

**ANALISIS PERILAKU PHUBBING PADA MAHASISWA FAKULTAS KEGURUAN DAN  
ILMU PENDIDIKAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MATARAM**Taufiqurrahman<sup>1</sup>, Siti Sanisah<sup>2</sup>, Arif<sup>3</sup>, Khosi'ah<sup>4</sup>, Nurin Rochayati<sup>5</sup>, Muharini<sup>6</sup><sup>1-5</sup> Pendidikan Geografi, Universitas Muhammadiyah Mataram<sup>6</sup> Pendidikan Profesi Guru, Universitas Muhammadiyah MataramEmail: taufiqurrahmanopick011@gmail.com; sitisanisah25@gmail.com; arifmpd123@gmail.com;  
khosiahzakaria@gmail.com; nurinrochayati@gmail.com; muharini781@gmail.com**Artikel histori:**

Submit: 11-12-2023

Revisi: 06-05-2024

Diterima: 08-05-2024

Terbit: 02-06-2024

**Kata Kunci:***perilaku,  
phubbing,  
mahasiswa***Korespondensi:**

sitisanisah25@gmail.com

**Abstrak:** *The phenomenon of phubbing today is very visible in everyday life, the impact of the progress of civilization supported by the development of science and technology, so that humans are increasingly dependent on technological products such as mobile phones. Quantitative research that uses a survey method with a cross-sectional study system. The purpose of this study was to conduct an in-depth analysis of the phubbing phenomenon among students of the Faculty of Teacher Training and Education, Muhammadiyah Mataram University. The sample of 152 people was determined by purposive sampling. The research data were obtained from the sample's response to the questionnaire supported by observation, interviews, and documentation and analyzed using descriptive methods. The results showed that the level of student phubbing was in the moderate category. It is recommended that students can make self-regulation in the use of mobile phones to minimize the level of phubbing, especially when studying and talking to others.*



This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

**PENDAHULUAN**

Perkembangan peradaban di era 4.0 diiringi oleh pesatnya kemajuan teknologi, transportasi, dan industri. Sejalan dengan itu, progress penciptaan berbagai alat dan perangkat teknologi, termasuk teknologi informasi dan komunikasi pun berkembang dengan cepat. Alat komunikasi canggih yang umum dimiliki dan dipergunakan masyarakat saat ini adalah *smartphone* didukung *artificial intelligence* (kecerdasan buatan) dengan berbagai fitur yang mendorong perubahan cara komunikasi antarindividu (Andiana & Barida, 2021).

*Smartphone* merupakan perangkat komunikasi terkini yang berbentuk telepon seluler dengan dilengkapi adanya layar, *mikroprosesor*, memori dan *modem* yang terdapat di dalamnya (Fadilah et al., 2022). Pada perangkat ini terdapat berbagai fitur yang mudah digunakan secara *online* maupun *offline*, seperti layanan mengirim pesan teks, *voice call* dan *video call*, merekam suara dan video, pemutar musik dan video, bermain *game*, mesin pencari informasi, dan sejumlah fitur lainnya. Dukungan berbagai fitur ini, membuat orang tidak harus bertemu dan bertatap muka untuk dapat berkomunikasi satu dengan yang lain, karena perangkat ini mampu mengantar pesan dalam hitungan detik. Fitur lain yang terdapat pada *smartphone* seperti Whatshap, Facebook maupun media sosial yang lain, mampu membuat komunikasi menjadi lebih mudah meski masing-masing individu berada dalam jarak tempuh yang jauh (Yusnita & Syam, 2017) terlebih dengan dukungan internet.

Survei pengguna internet yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Internet Indonesia (APJII) tahun 2022, menemukan bahwa pengguna internet dalam kurun waktu 2021-2022 di Indonesia sudah mencapai 210 juta jiwa (APJII, 2022) dari sekitar 275,36 juta jiwa penduduk (BPS, 2022). Hasil survei tersebut juga merilis bahwa 89,03% masyarakat Indonesia mengakses internet melalui *smartphone* atau tablet untuk dapat mengakses media sosial (98,02%), berita atau informasi (92,21%), melakukan pekerjaan atau tugas sekolah (90,21%), mengakses layanan publik (84,90%), menggunakan email (80,74%), transaksi *online* (79%), mengakses konten hiburan (77,25%), mengakses transportasi *online* (76,47%), dan mengakses konten hiburan (77,25%) (APJII, 2022). Dari segi usia, pengguna internet terbanyak adalah generasi berusia 15 - 19 tahun dan urutan kedua generasi dengan rentang usia 20 - 24 tahun (Fadilah et al., 2022) yang berarti dari kalangan remaja awal dan remaja akhir yaitu pelajar dan mahasiswa (Putra et al., 2022; Silmi & Novita, 2022).

Penggunaan *smartphone* pada masyarakat, termasuk mahasiswa dapat memberikan dampak positif dan negatif. Dalam konteks positif, *smartphone* dapat digunakan mahasiswa untuk berbagai keperluan seperti untuk berinteraksi, menjalin komunikasi, mencari hiburan, media untuk menunjang pembelajaran (Silmi & Novita, 2022), *virtual meeting*, serta dapat juga dimanfaatkan sebagai lahan bisnis oleh para mahasiswa (Putra et al., 2022). Mahasiswa juga memanfaatkan internet sebagai salah satu sumber daya informasi ilmiah guna memenuhi kebutuhan studinya dalam perkuliahan (Huldi, 2019). Salah satu dampak negatif penggunaan *smartphone* adalah semakin berkembangnya perilaku *phubbing*. Fenomena ini tidak hanya terjadi di lingkungan masyarakat, tetapi juga mahasiswa (Fadilah et al., 2022; Mariati & Sema, 2019; Yusnita & Syam, 2017).

