



# Analisis Fenomena Perilaku *Phubbing* terhadap Rendahnya Kualitas Pergaulan Remaja di Kecamatan Hinai

Bagus Pranoto<sup>1</sup>, Tengku Walisyah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

E-mail: [bagus0102191004@uinsu.ac.id](mailto:bagus0102191004@uinsu.ac.id), [tengkuwalisyah@uinsu.ac.id](mailto:tengkuwalisyah@uinsu.ac.id)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2023-05-22 Revised: 2023-06-15 Published: 2023-07-05  <b>Keywords:</b> <i>Phenomenon;</i> <i>Behavior;</i> <i>Phubbing;</i> <i>Socialization;</i> <i>Teenagers.</i>	Phubbing is a phenomenon that is more about cell phones than interacting with the environment. The criteria for phubbing are people who are too focused on smartphones even though they are hanging out with friends including teenagers, always carrying smartphones everywhere, and then panicking when there is no smartphone around. The purpose of this study is to determine the phenomenon of phubbing on the low quality of teenage relationships in Hinai District. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. The number of informants in this study were 30 teenagers, including 17 teenagers as perpetrators (phubbers) and 13 teenagers as victims (phubbe) who were in Hinai District. The results of the study show that 1) phubbing is caused by addiction to playing smartphones, boredom, discomfort with the other person, and introverts, 2) the impact of phubbing is feeling lost moments of togetherness, missing information being discussed, and being considered impolite. For not positioning yourself as well as possible. So that phubbing has a negative impact, 3) the quality of friendship is still good because it also reminds me that this action makes other people uncomfortable. Therefore, the higher the phubbing, the lower the quality of teenage relationships.
Artikel Info	Abstrak
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2023-05-22 Direvisi: 2023-06-15 Dipublikasi: 2023-07-05  <b>Kata kunci:</b> <i>Fenomena;</i> <i>Perilaku;</i> <i>Phubbing;</i> <i>Pergaulan;</i> <i>Remaja.</i>	<i>Phubbing</i> adalah fenomena yang lebih banyak tentang ponsel daripada berinteraksi dengan lingkungan. Kriteria <i>phubbing</i> adalah terlalu fokus pada <i>smartphone</i> meskipun sedang berkumpul dengan teman-temannya termasuk remaja, selalu membawa <i>smartphone</i> kemana-mana, dan kemudian panik ketika tidak ada <i>smartphone</i> di sekitarnya. Tujuan penelitian ini agar mengetahui fenomena <i>phubbing</i> terhadap rendahnya kualitas pergaulan remaja di Kecamatan Hinai. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Jumlah informan dalam penelitian ini merupakan remaja yang berjumlah 30 orang diantaranya yaitu 17 remaja sebagai pelaku ( <i>phubber</i> ) dan 13 remaja sebagai korban ( <i>phubbe</i> ) yang berada di Kecamatan Hinai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) <i>phubbing</i> disebabkan oleh faktor kecanduan bermain <i>smartphone</i> , bosan, kurang nyaman dengan lawan bicara, dan introvert, 2) dampak <i>phubbing</i> yaitu merasakan kehilangan momen kebersamaan, terlewat informasi sedang dibicarakan, dan di anggap tidak sopan. Karena tidak memposisikan diri sebaik mungkin. Sehingga <i>phubbing</i> berdampak negatif, 3) kualitas pertemanan masih baik karena sempat mengingatkan juga kalau tindakan itu buat orang lain tidak nyaman. Maka dari itu semakin tinggi <i>phubbing</i> maka akan semakin rendahnya kualitas pergaulan remaja.

## I. PENDAHULUAN

Manusia diciptakan sebagai makhluk sosial. Dalam arti manusia tidak dapat hidup sendiri jika tidak adanya bantuan dari manusia yang lain. Termasuk bergaul dengan teman. Setiap individu bertindak serta berusaha untuk memenuhi kebutuhan yang lain (Abivian, 2022). Remaja masa kini termasuk generasi milenial yang jarang bisa hidup tanpa *smartphone*. Remaja juga menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi, bersenang-senang secara online, dan mengerjakan tugas sekolah (Alamiati & Rachaju, 2021). Sebagian besar masyarakat tertarik untuk

mengembangkan fungsi ponsel. *Smartphone* merupakan kebutuhan sosial dan memenuhi kebutuhan dasar manusia (Silmi & Novita, 2022). Menurut data dari Markplus Insight Indonesia, 39% remaja usia 16-21 tahun merupakan pengguna *smartphone* teratas (Hanika, 2015). Kemudahan-kemudahan yang diberikan pada *smartphone* sering digunakan lebih lama dari yang diperlukan karena kenyamanannya. Ini dapat menyebabkan perilaku sembrono atau acuh tak acuh.

