas digital.

Temuan penelitian juga mengungkapkan bahwa informan memaknai intensitas bermain game online secara beragam. Sebagian informan memandang game online sebagai aktivitas personal yang dapat ditoleransi selama tidak mengganggu kewajiban rumah tangga dan komunikasi dengan pasangan. Dalam pandangan ini, game online diposisikan sebagai ruang privat yang masih dapat diterima sepanjang terdapat batasan yang jelas serta kesadaran terhadap peran sebagai suami atau istri.

Namun demikian, penelitian ini menemukan bahwa ketika durasi bermain game tidak terkontrol dan menyita perhatian secara berlebihan, aktivitas tersebut mulai memengaruhi pembagian waktu bersama pasangan. Dalam situasi demikian, game online berpotensi menggeser prioritas relasional, mengurangi intensitas komunikasi, dan menurunkan kualitas kebersamaan dalam rumah tangga. Informan menggambarkan munculnya jarak emosional yang bersifat laten, bukan dalam bentuk konflik terbuka, tetapi melalui berkurangnya kelekatan dan perhatian terhadap pasangan.

Temuan empiris ini menunjukkan bahwa game online pada dasarnya merupakan aktivitas rekreasional yang bersifat netral, namun berpotensi menjadi problematis ketika intensitas penggunaannya mengganggu fungsi sosial individu.¹⁸ Dalam konteks rumah tangga pasangan Generasi Z, intensitas game online tidak semata-mata diukur dari frekuensi atau durasi bermain, melainkan dari sejauh mana aktivitas tersebut memengaruhi keterlibatan emosional dan kualitas komunikasi antarpasangan. Dampak game online dalam relasi pernikahan bersifat kontekstual dan dipengaruhi oleh kemampuan regulasi diri serta lingkungan sosial pengguna, termasuk dinamika hubungan suami istri.¹⁹

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa intensitas bermain game online dalam rumah tangga pasangan Generasi Z merupakan fenomena yang bersifat ambivalen. Di satu sisi, game online berfungsi sebagai sarana hiburan dan pelepas stres yang relevan dengan kehidupan digital Generasi Z. Di sisi lain, apabila tidak dikelola secara proporsional, intensitas tersebut berpotensi menggeser prioritas relasional dan mengurangi kedekatan emosional antara suami dan istri. Dengan demikian, persoalan utama bukan terletak pada

¹⁸ Hilda Asihatul Afiah and Isak Iskandar, "Pengaruh Game Online Terhadap Perilaku Remaja," *Jurnal Intellek Insan Cendikia* 2, no. 5 (2025): 9776–81.

¹⁹ Carolin Szász-Janocha et al., "Problem Gaming-Related Harm Experienced by Partners and Parents of Individuals with Gaming Problems and Their Help-Seeking Experiences," *Journal of Behavioral Addictions* 12, no. 1 (March 30, 2023): 137–47, <https://doi.org/10.1556/2006.2023.00003>.

keberadaan teknologi digital, melainkan pada cara pasangan memaknai dan mengelola aktivitas tersebut dalam kerangka hubungan pernikahan.

B. Dinamika Komunikasi Suami Istri di Tengah Aktivitas Game Online

Komunikasi merupakan fondasi utama dalam membangun kedekatan emosional, kepercayaan, dan keharmonisan dalam kehidupan rumah tangga. Melalui komunikasi yang efektif, pasangan suami istri dapat mengekspresikan perasaan, menyampaikan kebutuhan, serta menyelesaikan perbedaan secara konstruktif.²⁰ Dalam perspektif hubungan antarpribadi, komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian pesan, tetapi juga sebagai medium pembentukan ikatan emosional dan rasa kebersamaan. Namun, perkembangan teknologi digital menghadirkan tantangan baru dalam praktik komunikasi keluarga, terutama melalui aktivitas digital yang menyita perhatian, seperti bermain game daring.