*Phubbing* merupakan singkatan dari *phone snubbing* (Aditia, 2021; Tim Promkes RSST, 2022), didefinisikan sebagai sikap yang lebih fokus terhadap ponsel dari pada lingkungan sekitar (Fitri, 2019; Eva Yuliza, 2021); kecenderungan terhadap penggunaan *smartphone* (Taufik et al., 2020); penggunaan *smartphone* yang obsesif oleh individu ketika sedang melakukan percakapan interpersonal dengan individu lain dalam lingkungan sosial (Chi et al., 2022); tindakan mengabaikan seseorang dalam lingkungan sosial karena

fokus ke *smartphone* (Capilla Garrido et al., 2021). *Phubbing* adalah sikap tidak peduli orang lain yang berada di dekatnya/teman bicara dan lebih fokus ke *smartphone* (Sondang, 2022).

Perilaku *phubbing* memiliki aspek yaitu *no-mobile phone phobia* (*nomophobia*), *interpersonal conflict* atau konflik interpersonal dengan lawan bicara, *self isolation* atau isolasi diri dari percakapan dan isolasi diri, dan *problem acknowledgement* atau adanya pengakuan masalah yang telah dilakukan selama percakapan berlangsung (Fitri, 2019; Handayani & Husnita, 2021; Huldi, 2019; Isrofin, 2020; Isrofin & Munawaroh, 2021). Pada mahasiswa, hal ini erat kaitannya dengan keinginan melakukan *update* informasi, peristiwa yang berlangsung, hiburan, dan menunjukkan kegiatan atau capaian diri sendiri kepada publik (Handayani & Husnita, 2021); tuntutan pergaulan di lingkungan sosial (Irawati & Nurmina, 2020) dan lingkungan akademik yang juga mendorong penggunaan *smartphone* setiap saat (Mashoedi & Pekerti, 2022). Pada generasi muda, termasuk pelajar dan mahasiswa, perilaku *phubbing* juga disebabkan karena keinginan yang terus menerus menggunakan media sosial (Putra et al., 2022); kecanduan *smartphone*, kecanduan internet, kecanduan *game online*, dan tidak dapat mengontrol batas waktu penggunaan *smartphone* (Silmi & Novita, 2022).

Kebanyakan mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk sesuatu yang sifatnya kurang bermanfaat dan tidak secara langsung mendukung capaiannya dalam studi (Nupin, 2022). Dalam keseharian, sering dan banyak terlihat mahasiswa berkumpul dengan memegang *smartphone* masing-masing dan sibuk sendiri tanpa ada percakapan di antara mereka. Mereka duduk bersama dan berkumpul di suatu tempat dalam waktu relatif lama tetapi minim percakapan, bahkan tanpa komunikasi. Artinya, jarak mereka dengan satu dengan yang lain, tetapi pikiran saling berjauhan (Madjid, 2020) sehingga dapat dikatakan bahwa fenomena *phubbing* juga berkembang di kalangan mahasiswa dengan berbagai variansnya. Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian bahwa fenomena *phubbing* sudah berkembang pesat di lingkungan mahasiswa (Huldi, 2019; Putra et al., 2022; Silmi & Novita, 2022; Taufik et al., 2020) yang disebabkan oleh berbagai hal, termasuk rasa bosan atau jenuhnya mahasiswa pada lingkungan sekitar sehingga memilih menggunakan *smartphone* dari pada membangun komunikasi dengan lingkungan sekitarnya (Huldi, 2019).

Eksistensi *phubbing* dengan beragam aspek dan variansnya membawa dampak tidak baik terhadap interaksi individu dengan lingkungan sosialnya, demikian juga halnya dengan interaksi yang terjadi pada mahasiswa di lingkungan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Mataram. Secara fisik, mahasiswa dapat berada pada kondisi mata lelah dan kepala pusing karena terlalu banyak melihat layar *smartphone* (Irawati & Nurmina, 2020), dan mengalami tanda gangguan kesehatan mental (sedih, depresi, hilang percaya diri) akibat penggunaan *smartphone* yang tidak tepat (Amelia et al., 2019). Dalam situasi sosial, perilaku *phubbing* tentu akan menimbulkan perasaan yang terabaikan pada diri individu lain, mahasiswa kurang menyadari keadaan lingkungan sekitar serta kurang mampu berkomunikasi secara langsung (Sondang, 2022). *Phubbing* juga berpotensi

menjadikan mahasiswa sebagai individu apatis, rawan terkena konflik sosial, sulit beradaptasi, dan secara tidak langsung dapat menjadi penyebab turunnya indeks prestasi, sehingga akan menurunkan kualitas pendidikan (Taufik et al., 2020). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa *phubbing* dapat memperburuk hubungan dengan keluarga, teman, dan relasi lain karena korban akan merasa dirinya sangat tidak dihargai (Mariati & Sema, 2019).