Saat menggunakan *smartphone*, remaja seringkali sibuk dan melupakan tugas-tugas

seperti mengerjakan tugas sekolah dan belajar untuk ujian. Idealnya, tugas dan tanggung jawab remaja harus fokus pada pengembangan tanggung jawab sosial terhadap lingkungan, mencapai ikatan baru yang lebih dewasa dengan jenis kelamin yang berbeda dan memiliki etika moral yang berlaku di masyarakat dan tentu saja beberapa perilaku sosial yang bertanggung jawab di tengah masyarakat dapat tercapai. Tetapi beda halnya saat ini, dalam saat ini kecenderungan dalam penggunaan *smartphone* secara berlebihan seperti fokus dengan *smartphon*enya serta tidak peduli dengan lingkungan.

Tindakan menyakiti orang lain dengan cara mengabaikan dalam interaksi sosial karena sibuk atau lebih berfokus pada *smartphone* disebut dengan perilaku *phubbing* (Abivian, 2022). *Phubbing* adalah kependekan yang terdiri dari kata "*phone*" artinya telepon dan "*snubbing*" artinya tidak peduli, menghina, atau meremehkan dengan mengabaikan atau mengacuhkan kehadiran orang lain (Z. S. Pratiwi, 2020). *Phubbing* adalah sikap ketidakpedulian pada seseorang terhadap lingkungan, lebih terfokus pada gadget daripada percakapan (Suprayitno & Wahyudi, 2020). *Phubbing* terjadi juga ketika seseorang fokus kepada *smartphon*enya dibandingkan lawan bicaranya ketika berada di lingkup sosial (Ningtias et al., 2022).

*Phubbing* merupakan suatu fenomena saat ini yang terjadi dimana-mana yang asyik dengan *smartphone* ketika berhadapan dengan orang lain. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amelia et al., (2019) *phubbing* adalah fenomena yang lebih banyak tentang ponsel daripada berinteraksi dengan lingkungan. Kriteria *phubbing* adalah orang yang terlalu fokus pada *smartphone* meskipun sedang berkumpul dengan teman-temannya termasuk remaja, selalu membawa *smartphone* kemana-mana, dan kemudian panik ketika tidak ada *smartphone* di sekitarnya. Dan berdasarkan penelitiannya pada fakultas Kesehatan Masyarakat di Universitas Indonesia menunjukkan bahwa *phubbing* merupakan suatu fenomena yang terdapat pada mahasiswa.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hanika (2015) bahwa fenomena *phubbing* disebabkan juga oleh ketergantungan yang kuat terhadap penggunaan *smartphone*. Kecanduan ini disebabkan oleh kemudahan yang ditawarkan *smartphone* dalam segala aspek kehidupan untuk dapat memudahkan berbagai aktivitas seperti komunikasi, layanan informasi, belanja online dan kebutuhan pemenuhan diri.

Kemudahan ini membuat orang, secara sadar atau tidak, menjadi apatis terhadap orang lain serta meningkatkan perilaku anti sosial. *Phubber* juga semakin terasing dari lingkaran sosialnya dan kurang peka terhadap lingkungan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ariyanti et al., (2022) faktor utama pada fenomena *phubbing* ini merupakan teknologi berupa *smartphone* dan adanya koneksi internet. Sehingga dengan kondisi mudahnya mendapatkan *smartphone* dan akses internet, *phubbing* sering dijumpai dalam berbagai suasana. Dengan kemajuan teknologi yang semakin berkembang, *phubbing* juga merupakan suatu fenomena yang susah untuk dihilangkan tanpa kesadaran diri untuk lebih menghargai orang lain. Dan penelitiannya menunjukkan bahwa *phubbing* merupakan suatu fenomena yang terjadi di kalangan mahasiswa Universitas Sebelas Maret karena mahasiswa tersebut hanya fokus dengan telepon pintar masing-masing dan mengabaikan diskusi yang sedang menjadi topik obrolan. Tidak hanya itu terdapat beberapa kelompok orang mereka hanya beralih ke telepon pintar. Sehingga menyebabkan komunikasi kurang maksimal. Sehingga berdasarkan hasil pengamatan tersebut dapat diketahui bahwa perilaku *phubbing* merupakan suatu fenomena di berbagai tempat dan berbagai suasana.