Dalam rumah tangga pasangan Generasi Z, bermain game daring telah menjadi bagian dari gaya hidup digital yang mengakar dalam kebiasaan sosial sejak usia muda. Generasi ini terbiasa berinteraksi melalui perangkat digital, sehingga batas antara ruang pribadi dan ruang relasional menjadi semakin cair. Game daring tidak lagi terbatas sebagai aktivitas individual, tetapi kerap berlangsung di ruang rumah yang sama dengan pasangan. Kondisi ini menjadikan aktivitas game daring secara langsung bersinggungan dengan waktu kebersamaan suami istri dan memengaruhi pola komunikasi harian, baik secara verbal maupun nonverbal.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa frekuensi bermain game daring secara signifikan memengaruhi dinamika komunikasi dalam rumah tangga. Beberapa informan menyampaikan bahwa ketika salah satu pasangan sedang bermain game, percakapan cenderung menjadi singkat dan bersifat fungsional. Interaksi emosional berkurang, sementara respons terhadap pasangan sering kali tertunda. Kondisi ini mencerminkan perubahan kualitas komunikasi dari yang bersifat penuh perhatian menjadi terfragmentasi akibat distraksi digital.

Informan yang tidak terlibat dalam aktivitas game daring juga mengungkapkan perasaan kurang diperhatikan oleh pasangan. Ketika perhatian pasangan terfokus pada permainan daring, aspek komunikasi nonverbal seperti kontak mata, ekspresi empati, dan bahasa tubuh positif menjadi berkurang. Situasi ini tidak selalu memunculkan konflik terbuka, tetapi secara perlahan membentuk jarak emosional yang dapat mengurangi keintiman dalam hubungan suami istri.

Meski demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa dampak game daring terhadap komunikasi tidak bersifat seragam. Sebagian pasangan menunjukkan kemampuan adaptif dalam mengelola komunikasi di tengah aktivitas game daring. Pasangan ini umumnya membangun dialog terbuka mengenai kebutuhan masing-masing, termasuk kesepakatan tentang batas waktu bermain dan waktu khusus untuk berinteraksi. Melalui komunikasi dialogis dan negosiasi yang seimbang, game daring tidak selalu berujung pada konflik, melainkan dapat dikelola sebagai bagian dari dinamika keluarga modern.

Temuan tersebut sejalan dengan pandangan dalam kajian komunikasi interpersonal yang menegaskan bahwa komunikasi yang sehat ditandai oleh perhatian, empati, keterbukaan, dan keterlibatan emosional.²¹ Ketika perhatian pasangan tersita secara berlebihan oleh aktivitas digital, salah satu unsur utama komunikasi interpersonal, yakni perhatian penuh, cenderung berkurang sehingga fungsi afektif komunikasi tidak berjalan secara optimal. Selain itu, gangguan komunikasi yang tampak kecil namun terjadi secara

²⁰ M Muariful Anam, *Bersama Selamanya: Membangun Pondasi Pernikahan Yang Kuat Dan Harmonis* (GUEPEDIA, 2024).

²¹ Rezky Febrianti, Arianto Arianto, and Muh Akbar, "Strategi Parental Control Sebagai Praktik Komunikasi Keluarga Dalam Menghadapi Kecanduan Game Online Pada Remaja: Studi Kasus SMP Di Makassar," *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, no. 4 (2025): 1278–91.

berulang dapat menimbulkan dampak kumulatif yang memengaruhi kualitas hubungan pasangan dalam jangka panjang.²²

Berdasarkan keseluruhan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa aktivitas game daring berperan sebagai faktor kontekstual yang memengaruhi dinamika komunikasi suami istri dalam rumah tangga pasangan Generasi Z. Game daring tidak secara inheren merusak komunikasi, tetapi berpotensi menurunkan kualitas interaksi ketika mengurangi perhatian, keterlibatan emosional, dan responsivitas pasangan. Sebaliknya, komunikasi yang terbuka, kesepakatan bersama, dan kesadaran relasional terbukti menjadi mekanisme kunci yang memungkinkan pasangan mempertahankan kualitas komunikasi di tengah tantangan budaya digital.