Maraknya perilaku *phubbing* dan kompleksnya dampak yang dapat ditimbulkan oleh perilaku tersebut menarik untuk ditelaah lebih lanjut. Dalam konteks pendidikan perilaku ini dapat berdampak signifikan pada proses belajar mengajar dan intraksi sosial antara mahasiswa-mahasiswa serta mahasiswa-dosen. Hasil penelitian ini dapat mengungkap sejauh mana penggunaan *smartphone* telah mempengaruhi konsentrasi dan partisipasi mahasiswa dalam kegiatan akademik, hal ini menjadi sangat penting mengingat kualitas proses pembelajaran tergantung pada keterlibatan mahasiswa. Selain itu, dengan memahami *phubbing* dikalangan mahasiswa juga penting agar dapat mengidentifikasi dampaknya terhadap kemampuan sosialisasi mahasiswa sehingga lebih mudah untuk merancang strategi intervensi untuk mengurangi perilaku *phubbing* dan meningkatkan kualitas interaksi sosial serta keterlibatan akademik mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisis mendalam terhadap fenomena *phubbing* di lingkungan mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Mataram ketika sedang melakukan diskusi bersama kelompok organisasi masing-masing (tidak sedang mengikuti pembelajaran). Fokus kajian menjadikan penelitian ini unik dan berbeda dengan penelitian sebelumnya yang melakukan kajian terhadap fenomena *phubbing* pada mahasiswa dalam interaksi kesehariannya yang bersifat umum.

## METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan ini merupakan penelitian survei *cross sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Survei merupakan metode penelitian yang secara umum dapat dipahami sebagai pengumpulan informasi dari sampel melalui tanggapan mereka terhadap pertanyaan (Ponto, 2015) melalui kuesioner, wawancara dan juga observasi (Adiyanta, 2019; Sanisah, 2022). Karakter utama penelitian survei, yaitu menggambarkan aspek yang diteliti secara kuantitatif, data yang diperlukan dikumpulkan dari orang dan bersifat subjektif serta menggunakan sampel sehingga temuan penelitian dapat digeneralisasikan ke populasi (Kizilaslan, 2006; Mukherjee, 2019). Sampel penelitian sebanyak 152 orang mahasiswa, ditentukan secara *purposive sampling* dan dihitung menggunakan rumus *Slovin* dengan presisi 10% dan tingkat kepercayaannya 90% (Nisa et al., 2020). Pertimbangan utama dalam penentuan anggota sampel adalah mahasiswa tercatat sebagai anggota organisasi tertentu dan sering melakukan diskusi di lingkungan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Mataram.

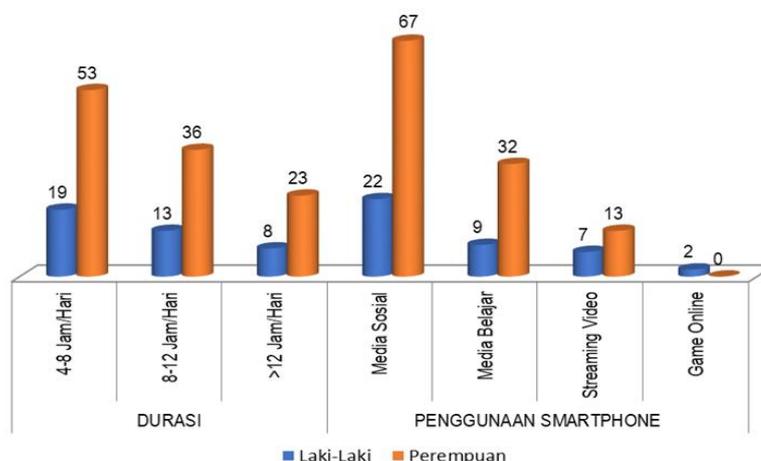
Data hasil penelitian diperoleh dari kuesioner yang disebarakan secara *online* didukung wawancara, observasi, dan dokumentasi yang dianalisis dengan metode deskriptif. Penelitian ini menggunakan dua jenis kuesioner baku yaitu *generic*

*scale of phubbing* untuk mengukur perilaku individu yang mengabaikan lawan bicaranya karena lebih fokus pada ponsel dan *generic scale of being phubbing* untuk mengukur pengalaman individu yang merasa diabaikan oleh lawan bicaranya karena lebih memperhatikan ponsel (Fitri, 2019). Analisis data hasil penelitian menggunakan teknik analisis data deskriptif dengan formula persentase, yaitu  $P = (f/N) \times 100\%$ . Di mana P merupakan angka persentase yang dicari, f merupakan jumlah frekuensi setiap jawaban yang telah menjadi pilihan responden dan N merupakan jumlah frekuensi atau banyaknya individu (Ponto, 2015; Ramlan, 2018; Sanisah, 2022).

## PEMBAHASAN

Keberadaan *smartphone* sebagai salah satu produk teknologi yang dapat memudahkan berbagai urusan manusia tidak selamanya membawa efek positif, terlebih jika dipergunakan dengan cara yang tidak bijak seperti menggunakan *smartphone* dalam durasi waktu yang tidak terbatas, berlebihan, dan bukan untuk sesuatu yang penting (Bahriyah et al., 2021). Gaya hidup ini berpotensi menimbulkan ketergantungan pada *smartphone* yang dipercaya menjadi penyebab terjadinya fenomena perilaku *phubbing* (Jannatuna'im & Fikrie, 2022).