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ilham & Rinaldi (2019) bahwa kurang dari 45% mahasiswa psikologi UNP ada pengaruh antara persahabatan dan *phubbing*, faktor selain *phubbing* juga mempengaruhi kualitas persahabatan mahasiswa psikologi di Universitas Negeri Padang. Ada segi korelasi, terdapat dampak negatif yang signifikan antara kualitas pertemanan dengan *phubbing*. Jadi, *phubbing* dapat dikatakan sebagai suatu fenomena yang mempengaruhi kualitas persahabatan di antara mahasiswa psikologi di Universitas Negeri Padang. Jadi berdasarkan hasil penelitian-penelitian sebelumnya yang dijelaskan bahwa fenomena dapat diartikan sebagai realitas sosial dalam kehidupan masyarakat yang muncul sebagai akibat dari perubahan sosial yang dilakukan oleh masyarakat itu sendiri. Perbuatan sebagian masyarakat kemudian menimbulkan fenomena tersebut. Banyak *phubbing* yang sudah terjadi dan berdampak ke perubahan sosial dan *phubbing* merupakan suatu fenomena saat ini.

Dalam penelitian ini dilakukan di Kecamatan Hinai. Mengambil sumber data di tiga Desa yang berada di Kecamatan Hinai yaitu Desa Batu

Malenggang, Paya Rengas, dan Suka Jadi. Tujuan penelitian ini agar mengetahui fenomena *phubbing* terhadap rendahnya kualitas pergaulan remaja. Penelitian ini berguna bagi semua orang terutama remaja agar paham dan bagaimana fenomena yang saat ini sering terjadi tanpa disadari. Setelah mereka paham bisa mulai mencegah dan menghindari perbuatan *phubbing*.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi yaitu pengalaman hidup seseorang, atau metode yang mengkaji bagaimana individu secara subyektif mengalami dan memberi makna terhadapnya. Pendekatan fenomenologi adalah cara untuk membedah sebuah fenomena yang terjadi dalam melakukan kolaborasi antara hasil temuan dan pembahasan penelitian. Jadi, fenomenologi adalah ilmu mengenai fenomena yang dibedakan dari sesuatu yang sudah menjadi, atau disiplin ilmu yang menjelaskan dan mengklasifikasikan fenomena, atau studi tentang fenomena. Dengan kata lain, fenomenologi mempelajari fenomena yang tampak di depan kita (Yusanto, 2019). Tujuannya adalah untuk memperdalam pengalaman individu pelaku (*phubber*) dan korban (*phubbe*). Dalam kajian ini kita melihat bahwa realitas memiliki dinamika tersendiri yang selalu berubah dalam persepsi setiap individu.

Sumber data diperoleh dari data primer dan data sekunder. Sumber data primer diperoleh dari hasil wawancara dan hasil observasi yang berasal dari informan penelitian. Dan data sekunder diperoleh dari selain informan penelitian, yakni berupa buku dan artikel yang berkaitan fenomena *phubbing*. Informan dalam penelitian ini merupakan remaja yang berjumlah 30 orang diantaranya yaitu 17 remaja sebagai pelaku (*phubber*) dan 13 remaja sebagai korban (*phubbe*) yang berada di Kecamatan Hinai. Pada metode ini data tersebut dapat diperoleh dari beberapa teknik, seperti wawancara, observasi dan dokumentasi. Peneliti menggunakan *Teknik Thematic Analysis* dalam menganalisis data wawancara yang di dapatkan. *Thematic analysis* adalah salah satu cara dalam menganalisis data penelitian guna menemukan sebuah tema dari data yang dikumpulkan (Braun & Clarke, 2022). Cara ini dinilai efektif untuk menemukan pola dalam sebuah fenomena dan menjelaskan sebuah fenomena terjadi melalui kacamata peneliti.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

*Smartphone* merupakan contoh yang paling mencolok dalam perkembangan teknologi saat ini. Di satu sisi, kehadiran *smartphone* dapat memberikan manfaat dan kemudahan bagi masyarakat untuk mengakses segala macam informasi tanpa batasan ruang dan waktu. Di sisi lain, keberadaan *smartphone* dapat menimbulkan masalah serius jika digunakan secara sembarangan, salah satunya adalah munculnya masalah *phubbing*.