C. Strategi Pengelolaan Game Online dan Keharmonisan Rumah Tangga

Tidak semua pasangan bereaksi sama terhadap aktivitas bermain game daring, meski mereka berada di generasi dan lingkungan digital yang mirip. Variasi respons ini menunjukkan perbedaan cara mengatur kegiatan digital, yang dipengaruhi oleh gaya komunikasi, tingkat kematangan emosi, dan kemampuan bernegosiasi di rumah tangga. Dalam kehidupan pasangan Generasi Z, game daring bisa dianggap sebagai potensi sumber perselisihan atau sekadar aktivitas netral yang bisa dikontrol, tergantung bagaimana mereka mencapai pemahaman bersama.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa pasangan yang memiliki kesepakatan bersama mengenai waktu dan lamanya bermain game daring biasanya menunjukkan tingkat keselarasan keluarga yang lebih kokoh. Kesepakatan ini umumnya dibentuk lewat komunikasi terbuka dan percakapan yang fokus pada kepentingan bersama. Langkah-langkah yang diterapkan mencakup pembatasan durasi bermain, penetapan waktu khusus untuk bersama, serta komitmen menghentikan game saat pasangan memerlukan perhatian emosional. Pola ini mengindikasikan bahwa pengaturan aktivitas game daring bukanlah paksaan, melainkan hasil dari pemahaman hubungan yang dibangun secara timbal balik.

Selain itu, pasangan yang menggunakan pendekatan pengelolaan yang tegas cenderung memiliki pemahaman hubungan yang lebih dalam. Mereka menyadari bahwa ikatan pernikahan memerlukan kehadiran emosional yang terus-menerus, bukan hanya kehadiran fisik. Dalam hal ini, game daring tidak dilihat sebagai ancaman, melainkan sebagai kegiatan yang harus diseimbangkan. Kemauan salah satu pihak menyesuaikan kebiasaan bermain demi kenyamanan pasangan lainnya menjadi tanda penting dari dedikasi hubungan dan kematangan emosi di rumah tangga.

Di sisi lain, penelitian ini menemukan bahwa pasangan tanpa kesepakatan bersama tentang aktivitas game daring rentan mengalami ketegangan tersembunyi. Ketegangan ini tidak selalu muncul sebagai pertikaian terang-terangan, tapi terlihat dari berkurangnya kehangatan secara emosi, percakapan yang terasa dingin, dan meningkatnya ketidakpuasan dalam hubungan. Kurangnya aturan atau pemahaman membuat game daring berpotensi menjadi pemicu ketegangan yang berulang. Dalam situasi seperti ini, game daring bertindak sebagai pencetus konflik yang memperbesar jarak emosi antara pasangan.

Kondisi ketegangan tersembunyi ini menunjukkan bahwa inti masalahnya bukan pada aktivitas game daring itu sendiri, melainkan pada tidak adanya mekanisme pengelolaan bersama. Tanpa pendekatan yang jelas, kegiatan digital bisa mendominasi ruang hubungan dan mengubah prioritas emosi di rumah tangga. Ini menunjukkan bahwa keselarasan keluarga di era digital sangat bergantung pada kemampuan pasangan membentuk aturan dan kesepakatan yang adil serta komunikatif.

²² Oci Asti Herni, Sapta Sari, and Yanto Yanto, "Komunikasi Interpersonal Dalam Menciptakan Keluarga Sakinah," *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)* 3, no. 1 (2024): 1–16.

Temuan ini diperkuat dengan pernyataan yang menegaskan bahwa Generasi Z menghadapi tantangan khusus dalam menyeimbangkan interaksi pribadi dan penggunaan teknologi digital. Generasi ini hidup di ekosistem teknologi yang selalu terhubung, sehingga batasan antara ruang pribadi dan ruang hubungan semakin samar.²³ Dalam konteks pernikahan, tantangan ini memerlukan pendekatan adaptif agar teknologi tidak merusak kualitas ikatan emosi. Dengan demikian, keselarasan keluarga tidak ditentukan oleh tidak adanya teknologi, melainkan oleh kemampuan pasangan mengintegrasikan teknologi secara seimbang dan sadar hubungan.