Gambar 1. Durasi dan Kecenderungan Penggunaan *Smartphone*



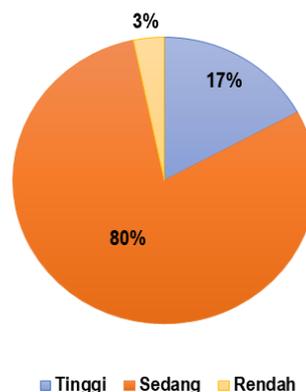
Visualisasi hasil penelitian pada gambar 1 menunjukkan kecenderungan durasi dan penggunaan *smartphone* pada mahasiswa/responden. Sebagian besar (47,36%) mahasiswa merupakan pengguna *smartphone* dengan durasi 4-8 jam/hari, sementara 32,23% lainnya merupakan pengguna dengan durasi waktu yang lebih lama yaitu 8-12 jam/hari, yang berarti setengah harinya dipergunakan untuk bermain *smartphone*. Ironisnya, terdapat 20,39% mahasiswa terdeteksi sebagai pengguna *smartphone* dengan durasi waktu yang cukup tinggi yaitu lebih dari 12 jam/hari. Durasi ini lebih tinggi dari kebiasaan orang Indonesia yang secara umum menghabiskan waktu rata-rata 5,5 jam/hari di hadapan *smartphone* (Mariati & Sema, 2019). Kondisi ini menunjukkan bahwa pengguna belum bijak dan tidak memiliki batasan waktu dalam memanfaatkan *smartphone* sehingga mengabaikan durasi dan frekuensi (Bahriyah et al., 2021) yang akhirnya

bermuara kepada perubahan pola komunikasi sebagai pemicu perilaku *phubbing*. Penggunaan *smartphone* dalam durasi berlebihan dapat memicu rusaknya hubungan dengan lingkungan sekitar (Irawati & Nurmina, 2020), karena pengguna tidak lagi tertarik untuk berinteraksi dengan lingkungan (Sondang, 2022), cenderung mengabaikan lawan bicara (Youarti & Hidayah, 2018), dan asyik dengan dunianya sendiri.

Dunia virtual mahasiswa tercermin dari kecenderungan mereka dalam menggunakan perangkat *smartphone*. *Smartphone* lebih banyak digunakan untuk mengakses media sosial (58,55%), terutama oleh perempuan. Media sosial yang dominan digunakan adalah Instagram (31,1%), Facebook (30,14%), WhatsApp (23,31%), TikTok (10,13%), dan media sosial lainnya (5,11%). Selain itu, mahasiswa juga memanfaatkan *smartphone* sebagai media yang mendukung pembelajaran (26,97%), *streaming video* (13,15%), dan bermain *game online* (1,31%) ketika berada di lingkungan kampus maupun di luar kampus (rumah). Kondisi ini juga terdeteksi pada survei yang dilakukan APJII yang menggambarkan bahwa penggunaan *smartphone* dan internet tertinggi adalah untuk mengakses media sosial (APJII, 2022). Hasil observasi menunjukkan, ketika mahasiswa sedang berdiskusi, tidak semua peserta menunjukkan perhatian terhadap pembicara, sebagian dari mereka lebih fokus mengoperasikan *smartphone* untuk mengakses media sosial. Demikian juga dengan pembicara, ketika sudah tidak lagi berbicara maka kegiatan berikutnya adalah menggunakan *smartphone*. Kondisi ini tidak jarang mengganggu percakapan, menjadi pemicu perdebatan dan salah paham (Tim Promkes RSST, 2022), karena tidak saling menyimak dan berinteraksi dengan baik. Tidak dapat dipungkiri lagi bahwa *phubbing* menjadi ancaman serius bagi empat kebutuhan dasar manusia secara sosial yakni harga diri, rasa memiliki, keberadaan yang berarti, dan kontrol (Nupin, 2022).

Fenomena *phubbing* pada mahasiswa FKIP Universitas Muhammadiyah Mataram sebagaimana tertera pada Gambar 2 didominasi oleh kategori sedang 80% dengan frekuensi sebanyak 121 orang, menyusul kemudian mahasiswa yang *phubbing*-nya berada dalam kategori tinggi sebanyak 17% dengan frekuensi sebanyak 26 orang, dan rendah hanya 3% (frekuensi 5 orang mahasiswa).

Gambar 2. Tingkat *Phubbing* Mahasiswa



Gambar 2 menunjukkan bahwa tingkat *phubbing* pada mahasiswa sudah berada pada posisi yang cukup mengkhawatirkan, hal itu dominan disebabkan karena mahasiswa terlalu sering/banyak mengakses media sosial terutama Instagram, Facebook, WhatsApp, TikTok, dan media sosial lainnya. Kategori sedang memiliki potensi berubah menjadi tinggi jika tidak disikapi secara bijak, terutama membatasi penggunaan *smartphone* karena dapat memberikan efek sosial dan psikologi yang mengkhawatirkan. Kondisi ini relevan dengan hasil survei yang dilakukan Fitri bahwa sebagian besar remaja di Jakarta menggunakan *smartphone* untuk mengakses berbagai jenis media sosial (Fitri, 2019). Penggunaan media sosial memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan perilaku *phubbing* (Putra et al., 2022), semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial pada mahasiswa, maka semakin tinggi pula perilaku *phubbing* yang akan terjadi. Melalui *smartphone* mahasiswa dapat mengakses beragam jenis media sosial seperti Facebook, Whatsapp, Instagram, YouTube, dan yang lainnya yang membuat mahasiswa dapat berkomunikasi, memperoleh informasi baru, hiburan, dan hal lain yang sekiranya mampu membuat perhatian mahasiswa menjadi lebih condong kepada media sosial dari pada lawan bicara. *Phubbing* juga berpengaruh terhadap proses interaksi sosial (Mariati & Sema, 2019).