*Phubbing* merupakan kurangnya sikap yang kurang peduli dengan orang lain dan berkonsentrasi pada bermain ponsel. Beberapa orang terkadang tidak memahami perilaku negatif ini, meski fenomena ini dianggap tidak sopan, dan juga dapat memperburuk hubungan dengan orang lain. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Aditia, 2021) mengenai indikator *phubbing* dari berbagai teori:

1. Perilaku *phubbing* adalah perilaku yang tidak aktif secara komunikatif ketika seseorang berada di tengah-tengah kontak sosial yang secara langsung.
2. Awalnya, *smartphone* hanya digunakan untuk kenyamanan, hiburan serta mencari berita terbaru. Tetapi seiring berjalannya waktu, *smartphone* menjadi kebutuhan primer.

*Phubbing* juga bisa dikatakan seseorang yang memerhatikan *smartphone* sambil berbicara dengan orang lain, terlibat dengan *smartphone* mereka lalu mengabaikan orang lain. Teknologi diciptakan untuk mempermudah seseorang berkomunikasi, namun nyatanya remaja seringkali tidak memperhatikan orang lain bahkan menyakitinya karena dianggap sebagai *phubber* (Suharyanto & Yunus, 2021). Remaja sekarang ini sering kali dipicu oleh penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Perilaku *phubbing* adalah perilaku seseorang menggunakan *smartphone* dan memperhatikannya, hingga mengabaikan orang lain, membutuhkan perhatian karena dapat memberikan efek negatif pada hubungan atau pergaulan, termasuk dalam pergaulan remaja (Mashoedi & Pekerti, 2022).

Dalam penelitian ini ada beberapa faktor karena mereka melakukan *phubbing*. Faktor yang pertama, kecanduan bermain *smartphone*. Remaja menghabiskan banyak waktunya untuk bermain *smartphone* dan tidak melepaskan dirinya dari *smartphone*. Remaja yang kecanduan *smartphone* pada umumnya menggunakan *smartphone* yang tersambung ke internet. Dan sering mengakses seperti media sosial serta bermain *game online* (Y. E. Putri et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh R. G. Pratiwi & Malwa (2021) bahwa dengan penggunaan *smartphone*, hal tersebut membuat remaja kurang bersosialisasi dan juga menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bermain *smartphone* dan membawa *smartphone* kemana-mana.

Seseorang sudah mengalami waktu layar yang berlebihan (*screen time*), yang artinya menggunakan *smartphone* sekitar 6-8 jam atau lebih setiap hari. Kemudahan untuk mengakses informasi melalui *smartphone* dan tidak melepaskannya sehingga menyebabkan kecanduan terhadap *smartphone* (Chaidirman et al., 2019). Kecanduan terjadi pada kegiatan tertentu yang dilakukan berulang kali dan memiliki efek yang negatif. Hal tersebut menghambat suatu proses sosialisasi remaja karena ketergantungan remaja pada *smartphone*. Menurut informan, *smartphone* terasa lebih nyaman dibandingkan dengan keluarga ketika proses interaksi. Remaja yang kecanduan *smartphone* dengan mengakses media sosial atau bermain game online, ketika tidak adanya paket data internet, bagi mereka *smartphone* tersebut tidak berarti atau merasa bingung apa hal yang mereka lakukan ketika tidak ada data internet. Sehingga mereka ketika paket data internet sudah habis, mereka langsung membeli paket data internet. Informan beli kuota internet 40.000-100.000 dari hasil orang tuanya bekerja. Hal itulah remaja terus menerus bermain *smartphone* dibandingkan bersosialisasi dengan orang lain. Itu pun jika berinteraksi dengan orang lain, mereka tetap memegang *smartphone* dan membuka sosial media.