Selain itu, temuan ini juga memperluas pemahaman tentang keharmonisan rumah tangga dalam perspektif relasi modern. Keharmonisan tidak lagi semata diukur dari minimnya konflik, tetapi dari kemampuan pasangan dalam mengelola perbedaan, termasuk perbedaan preferensi terhadap aktivitas digital. Strategi pengelolaan game online yang efektif mencerminkan adanya dialog yang sehat, pembagian peran yang seimbang, serta pengakuan terhadap kebutuhan emosional masing-masing pasangan. Hal ini menunjukkan bahwa teknologi dapat dikelola secara konstruktif apabila pasangan memiliki kapasitas komunikasi dan negosiasi yang memadai.

Berdasarkan temuan dan analisis pada subbab ini, dapat disimpulkan bahwa pendekatan mengelola game daring adalah faktor utama dalam menjaga keselarasan keluarga pasangan Generasi Z. Pasangan yang bisa membentuk kesepakatan bersama, menetapkan batas waktu, dan memprioritaskan kehadiran emosi menunjukkan hubungan yang lebih stabil dan harmonis. Sebaliknya, tidak adanya pendekatan pengelolaan yang disepakati bersama membuat game daring menjadi sumber ketegangan tersembunyi yang bisa menurunkan kualitas hubungan suami-istri. Dengan demikian, keselarasan keluarga di era digital tidak ditentukan oleh tingginya intensitas game daring, melainkan oleh kemampuan pasangan mengelola aktivitas tersebut secara komunikatif, seimbang, dan berfokus pada kebutuhan hubungan.

D. Perspektif Hukum Keluarga Islam terhadap Dinamika Komunikasi Digital

Dalam perspektif Islam, rumah tangga tidak hanya dipahami sebagai institusi sosial yang mengatur relasi suami istri, tetapi juga sebagai ruang moral dan spiritual yang dibangun atas dasar tanggung jawab, keadilan, dan kasih sayang. Relasi pernikahan diposisikan sebagai amanah yang menuntut kehadiran emosional, pemenuhan hak dan kewajiban, serta komitmen untuk menjaga keharmonisan bersama.²⁴ Al-Qur'an menegaskan prinsip dasar relasi suami istri melalui perintah *mu'asyarah bil ma'ruf* sebagaimana termaktub dalam Q.S. al-Nisa' ayat 19, yang mengharuskan suami dan istri berinteraksi secara baik, penuh penghormatan, dan tidak menimbulkan penderitaan satu sama lain. Ayat ini menjadi landasan normatif bahwa kualitas interaksi, termasuk komunikasi sehari-hari, merupakan bagian integral dari etika pernikahan dalam Islam.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa responden memaknai keharmonisan rumah tangga sebagai relasi yang dilandasi saling menghormati, menjaga perasaan pasangan, serta memenuhi hak dan kewajiban secara seimbang. Aktivitas game daring dipersepsikan sebagai perbuatan yang pada dasarnya bersifat mubah, selama tidak mengganggu tanggung jawab domestik dan komunikasi suami istri. Namun, ketika aktivitas tersebut menyebabkan berkurangnya perhatian emosional, keterlibatan komunikasi, dan kehadiran relasional, responden menilainya sebagai praktik yang tidak sejalan dengan nilai-nilai keluarga Islami.

²³ Liz Hathaway and Becca O'Shields, "Understanding and Engaging Generation Z," *ACSM'S Health & Fitness Journal* 26, no. 4 (July 2022): 39–42.

²⁴ Mirwan Mirwan, "Maqāṣid Al-Sharī'ah and Family Resilience: Exploring the Concept of Wasā'il in Jamaluddin 'Aṭhiyyah's Thought," *Journal of Islamic Thought and Philosophy* 4, no. 1 (2025): 78–105.

Hal ini menunjukkan bahwa penilaian terhadap aktivitas digital tidak didasarkan pada bentuk kegiatannya semata, melainkan pada dampaknya terhadap kualitas relasi pernikahan.