Perilaku pelaku *phubbing* biasanya dapat dikenali dari beberapa kebiasaan yang dilakukan oleh mahasiswa, seperti terus memperhatikan dan menggunakan *smartphone* serta cenderung mengabaikan teman bicara. Mahasiswa juga menunjukkan sikap tidak fokus dalam berkomunikasi intrapersonal sehingga komunikasi oleh informan utama dan endukung menjadi tidak efektif (Geovany & Hasbiansyah, 2020). Pelaku *phubbing* juga terindikasi tidak atau kurang memiliki kesopanan dan menghargai orang lain, karena lebih menyukai lingkungan virtual dari pada dunia nyata (Raharjo, 2021). Disisi lain, perilaku *phubbing* juga terindikasi sering merasa tidak nyaman dengan kondisi lingkungan sekitar sehingga memilih *smartphone* sebagai pelarian (Mariati & Sema, 2019). Umumnya, mereka merupakan individu kepribadian *introvert* sehingga segan dan enggan bergaul serta tidak menyukai suasana yang ramai dan berisik. Para *introvert* memang dikenal sebagai individu tertutup yang kurang luwes dalam melakukan interaksi sosial sehingga cenderung lebih fokus kepada *smartphone* yang kemudian menjadi pemicu perilaku *phubbing* (Yusnita & Syam, 2017).

Karakteristik perilaku *phubbing* pada mahasiswa dapat diperhatikan dari kecenderungan mereka terhadap empat aspek *phubbing* yaitu *nomophobia* (*no-mobile phone phobia*), *interpersonal conflict*, *self isolation*, dan *problem acknowledgement* (Hafizah et al., 2021; Handayani & Husnita, 2021; Huldi, 2019; Isrofin & Munawaroh, 2021). Kondisi mahasiswa terkait empat aspek yang diukur menggunakan *generic scale of phubbing* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018; Putra et al., 2022) dapat diperhatikan pada Tabel 1. Berdasarkan data yang tertera pada Tabel 1 diketahui bahwa skor karakteristik *nomophobia* yang dimiliki variatif. Dari 152 orang responden penelitian, sebanyak 76 (50%) memperoleh skor rendah yang mengindikasikan bahwa responden merasa tidak mengalami ketergantungan pada *smartphone*. Sebanyak 48 orang responden (31,58) memperoleh skor sedang yang artinya memiliki ketergantungan terhadap *smartphone*. Sisanya, sebanyak 28 orang (18,42%) memperoleh skor tinggi yang

artinya responden tersebut terindikasi sangat tergantung pada penggunaan *smartphone*.

*Nomophobia* dipandang sebagai jenis fobia kontemporer yang muncul di era digital, berkembang setelah integrasi *smartphone* ke dalam masyarakat. Istilah ini berasal dari Inggris dan merupakan hasil konjungsi dari *non-mobile* yang dikombinasikan dengan *phobia*, dan diartikan sebagai ketakutan, kecemasan, dan ketidaknyamanan karena tidak memiliki perangkat seluler pada saat tertentu atau tidak memiliki akses ke perangkat bila diperlukan (Bhattacharya et al., 2019; García et al., 2020). Dengan kata lain, *nomofobia* adalah perasaan khawatir yang berlebih atau ketakutan akan terputus dari dunia digital (Rodríguez-García et al., 2021). Sebuah survei dengan 400 orang responden mendapati kenyataan bahwa 2,92% masuk dalam kategori pengidap *nomophobia* kategori tinggi. Kondisi ini berkorelasi positif dengan psikopatologis. Sensitivitas interpersonal, obsesi kompulsi, dan durasi penggunaan *smartphone* per hari diidentifikasi sebagai prediktor kuat *nomofobia*, termasuk dalam hal ini adalah perasaan tidak mampu, dan rendah diri (Gonçalves et al., 2020). *Nomophobia* akut dapat menjadi pemicu timbulnya gangguan mental lain seperti fobia sosial, gangguan panic (Bhattacharya et al., 2019), dan berdampak negatif bagi kepribadian, harga diri, kecemasan, stres, prestasi akademik, dan lainnya (García et al., 2020).

Tabel 1. Karakteristik *Phubbing*

Karakteristik Phubbing	Frekuensi	%	Karakteristik Phubbing	Frekuensi	%
<i>Nomophobia</i>			<i>Self Isolation</i>		
Tidak	76	50,00	Tidak	54	35,53
Sedang	48	31,58	Kadang	52	34,21
Sangat	28	18,42	Selalu	46	30,26
<i>Interpersonal Conflict</i>			<i>Problem Acknowledgement</i>		
Tidak ada	53	34,87	Tidak	45	29,61
Ada	47	30,92	Kadang	86	56,58
Sering	52	34,21	Sering	21	13,82

*Interpersonal Conflict* dapat dipahami sebagai konflik interpersonal yang terjadi dalam hubungan antar dua orang atau lebih (Handayani & Husnita, 2021) karena mereka mengalami reaksi emosional negatif terhadap ketidaksepakatan yang dirasakan dan adanya campur tangan dalam pencapaian tujuan (Barki & Hartwick, 2004). Hasil survei menunjukkan bahwa responden yang tidak mengalami *interpersonal conflict* sebanyak 53 orang (34,87%), jumlah ini berbeda tipis dengan responden yang sering mengalami masalah serupa yaitu 52 orang (34,21%), dan terakhir adalah mereka yang terindikasi memiliki *interpersonal conflict* sebanyak 47 orang (30,92%). Individu dengan karakter *phubbing* ini dapat berada dalam dua dimensi sekaligus, yaitu situasi konflik yang

meliputi perselisihan, emosi negatif, dan campur tangan. Dimensi kedua adalah target konflik interpersonal yaitu melalaikan tugas dan hubungan interpersonal (Barki & Hartwick, 2004).