Faktor yang kedua adalah bosan. Dalam penelitian ini bosan merupakan berpengaruh terhadap perilaku *phubbing* pada remaja di Kecamatan Hinai. Dan untuk menghilangkan bosan itu remaja tidak bergaul dengan teman-temannya. Tetapi remaja menghilangkan bosan malah dengan memainkan *smartphonenya*. Mereka menganggap bahwa dengan memainkan *smartphone* terasa nyaman, puas dan lupa terhadap lingkungannya. Hal ini sejalan pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh P (2020) ketika orang lain sedang berbicara dan dia merasa bosan, dia lebih suka bermain *smartphonenya*. Individu yang rentan terhadap bosan maka lebih cenderung kecanduan internet, ponsel, dan menggunakan media sosial (W. Putri & Rusli, 2021).

Bosan dapat diartikan sistem berpikirnya mungkin tidak berfungsi seperti yang diharapkan saat memproses sistem informasi atau pengala-

man baru (Disman & Rudin, 2021). Bosan merupakan muncul dari persepsi bahwa keadaan tidak lagi menarik, sebagaimana tercermin dalam berkurangnya respons emosional terhadap situasi tersebut (Bench & Lench, 2013). Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Al-Saggaf (2019) mengukur hubungan antara kebosanan dan *phubbing* menggunakan *trait boredom*, ditemukan efek positif pada *phubbing* bahkan ketika mengontrol usia dan lokasi geografis. Dan mengatakan bahwa jika kebosanan ditemukan sebagai salah satu prediktor *phubbing*, jenis kebosanan lain mungkin juga berpengaruh pada *phubbing*.

Faktor ketiga adalah kurang nyaman dengan lawan bicara atau orang di sekitar tersebut, sehingga informan merasa tidak tau berbuat apa dikarenakan lawan bicaranya bisa dikatakan tidak sefrekuensi dan bosan ketika berbicara dengan orang tersebut. Sebagian besar dari mereka sering kali bingung untuk memulai percakapan atau obrolan terutama terhadap orang yang tidak begitu dekat dengannya. Sehingga untuk mendapatkan kenyamanan pada diri tersebut, maka caranya adalah dengan bermain *smartphone* dan menggunakan media sosial yang ada di *smartphonenya* daripada bergaul dengan temannya.

Faktor keempat adalah introvert. Bisa dikatakan bahwa introvert merupakan sering membutuhkan waktu untuk menyendiri untuk memulihkan tenaga setelah berada di lingkungan sosial. Orang yang kepribadian introvert mengalami kesulitan bergaul dengan orang lain. (Mariati & Sema, 2019). Dan menganggap nyaman dengan kesendiriannya. Informan menganggap lebih baik menghabiskan waktunya sendiri daripada bergaul dengan teman lainnya. Mereka juga canggung di hadapan khalayak ramai. Dan informan juga tidak percaya diri jika berinteraksi secara langsung. Mereka lebih memilih berinteraksi melalui media sosial. Untuk itu mereka sering memilih untuk menyendiri untuk ketenangan dan privasi. Pemahaman yang dimiliki oleh seorang introvert tentang dunia pribadi mereka, yang terhubung dengan semua fantasi dan prasangka pribadi mereka sangat baik (Purba & Ramadhani, 2021). Mereka tidak menyukai dampak yang ditimbulkan yaitu basabasi atau ngobrol yang berkepanjangan. Mereka lebih nyaman dengan berbicara apa adanya.

Remaja yang introvert akan lebih sadar akan perasaan dan niat mereka. Hal ini mereka tergolong introvert cenderung pemalu dan lebih tertarik dengan apa yang ada di pikirannya,

tampak menyendiri dan mengalami hambatan terhadap kualitas perilaku yang ditampilkan (Widiantari & Herdiyanto, 2013). Tipe kepribadian introvert karakter agak tertutup, kurang ekspresif dan kecenderungan untuk berpikir dengan hati-hati sebelumnya memutuskan untuk bertindak.