Pandangan tersebut selaras dengan kaidah fiqh *dar' al-mafasid muqaddam 'ala jalb al-masalih*, yang menegaskan bahwa pencegahan terhadap kemudaratatan harus didahulukan daripada pencapaian kemaslahatan. Dalam konteks ini, kesenangan personal yang diperoleh melalui game daring tidak dapat diprioritaskan apabila berimplikasi pada terganggunya komunikasi, terbaikannya pasangan, atau melemahnya keharmonisan rumah tangga. Prinsip ini menempatkan relasi suami istri sebagai kepentingan yang harus dilindungi dari potensi kerusakan, meskipun aktivitas yang dilakukan pada dasarnya bersifat boleh.

Selain itu, prinsip *sadd al-dzari'ah* juga relevan untuk digunakan dalam menilai praktik bermain game daring dalam kehidupan rumah tangga. Prinsip ini menekankan perlunya membatasi atau mengendalikan perbuatan yang secara potensial dapat menjadi sarana menuju kemudaratatan. Dalam konteks komunikasi rumah tangga, aktivitas game daring yang tidak diatur dan cenderung menyita perhatian dapat berfungsi sebagai jalan menuju pengabaian hak pasangan, menurunnya kualitas komunikasi, dan renggangnya ikatan emosional. Oleh karena itu, pembatasan durasi dan pengelolaan waktu bermain dapat dipahami sebagai upaya preventif yang sejalan dengan prinsip kehati-hatian dalam hukum Islam.

Pendekatan *maqasid al-syari'ah* semakin memperkuat temuan penelitian ini, khususnya dalam upaya menjaga kemaslahatan keluarga sebagai bagian dari perlindungan jiwa (*hifz al-nafs*), kehormatan relasi (*hifz al-'ird*), dan stabilitas sosial. Keharmonisan rumah tangga tidak hanya dipandang sebagai tujuan individual, tetapi juga sebagai fondasi bagi keteraturan sosial yang lebih luas. Dalam kerangka ini, komunikasi yang sehat, kehadiran emosional, dan perhatian timbal balik merupakan bagian dari pemeliharaan tujuan-tujuan dasar syariat. Prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf* tidak berhenti pada pemenuhan kewajiban formal, tetapi mencakup sikap, komunikasi, dan praktik keseharian yang mencerminkan keadilan dan kasih sayang dalam relasi suami istri.²⁵

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa prinsip-prinsip hukum keluarga Islam memiliki daya adaptif dalam merespons perubahan sosial akibat digitalisasi. Hukum keluarga Islam tidak bersifat kaku atau ahistoris, melainkan mampu memberikan panduan etis dalam menghadapi praktik-praktik baru, termasuk penggunaan teknologi digital dalam rumah tangga. Aktivitas game daring, dalam hal ini, tidak diposisikan sebagai ancaman inheren terhadap nilai-nilai Islam, melainkan sebagai praktik sosial yang memerlukan pengelolaan etis agar tidak merusak tujuan pernikahan.

Berdasarkan keseluruhan temuan dan analisis, dapat disimpulkan bahwa permainan daring tidak secara inheren bertentangan dengan hukum keluarga Islam. Dampaknya sangat ditentukan oleh cara pasangan mengelolanya dalam kerangka komunikasi yang sehat, kesepakatan bersama, dan internalisasi prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf*. Penelitian ini memperkaya diskursus hukum keluarga Islam dengan menunjukkan bahwa nilai-nilai normatif Islam tetap relevan dan kontekstual dalam merespons dinamika komunikasi digital pasangan Generasi Z, sekaligus menegaskan bahwa etika relasi suami istri merupakan inti dari penerapan hukum keluarga Islam di era digital.

5. Kesimpulan

Hasil penelitian dan pembahasan dalam perspektif hukum keluarga Islam, dapat disimpulkan bahwa aktivitas game online dalam rumah tangga pasangan Generasi Z pada

²⁵ Lina Nur Anisa, "DECONSTRUCTING MU'ASYARAH BI AL-MA'RUF: TOWARD A GENDER-JUST FRAMEWORK OF ISLAMIC FAMILY LAW," *Hakam: Jurnal Kajian Hukum Islam Dan Hukum Ekonomi Islam* 9, no. 2 (2025).