Responden dengan nilai *self isolation* rendah sebanyak 54 orang (35,53%), artinya responden tidak melakukan *self isolation*. Namun, 52 orang (34,21%) mengakui bahwa terkadang mereka melakukan, dan 46 orang (30,26%) sering melakukan *self isolation*. Sikap ini merupakan perilaku individu yang mengasingkan dan menjauhkan diri dengan tujuan untuk menghindar dari sebuah percakapan dan lebih berfokus pada *smartphone* dibandingkan lawan bicara (Fitri, 2019). Sikap ini cenderung dilakukan individu *introvert* dan jenuh dengan lingkungan sehingga menjadikan *smartphone* sebagai pelarian (Suzer & Koc, 2021).

*Problem acknowledgement* didefinisikan sebagai kondisi individu yang secara sadar mengetahui adanya akibat karena penggunaan *smartphone* (Handayani & Husnita, 2021; Tsaqila, 2019) atau adanya pengakuan dari individu tentang masalah yang telah dilakukan selama percakapan berlangsung (Isrofin, 2020; Isrofin & Munawaroh, 2021) karena lebih fokus kepada *smartphone* dari pada lawan bicaranya. Pada Tabel 1 menggambarkan kondisi bahwa 86 orang (56,58%) responden terkadang mengalami *problem acknowledgement*, 45 orang (29,61%) tidak mengalami, dan 21 orang (13,82%) mengaku sering mengalami hal tersebut. Pada penelitian lain menyebutkan bahwa tingkat *problem acknowledgement* pada usia remaja pengguna *smartphone* berada pada kategori sangat tinggi (Fitri, 2019). Artinya, responden mengetahui bahwa menggunakan *smartphone* secara tidak bijak, berlebihan, dan ketika berbicara dengan orang lain akan membuat mereka kehilangan kesempatan untuk berbicara, terutama ketika terjadi di tengah keluarga, situasi belajar, dan situasi penting lainnya. Hal ini juga berpotensi membuat responden tanpa sadar menunda aktivitas lain karena asyik dengan *smartphone*.

Berkembangnya perilaku *phubbing* terutama di kalangan generasi muda, termasuk mahasiswa harus dapat diantisipasi dan diminimalisir sedemikian rupa, karena hal tersebut dapat memberikan dampak negatif dalam aspek fisik, psikologis, sosial, dan lainnya. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan cara memberikan pemahaman kepada generasi tentang pentingnya penerapan etika komunikasi ketika sedang berbicara (Geovany & Hasbiansyah, 2020). Memberi dorongan agar lebih banyak berada di dunia nyata dari pada dunia virtual, dengan cara membangun interaksi dengan sesama, membangun komunikasi *face to face*, membatasi penggunaan *smartphone* (Bhattacharya et al., 2019). Ketika berhadapan dengan *phubber*, lawan bicara juga dapat menegur dengan baik, bersikap simpatik, dan memberikan contoh yang baik dalam berkomunikasi (Sondang, 2022). Pelaku *phubbing* juga dapat membuat batasan sendiri (kontrol diri) dalam menggunakan *smartphone*, menetapkan beberapa situasi dan tempat sebagai area terlarang untuk bermain *smartphone* (Tim Promkes RSST, 2022), menyimpan *smartphone* di tas ketika sedang berhadapan dengan orang lain, dan membuat tantangan terhadap diri sendiri untuk terlepas dari perilaku *phubbing*.

Implikasi teoritis hasil penelitian ini adalah (1) perilaku *phubbing* sudah berkembang luas di tengah masyarakat pengguna *smartphone*, generasi muda

termasuk mahasiswa merupakan pelaku dominan *phubbing*; (2) perilaku *phubbing* di kalangan mahasiswa dominan disebabkan karena penggunaan *smartphone* yang tidak dibatasi terutama dalam mengakses media sosial, *update* informasi terkini, *games*, streaming video, media untuk membantu pembelajaran, dan hal lainnya dan (3) perkembangan karakter perilaku *phubbing* pada mahasiswa yang meliputi empat aspek *nomophobia* (*no-mobile phone phobia*), *interpersonal conflict*, *self isolation*, dan *problem acknowledgement* perlu diwaspadai dengan melakukan beberapa tindakan antisipasi agar generasi tidak terjebak dalam perilaku *phubbing* yang akut. Sedangkan implikasi praktisnya adalah diperlukan upaya bersama berupa tindakan konkrit untuk mengurangi penggunaan *smartphone* pada situasi dan tempat tertentu di lingkungan kampus agar mahasiswa terhindar dari adiksi dan mengalihkan perhatian mahasiswa pada kegiatan lain yang lebih bermanfaat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* pada mahasiswa dominan masih berada pada tingkat sedang (80%). Pada tingkat ini, perilaku *phubbing* terindikasi dari karakteristik *nomophobia* mahasiswa yang dominan berada pada kategori tidak mengalami (50%), *interpersonal conflict* berada pada kategori tidak ada (34,87%), tidak melakukan *self isolation* (35,53%), dan terkadang melakukan *problem acknowledgement* (56,58%). Penyebab utama perilaku *phubbing* ini adalah kecenderungan menggunakan *smartphone* dalam durasi yang tinggi untuk mengakses media sosial. Diperlukan perhatian lebih dan arahan positif terhadap penggunaan *smartphone* untuk mencegah meningkatnya keparahan dari perilaku *phubbing*. Perilaku *phubbing* yang berada pada kategori sedang berpotensi menjadi tinggi jika tidak disikapi dengan bijak.