Sekarang ini tidak heran jejaring sosial dapat memudahkan para remaja membangun hubungan dan berkomunikasi tanpa adanya batasan oleh jarak dan waktu, sehingga memungkinkan jejaring sosial bisa mencukupi kebutuhan interaksi mereka, sehingga intensitas komunikasi menjadi lebih besar, sehingga dapat memenuhi kebutuhan seseorang untuk menjalin pertemanan dengan orang lain melalui media sosial. Oleh sebab itulah mereka lebih memilih bermain *smartphon* daripada bergaul dengan temannya. Karena bagi mereka bermain *smartphone* lebih menyenangkan sehingga jika pun lagi kumpul bareng, mereka lebih fokus dengan *smartphon*. Ada banyak hal yang dirasakan remaja yang menjadi korban perilaku *phubbing*, yaitu informan penelitian merasa sedikit kesal dan merasa tidak dipedulikan keberadaannya. Karena temannya hanyalah fokus bermain *smartphon*. Dan informan penelitian lain juga merasakan bahwa sedikit kecewa dengan temannya. Hal itu dikarenakan ketika reuni dengan teman-teman, bukannya untuk melepas rasa rindu yang dalam setelah tidak bertemu lama, tetapi masing-masing fokus dengan *smartphon*.

Seorang *phubbe* rindu dengan momen kebersamaan, canda bareng dengan secara langsung. *Phubbe* merasa jika berkomunikasi melalui media sosial, merasa tidak puas apa yang dibicarakan. Karena banyak kendala ketika lagi telponan atau *video call*, seperti kendala pada jaringan internet yang kurang bagus, serta tidak ada kuota internet untuk menghubunginya. Maka dari itu besar harapan *phubbe* ketika berkumpul, teman-temannya tidak bermain *smartphone*, apalagi jarang bertemu. Dan informan mengatakan juga bahwa bertemu itu hanya jiwa raga saja, tetapi sedikit berinteraksi satu sama lain dikarenakan teman yang lainnya hanya fokus dengan *smartphon*. Akibatnya *phubbe* dapat menimbulkan perasaan kesepian. *Phubbe* hanya meminta waktu untuk kebersamaannya. Boleh-boleh saja untuk bermain *smartphone*, tetapi jangan terlalu memberi perhatian kepada *smartphone* terus menerus. Apalagi ketika ngobrol bareng, seharusnya menjadi perhatian

adalah sesama teman atau lawan bicara yang perlu di perhatikan.

Terkadang remaja yang *phubbe* pada temannya yang melakukan *phubbing* tidak memasang raut muka yang kesal atau mood yang kurang bagus. Tetapi *phubbe* lebih memilih untuk menenangkan diri karena takut merusak hubungan dalam pertemanan mereka. *Phubbe* juga menganggap bahwa temannya yang melakukan *phubbing* merupakan perilaku tidak sopan, karena temannya (*phubber*) sedang berbicara dengannya saat itu sibuk dengan *smartphon*nya dan itu adalah perilaku kasar yang tidak menghargai orang lain. Akhirnya remaja yang menjadi *phubbe* pada teman-temannya menjadi malas untuk bertemu kembali lagi jika ujung-ujungnya merasakan hal yang sama seperti itu. *Phubbe* berharap teman-temannya mengerti posisi. Ketika bersama jangan mengeluarkan *smartphone*, kecuali ada hal-hal yang mendesak dan penting. Tantang diri untuk melawan agar tidak bermain *smartphone* ketika sedang bersama. *Phubbe* berharap dalam menggunakan *smartphone* harus pandai dalam mengontrol dan mengelola waktu, lihat keadaan sekitar, jangan sampai menggunakan *smartphone* tidak terkendali dan membuat temannya kecanduan pada *smartphone*. Serta *eye contact* saat ngobrol itu penting. Ketika tidak dihargai ketika ngobrol itu mengakibatkan sakit hati karena kurang dihargai keberadaannya.

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa *phubbing* merupakan suatu fenomena yang lupa akan posisi diri sendiri serta orang lain, jadi bisa dibilang itu merupakan tindakan yang tidak sopan, maka yang dianggap sebagai tindakan tidak beradab dan tercela. Serta fenomena *phubbing* memiliki dampak negatif, termasuk berdampak pada pergaulan remaja. Hal ini mengakibatkan adanya sedikit interaksi antar remaja ketika bertemu. Yang terus cenderung fokus pada *smartphone* dan mengakibatkan rendahnya dalam pergaulan remaja. Orang yang menerima perlakuan *phubbing* oleh lawan bicaranya, cenderung melakukan hal yang sama. Ketika lawan bicara berfokus pada ponsel mereka, orang melakukan hal yang sama dengan berfokus pada ponsel mereka. Secara lebih umum, perilaku *phubbing* juga dapat melemahkan kemampuan untuk berinteraksi sosial dan membangun hubungan interpersonal, sementara itu adalah faktor yang sangat penting dalam kehidupan.