dasarnya merupakan perbuatan yang bersifat mubah, namun penilaiannya sangat bergantung pada dampaknya terhadap kualitas relasi suami istri. Dalam kerangka hukum keluarga Islam, penggunaan game online menjadi problematis bukan karena bentuk aktivitasnya, melainkan ketika intensitas dan cara pengelolaannya mengurangi perhatian emosional, mengganggu komunikasi, serta mengabaikan hak dan kewajiban pasangan. Kondisi tersebut bertentangan dengan prinsip *mu'asyarah bil ma'ruf* yang menempatkan interaksi yang baik, penuh penghormatan, dan kehadiran emosional sebagai inti etika pernikahan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa keharmonisan rumah tangga dalam Islam tidak ditentukan oleh ada atau tidaknya teknologi digital, melainkan oleh kemampuan pasangan dalam mengelola aktivitas digital secara etis dan proporsional. Prinsip-prinsip hukum keluarga Islam, seperti pencegahan kemudharatan (*dar' al-mafasid*), kehati-hatian terhadap potensi kerusakan relasi (*sadd al-dzari'ah*), serta orientasi pada kemaslahatan keluarga dalam kerangka *maqasid al-syari'ah*, terbukti relevan untuk menilai dan mengarahkan praktik komunikasi rumah tangga di era digital. Dengan demikian, hukum keluarga Islam menunjukkan sifat adaptif dan kontekstual dalam merespons dinamika komunikasi digital pasangan Generasi Z tanpa kehilangan nilai-nilai normatif dasarnya.

Penelitian ini menegaskan bahwa internalisasi nilai *mu'asyarah bil ma'ruf* dalam praktik komunikasi sehari-hari menjadi kunci utama dalam menjaga keharmonisan rumah tangga pasangan Generasi Z di tengah budaya game online. Kesepakatan bersama, pengendalian diri, dan kesadaran relasional merupakan bentuk konkret penerapan etika keluarga Islami dalam menghadapi tantangan digital. Oleh karena itu, penguatan kesadaran etis berbasis hukum keluarga Islam menjadi penting tidak hanya sebagai pedoman normatif, tetapi juga sebagai kerangka praktis dalam membangun relasi suami istri yang harmonis dan berkelanjutan di era digital.

6. Daftar Pustaka

- Adha, Ismail, and Abdul Mukhshin. "Pemenuhan Hak Istri Oleh Suami Pecandu Game Online: Studi Normatif-Empiris Menurut KHI Di Tanjungbalai." *BUSTANUL FUQAH: Jurnal Bidang Hukum Islam* 6, no. 2 (August 22, 2025): 376–95. <https://doi.org/10.36701/bustanul.v6i2.2341>.
- Afiyah, Hilda Asihatul, and Isak Iskandar. "Pengaruh Game Online Terhadap Perilaku Remaja." *Jurnal Intelek Insan Cendikia* 2, no. 5 (2025): 9776–81.
- Alya, Aghniya Rahma. "Dampak Permasalahan Komunikasi Dalam Pernikahan Terhadap Keharmonisan Keluarga." *Widya Acitya: Journal of Multidisciplinary Research* 1, no. 1 (2025): 25–32.
- Amalia, Revalina, Dewi Dilasari, and Fahira Ghina Muthmainnah. "Peran Komunikasi Interpersonal Dalam Membangun Keharmonisan Keluarga." *Journal of Communication and Social Sciences* 3, no. 2 (2025): 85–98.
- Amburika, Nudia. "Peran Hukum Islam Dalam Membangun Keluarga Sakinah Mawaddah Warahmah Melalui Pendekatan Maqashid Al Syariah Dalam Rumah Tangga." *Jurnal Hukum Nusantara* 1, no. 3 (2025): 249–59.
- Anam, M Muariful. *Bersama Selamanya: Membangun Pondasi Pernikahan Yang Kuat Dan Harmonis*. GUEPEDIA, 2024.
- Angellita Satura, and Hastuti Rifayani. "Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Keterampilan Sosial Individu: Analisis Dampak Dan Implikasi." *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi* 2, no. 1 (February 10, 2024): 219–33. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i1.224>.
- Anisa, Lina Nur. "DECONSTRUCTING MU'ASYARAH BI AL-MA'RUF: TOWARD A GENDER-JUST FRAMEWORK OF ISLAMIC FAMILY LAW." *Hakam: Jurnal Kajian Hukum Islam Dan Hukum Ekonomi Islam* 9, no. 2 (2025).