## SARAN

Memperhatikan fenomena merebaknya perilaku *phubbing* di kalangan generasi muda (termasuk mahasiswa), diperlukan tindakan konkrit dari pihak perguruan tinggi untuk membatasi penggunaan *smartphone* terutama pada situasi dan tempat tertentu untuk meminimalisir perilaku *phubbing*. Bagi pelaku *phubbing* dapat melakukan beragam hal sebagai upaya untuk menghindarkan diri dari perilaku *phubbing*, seperti membatasi diri dalam menggunakan *smartphone*, menyimpan *smartphone* di tempat tertentu (tas) ketika sedang berbicara dengan orang lain, dan dapat juga menerapkan tantangan terhadap diri sendiri untuk menghindari perilaku *phubbing*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Disampaikan apresiasi setinggi-tingginya dan terima kasih kepada dekan FKIP UMMAT, pengelola kelas riset, serta para pihak yang telah berkontribusi positif terhadap penyusunan dan penyelesaian penulisan artikel ini.

## REFERENSI

- Aditia, R. (2021). Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1). <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>.
- Adiyanta, F. C. S. (2019). Laporan penggunaan MKJP tahun 2018-2019. *Administrative Law & Governance Journal*, 2(4), 697-709.
- Amelia, T., Despitasari, M., Sari, K., Sisca, D., & Putri, K. (2019). PHUBBING , PENYEBAB DAN DAMPAKNYA PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT, UNIVERSITAS INDONESIA Phubbing, Causes and Impacts on Faculty of Public Health students, University of Indonesia. *Ekologi Kesehatan*, 18(2), 1-13.
- Andiana, Y. T., & Barida, M. (2021). Mengenal Fenomenal Perilaku Phubbing dikalangan Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Islami*, 1485-1493. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/7902><http://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/download/7902/1725>.
- APJII. (2022). *Data Survei Profil Internet Indonesia 2022*. APJII (Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia). <https://apjii.or.id/survei/surveiprofilinternetindonesia2022-21072047>.
- Bahriyah, E. N., Afif, A. S., & Heryati, E. (2021). Sistem Komunikasi Keluarga pada Anak Berperilaku Phubbing. *Pedagogi: Jurnal Penelitian Pendidikan*, 1(1), 1-8. <https://bit.ly/3wDZ6il>.
- Barki, H., & Hartwick, J. (2004). Conceptualizing the construct of interpersonal conflict. *International Journal of Conflict Management*, 15(3). <https://doi.org/10.1108/eb022913>.
- Bhattacharya, S., Bashar, M., Srivastava, A., & Singh, A. (2019). NOMOPHOBIA: NO MOBILE PHONE PHOBIA. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8(4). [https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc\\_71\\_19](https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_71_19).
- BPS. (2022). Berita Resmi Statistik. In *Bps.Go.Id* (1st ed., Issue April). <https://bit.ly/3ZzSD5o>.
- Capilla Garrido, E., Issa, T., Gutiérrez Esteban, P., & Cubo Delgado, S. (2021). A Descriptive Literature Review of Phubbing Behaviors. *Heliyon*, 7(5). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>.
- Chi, L. C., Tang, T. C., & Tang, E. (2022). The Phubbing Phenomenon: A Cross-sectional Study on The Relationships Among Social Media Addiction, Fear of Missing Out, Personality Traits, and Phubbing Behavior. *Current Psychology*, 41(2), 1112-1123. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02468-y>.
- Chotpitayasonondh, V., & Douglas, K. M. (2018). Measuring Phone Snubbing Behavior: Development and Validation of The Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*, 88, 5-17.
- Fadilah, A., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2022). Perilaku Phubbing pada Remaja: Menguji Peranan Kontrol Diri dan Interaksi Sosial. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(2), 150-159. <https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/499>.