Perilaku *phubbing* dapat mengakibatkan rusaknya persahabatan, dan perilaku *phubbing*

dalam pertemanan yang mengabaikan dan tidak mempedulikan orang lain akan membuat orang tidak percaya padanya. Orang yang biasa melakukan *phubbing* biasanya di kritik atau diberi peringatan oleh orang-orang disekitarnya, di kritik sebentar untuk membuyarkan konsentrasinya dari *smartphone* namun lama kelamaan dia kembali melakukan perilaku tersebut, sehingga membuat si *phubbe* menganggap dirinya tidak penting, dan tidak memiliki nilai karena dia sering diabaikan sehingga *phubbe* menjadi resah dan juga menimbulkan ketidakpercayaan pada setiap orang yang sering mengabaikannya. *Phubbing* memiliki efek negatif di kehidupan sosial, mulai dari berkurangnya konsentrasi dalam berkomunikasi hingga berkurangnya konsentrasi dalam berkomunikasi berkurangnya hubungan dan juga menurunnya kualitas interaksi penurunan kualitas komunikasi karena keasyikan yang berlebihan dengan *smartphone*.

Di sisi lain, *phubbing* juga dapat membuat seseorang menyadari untuk lebih menghargai orang lain saat berhubungan dengan mereka. Untuk lebih menghormati orang lain ketika mereka lebih menghormati orang lain dan menemukan topik pembicaraan. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa hampir semua remaja menggunakan *smartphone* sekarang ini. Hal itu dikarenakan terikat menggunakannya baik untuk menyelesaikan tugas sekolah sehari-hari atau mencari kesenangan dengan melihat konten hiburan yang ada di sosial media. Tetapi dalam terikatnya menggunakan *smartphone*, remaja salah waktu ataupun kondisi dalam mengimplementasikan *smartphone* tersebut. Setidaknya remaja harus menghargai temannya atau lawan bicara ketika mengobrol atau pun ketika berkumpul bersama.

Hasil penelitian ini berimplikasi pada orang tua agar tidak memberikan *smartphone* kepada anaknya sejak dini. Dan juga membatasi penggunaan *smartphone* bagi anak mereka agar mereka lebih sering berinteraksi secara langsung dengan lingkungannya.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian, maka disimpulkan bahwa *phubbing* merupakan suatu fenomena yang ada di Kecamatan Hinai yang dapat adanya bentuk-bentuk perubahan yang terjadi dilingkungan remaja. Dan menunjukkan bahwa 1) *phubbing* disebabkan oleh faktor kecanduan bermain *smartphone*,

bosan, kurang nyaman dengan lawan bicara, dan introvert, 2) dampak *phubbing* yaitu merasakan kehilangan momen kebersamaan, terlewat informasi sedang dibicarakan, dan di anggap tidak sopan. Karena tidak memposisikan diri sebaik mungkin. Sehingga *phubbing* berdampak negatif, 3) kualitas pertemanan masih baik karena sempat mengingatkan juga kalau tindakan itu buat orang lain tidak nyaman. Hasil penelitian ini berimplikasi pada orang tua agar tidak memberikan *smartphone* kepada anaknya sejak dini dan juga membatasi penggunaan *smartphone* bagi anak mereka agar mereka lebih sering berinteraksi secara langsung dengan lingkungannya.

##### B. Saran

Diharapkan pada orang tua agar tidak memberikan *smartphone* kepada anaknya sejak dini. Dan juga membatasi penggunaan *smartphone* bagi anak mereka agar mereka lebih sering berinteraksi secara langsung dengan lingkungannya.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Abivian, M. (2022). Gambaran Perilaku Phubbing dan Pengaruhnya terhadap Remaja pada Era Society 5.0. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(2), 155-164.
- Aditia, R. (2021). Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 8-14. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Al-Saggaf. (2019). Trait Boredom Is a Predictor of Phubbing Frequency. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 4(3), 245-252. <https://doi.org/10.1007/s41347-018-0080-4>
- Alamiati, D., & Rachaju, R. D. K. (2021). Realitas Phone Snubbing pada Pergaulan Remaja. *Jurnal Audience: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(2), 210.
- Amelia, T., Despitari, M., Sari, K., & Putri, D. S. K. (2019). PHUBBING, PENYEBAB DAN DAMPAKNYA PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT, UNIVERSITAS INDONESIA. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 18(2), 122-134.
- Ariyanti, E. O., Nurhadi, & Trinugraha, Y. H.