- Ansari, Ansari, and Mutamakin Mutamakin. "PERAN SUAMI ISTRI DALAM MEMBANGUN RUMAH TANGGA DENGAN POLA KOMUNIKASI QUR'AN." *AL-ASHLAH: Jurnal Hukum Keluarga Dan Hukum Islam* 4, no. 2 (2025): 94–113.
- Ding, Meng, and Xinyue Shao. "The Influence of Video Game Usage on Romantic Relationships Between Youths." *Advances in Social Sciences Research Journal* 10, no. 9 (October 5, 2023): 382–97. <https://doi.org/10.14738/assrj.109.15586>.
- Febrianti, Rezky, Arianto Arianto, and Muh Akbar. "Strategi Parental Control Sebagai Praktik Komunikasi Keluarga Dalam Menghadapi Kecanduan Game Online Pada Remaja: Studi Kasus SMP Di Makassar." *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, no. 4 (2025): 1278–91.
- Fitriyadi, Muhammad Yudi, Muhammad Restu Rahman, Muhammad Rifqi Azmi Asshidiqi, M Arifin Ilham, Olyvia Ika Aibina, Nurul Hesda, and Fikri Al Fayyedh. "Pengaruh Dunia IT Terhadap Perilaku Remaja Generasi Z." *Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya* 2, no. 2 (2023): 21–37.
- Hathaway, Liz, and Becca O'Shields. "Understanding and Engaging Generation Z." *ACSM'S Health & Fitness Journal* 26, no. 4 (July 2022): 39–42. <https://doi.org/10.1249/FIT.0000000000000774>.
- Herni, Oci Asti, Sapta Sari, and Yanto Yanto. "Komunikasi Interpersonal Dalam Menciptakan Keluarga Sakinah." *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)* 3, no. 1 (2024): 1–16.
- Hidayah, Nurul. "Mubadalah Sebagai Paradigma Kesalingan Dalam Relasi Suami Istri." *Al-Istinbath: Jurnal Ilmu Hukum Dan Hukum Keluarga Islam* 2, no. 2 (2025): 263–74.
- Hilmi, Ismi Lathifatul. "Mu'asyarah Bil Ma'ruf Sebagai Asas Perkawinan." *Jurnal Ilmiah Ahwal Syakhshiyah (JAS)* 5, no. 1 (2023): 76–91.
- Islamiah, Raih, and Deni Iriyadi. "PENGARUH KONSELING KELUARGA TERHADAP KEHARMONISAN KELUARGA." *Realita: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 10, no. 2 (2025): 2824–36.
- Kustiawan, Andri Arif, M Or, Andy Widhiya Bayu Utomo, and M Or. *Jangan Suka Game Online: Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan*. Cv. Ae Media Grafika, 2019.
- Kusumastiwi, Tesaviani. "Do Online Games Affect the Quality of Attachment Between Adolescents and Parents?" *Scientia Psychiatrica* 1, no. 4 (October 18, 2020): 29–33. <https://doi.org/10.37275/scipsy.v1i4.25>.
- Laka, Laurensius, Rafik Darmansyah, Loso Judijanto, Justin Foera-era Lase, Farid Haluti, Febti Kuswanti, and Kalip Kalip. *Pendidikan Karakter Gen Z Di Era Digital*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2024.
- Mila Agustin, Diea, Abelia Seprianti, Khoirani Khoirani, Muhammad Rafli Akbar, Alrefi Alrefi, and Akbari Akbari. "Online Game Addiction Behavior in Generation Z." *Edusoshum: Journal of Islamic Education and Social Humanities* 4, no. 2 (October 14, 2024): 191–202. <https://doi.org/10.52366/edusoshum.v4i2.107>.
- Mirwan, Mirwan. "Maqāṣid Al-Sharī'ah and Family Resilience: Exploring the Concept of Wasā'il in Jamaluddin 'Aṭṭhiyyah's Thought." *Journal of Islamic Thought and Philosophy* 4, no. 1 (2025): 78–105.
- Muhammad Raihan, Muhammad Rozan Khairi, Nabila Pebrilia Yolanda Putri, Noviyana Dila Sari Lubis, Raisha Fatiha Rizka, and Nursapiah Harahap. "Pengaruh Game Online Terhadap Komunikasi Orang Tua Dan Anak." *Concept: Journal of Social Humanities and Education* 3, no. 3 (July 2, 2024): 01–15. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i3.1355>.
- Ngatini, Yustina. *Remaja Dan Pergumulannya Di Era Digital*. Penerbit P4I, 2025.
- Rahmah, Maulidah, Wahab Wahab, and Syamsul Kurniawan. "Pengembangan Pembelajaran PAI Bagi Digital Natives:: Merancang Indikator Pembelajaran Untuk Generasi-Z." *Indonesian Research Journal on Education* 5, no. 1 (2025): 192–201.
- Rahmi, Siti. *Komunikasi Interpersonal Dan Hubungannya Dalam Konseling*. Syiah Kuala University Press, 2021.