- Fitri, A. N. L. (2019). Gambaran Perilaku Phubbing pada Remaja Pengguna Ponsel di MAN 13 Jakarta [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah]. In *Repository.Uinjkt.Ac.Id*. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/53716>.
- García, R., Guerrero, M., & Belmonte, J. L. (2020). Nomophobia: An Individual's Growing Fear of Being without a Smartphone—A Systematic Literature Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2), 12-48. <https://doi.org/10.3390/ijerph17020580>.
- Geovany, R. V., & Hasbiansyah, O. (2020). Fenomena Perilaku Phubbing dalam Etika Komunikasi. *Prosiding Manajemen Komunikasi*, 6(1), 80-83.
- Gonçalves, S., Dias, P., & Correia, A. P. (2020). Nomophobia and lifestyle: Smartphone use and its relationship to psychopathologies. *Computers in Human Behavior Reports*, 2. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2020.100025>.
- Hafizah, N., Adriansyah, M. A., & Permatasari, R. F. (2021). Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6504>.
- Handayani, A. P., & Husnita, H. (2021). Pengaruh Perilaku Phubbing terhadap Berkurangnya Intensitas Komunikasi Keluarga pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikatif*, 10(2), 167-184. <https://doi.org/10.33508/jk.v10i2.3370>.
- Huldi, Y. R. (2019). *Fenomena Phubbing Pada Mahasiswa Universitas Islam Riau Fakultas Ilmu Komunikasi* (Vol. 6, Issue 113). Universitas Islam Riau-Pekanbaru.
- Irawati, A. N., & Nurmina, N. (2020). Perbedaan Perilaku Phubbing Pada Dewasa Awal Dalam Situasi Hubungan Keluarga, Hubungan Pertemanan, Dan Hubungan Percintaan Di Kota Bukittinggi. *Jurnal Proyeksi*, 15(2), 141. <https://doi.org/10.30659/jp.15.2.141-150>.
- Isrofin, B. (2020). Validasi Generic Scale of Phubbing (GSP) Versi Bahasa Indonesia dengan Rasch Model. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 7(1). <https://doi.org/10.29407/nor.v7i1.13883>.
- Isrofin, B., & Munawaroh, E. (2021). The Effect of Smartphone Addiction and Self-Control on Phubbing Behavior. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 15-23. <https://doi.org/10.17977/um001v6i12021p015>.
- Jannatuna'im, E., & Fikrie, F. (2022). Perilaku Phubbing dan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami Istri. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.6064>.
- Kizilasan, N. (2006). Agricultural information systems: A national case study. *Library Review*, 55(8), 497-507. <https://doi.org/10.1108/00242530610689347>.
- Madjid, S. (2020). Pengaruh game online terhadap perilaku phubbing remaja akhir di kelurahan Bukit Indah kecamatan Sorean Kota Parepare. *Sustainability (Switzerland)*, 4(1).
- Mariati, L. H., & Sema, M. O. (2019). Hubungan Perilaku Phubbing dengan Proses Kesehatan Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 4(2), 51-55.

- Mashoedi, S. F., & Pekerti, P. S. A. (2022). Apakah Phubbing Mengganggu Pertemanan? Hubungan Phubbing dengan Kepuasan Pertemanan pada Orang Beranjak Dewasa. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(1), 48-56. <https://doi.org/10.7454/jps.2022.07>.
- Mukherjee, R. (2019). *How to Design Your Survey for Smooth and Reliable Data Collection*. <https://bit.ly/3lTYbFe>.
- Nisa, J., Lubis, B. E., & Agung, U. D. (2020). Pola Penggunaan Instagram Di Kalangan Siswa Siswi Kelas Xi Sma Negeri 7 Kota Medan. 9, 17-27.
- Nupin, I. S. (2022). *Phubbing: Fenomena Perilaku Anti Sosial Era Kekinian*. Perpustakaan Universitas Andalas. <https://pustaka.unand.ac.id/makalah-pustakawan/item/295-phubbing>.
- Ponto, J. (2015). Understanding and Evaluating Survey Research. *Journal of the Advanced Practitioner in Oncology*, 6(2), 168-171. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4601897/pdf/jadp-06-168.pdf>.
- Putra, W. M. mandala, Indrawadi, J., Fatmariza, F., & Irwan, I. (2022). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Perilaku Phubbing pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang. *Journal of Civic Education*, 5(1), 52-57. <https://doi.org/10.24036/jce.v5i1.598>.
- Raharjo, D. P. (2021). Intensitas Mengakses Internet dengan Perilaku Phubbing. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5662>.
- Ramlan, A. (2018). Survei Minat dan Motivasi Siswa SMA Swasta yang ada di Kecamatan Panakkukang Kota Makassar. In *Survei Minat dan Motivasi Siswa SMA Swasta yang ada di Kecamatan Panakkukang Kota Makassar*. <http://eprints.unm.ac.id/id/eprint/11335>.
- Rodríguez-García, A. M., Marín-Marín, J. A., López-Núñez, J. A., & Moreno-Guerrero, A. J. (2021). Do age and educational stage influence no-mobile-phone phobia? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph18094450>.
- Sanisah, S. (2022). Persepsi dan Social Support Wali Murid dalam Pendidikan Karakter dan Inklusi. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 9135-9147.
- Silmi, A., & Novita, E. (2022). Dampak Psikologis Perilaku Phubbing Dalam Berinteraksi Sosial Pada Mahasiswa. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 25-35. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1096>.
- Sondang, E. (2022). *Phubbing: Arti, gejala, Dampak, dan Cara Mengatasinya*. The Asian Parent. <https://id.theasianparent.com/phubbing>.
- Suzer, E., & Koc, M. (2021). An examination of phubbing and being phubbed behaviors among Turkish teachers. *Journal of School and Educational Psychology*, 2(1). <https://doi.org/10.47602/josep.v2i1.11>.
- Taufik, E., Dewi, S. Y., & Muktamiroh, H. (2020). Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Kecenderungan Perilaku Phubbing pada Remaja di SMAN 34 Jakarta Selatan. *Seminar Nasional Riset Kedokteran*, 321-330. <https://conference.upnvj.ac.id/index.php/sensorik/article/view/479>.
- Tim Promkes RSST. (2022). *Mengenal Phubbing*. Kemenkes RI. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/357/mengenal-phubbing](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/357/mengenal-phubbing).

- Tsaqila, H. Q. (2019). Gambaran perilaku phubbing pada remaja pengguna ponsel di SMAN 4 Tuban. In *Repository.Uinjkt.Ac.Id*.
- Youarti, I. E., & Hidayah, N. (2018). Perilaku Phubbing Sebagai Karakter Remaja Generasi Z. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 143. <https://doi.org/10.26638/jfk.553.2099>.
- Yusnita, Y., & Syam, H. (2017). Pengaruh Perilaku Phubbing Akibat penggunaan Smartphone Berlebihan Terhadap Interaksi Sosial Manusia. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*, 2, 1-13.