- (2022). Makna Perilaku Phubbing di Kalangan Mahasiswa Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(2), 915–924.
- Bench, S. W., & Lench, H. C. (2013). On the Function of Boredom. *Behavioral Science*, 3, 459–472.  
<https://doi.org/10.3390/bs3030459>
- Braun, & Clarke. (2022). *Thematic Analysis: a Practical Guide*. SAGE Publication Ltd.
- Chaidirman, Indriastuti, D., & Narmi. (2019). Fenomena Kecanduan Penggunaan Gawai (Gadget) Pada Kalangan Remaja Suku Bajo. *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 33–41.
- Disman, M., & Rudin, A. (2021). FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB KEJENUHAN BELAJAR SISWA PADA MATA PELAJARAN BAHASA INGGRIS. *Jurnal Bening*, 5(2), 137–144.
- Hanika, I. M. (2015). FENOMENA PHUBBING DI ERA MILENIA (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya). *Jurnal Interaksi*, 4(1), 42–51.
- Ilham, D. J., & Rinaldi. (2019). Pengaruh Phubbing Terhadap Kualitas Persahabatan pada Mahasiswa Psikologi UNP. *Universitas Negeri Padang*, 2(4), 1–12.
- Mariati, L. H., & Sema, M. O. (2019). HUBUNGAN PERILAKU PHUBBING DENGAN PROSES INTERAKSI SOSIAL MAHASISWA DI FAKULTAS ILMU 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>
- Ningtias, M., Rostiana, & Gismar, A. M. (2022). PERAN SELF-INADEQUACY TERHADAP PHUBBING DENGAN DISTRES PSIKOLOGIS SEBAGAI MEDIATOR. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6(2), 401–410.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i2.19176>
- P, R. (2020). Daya Tarik Interaksi Dunia Maya (Studi Perilaku Phubbing Generasi Milenial). *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, VIII(1), 96–105.  
<https://doi.org/10-26618/equilibrium.v8i1.3130>
- Pratiwi, R. G., & Malwa, R. U. (2021). FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KECANDUAN GADGET TERHADAP PERILAKU REMAJA. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 15(2), 105–112.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33557/ipsyche.v15i2.1550>
- Pratiwi, Z. S. (2020). PHUBBING SEBAGAI SEBUAH FENOMENA BUDAYA HIDUP STUDI KASUS PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU SOSIAL ILMU POLITIK UNIVERSITAS ANDALAS. *Jurnal Kesejahteraan Dan Pelayanan Sosial*, 1(1), 20–32.
- Purba, A. W. D., & Ramadhani, S. (2021). Perbedaan Perilaku Prososial Ditinjau Dari Tipe Kepribadian EKstrovert Dan Introvert Pada Organisasi Berkah Langit Medan. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 3(3), 1372–1374.  
<https://doi.org/10.34007/jehss.v3i3.567>
- Putri, W., & Rusli, D. (2021). PENGARUH LEISURE BOREDOM TERHADAP PHUBBING PADA REMAJA DI KOTA PADANG. *Jurnal Riset Psikologi*, 2021(2), 2–3.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v2021i2.11461>
- Putri, Y. E., Marjohan, Ifdil, & Hariko, R. (2022). Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 7(2), 343–347.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.29210/021940jpgi0005>
- Silmi, A., & Novita, E. (2022). Dampak Psikologis Perilaku Phubbing Dalam Berinteraksi Sosial Pada Mahasiswa. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 25–32.  
<https://doi.org/1031289/isa.v1i1.1096>
- Suharyanto, E., & Yunus. (2021). *PENDIDIKAN KARAKTER YANG EFEKTIF DI ERA MILINEAL*. Penerbit Adab.
- Suprayitno, A., & Wahyudi, W. (2020). *PENDIDIKAN KARAKTER DI ERA MILENIAL*. Deepublish Publisher.

- Widiantari, K. S., & Herdiyanto, Y. K. (2013). Perbedaan Intensitas Komunikasi Melalui Jejaring Sosial antara Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert pada Remaja. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), 106–115.
- Yusanto, Y. (2019). *Ragam Pendekatan Penelitian Kualitatif*. 1(1), 9.