- Safi'i, Imam. "Makna Subjektif Bermain Game Online Free Fire Pada Anak Di Desa Pasirjaya: Sebuah Pendekatan Fenomenologis." *SOCIAL PEDAGOGY: Journal of Social Science Education* 6, no. 1 (2025): 67–76.
- Santinah, Santinah, and Saluky Saluky. "The Effect of Online Games on Learning Motivation and Learning Achievement." *ITEJ (Information Technology Engineering Journals)* 7, no. 1 (August 18, 2022): 22–31. <https://doi.org/10.24235/itej.v7i1.100>.
- Saputra, Andi Muh Akbar, Muh Risal Tawil, Hartutik Hartutik, Ranti Nazmi, Erniwati La Abute, Liza Husnita, Nurbayani Nurbayani, Sarbaitinil Sarbaitinil, and Farid Haluti. *Pendidikan Karakter Di Era Milenial: Membangun Generasai Unggul Dengan Nilai-Nilai Positif*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2023.
- Sari, Fidia Permata, Dhiya Nisywa, Khairunnisa Khairunnisa, and Salsabila Tanjung. "PENGARUH FOMO GAME ROBLOX TERHADAP KUALITAS HUBUNGAN DAN KESEHATAN MENTAL PASANGAN DI UNIVERSITAS NEGERI MEDAN." *Jurnal Intelek Dan Cendikiawan Nusantara* 2, no. 6 (2025): 11199–210.
- Suryadi, Suryadi. "Konsep Keluarga Sakinah Dalam Perspektif Fiqh Munakahat." *Abdurrauf Law and Sharia* 1, no. 1 (2024): 79–102.
- Szász-Janocha, Carolin, Michaela Magann, Hannah Gold, Katajun Lindenberg, Paul Delfabbro, and Daniel L. King. "Problem Gaming-Related Harm Experienced by Partners and Parents of Individuals with Gaming Problems and Their Help-Seeking Experiences." *Journal of Behavioral Addictions* 12, no. 1 (March 30, 2023): 137–47. <https://doi.org/10.1556/2006.2023.00003>.
- Tiara Cintia Maneza, Jumni Nelli, and Afrizal Ahmad. "RELASI KESALINGAN DALAM RUMAH TANGGA: KAJIAN ATAS POLA HUBUNGAN SUAMI-ISTRI PERSPEKTIF MUBADALAH." *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Ilmu* 3, no. 1 (January 19, 2026): 27–37. <https://doi.org/10.69714/zmzegh71>.
- Wiranti, Wiranti, Lukman Trijaya Abadi, and Zaizul bin Ab Rahman. "Gender Equality in the Household Life of Generation Z." *Al-Rasikh: Jurnal Hukum Islam* 14, no. 1 (April 25, 2025): 112–27. <https://doi.org/10.38073/rasikh.v14i1.2557>.