

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Permasalahan

Perkembangan *smartphone* saat ini berkembang sangat pesat. Fitur unik dan menarik yang dimiliki perangkat ini membuat pengguna kesulitan untuk melepaskannya. Keberadaan *smartphone* dan media sosial telah banyak mengubah cara individu berkomunikasi. Saat ini, masyarakat lebih cenderung berkomunikasi melalui pesan teks atau media sosial dibandingkan dengan tatap muka (Anniza, Ismail, & Mario, 2023). Kenyamanan yang diberikan oleh *smartphone* seringkali melebihi penggunaan waktu yang wajar, karena hal ini dapat menimbulkan perilaku yang “apatis” atau tidak peduli terhadap lingkungan (Alamsyah, 2018). Tindakan acuh tak acuh seseorang di dalam sebuah lingkungan karena lebih fokus terhadap penggunaan *smartphone* daripada membangun percakapan yang dikenal dengan istilah *phubbing* (Kurnia, Wahyu, & Safitri, 2020).

*Phubbing* menjadi salah satu perilaku antisosial yang berpusat pada *smartphone*, dimana sebagian besar interaksi terjadi di dunia maya dibandingkan di dunia nyata. Pelaku *phubbing* disebut *phubbers*, yaitu orang yang terus-menerus mengecek *smartphone*, seperti di jejaring sosial atau chat. Ketika berinteraksi dengan orang lain dan merasa bosan serta kurang tertarik dengan topik pembicaraan yang sedang berlangsung, kemungkinan besar seseorang akan cenderung membuka *smartphone* untuk sekedar melihat notifikasi, membuka media sosial, atau memulai

percakapan melalui aplikasi *chatting*. (Ratnasari & Oktaviani, 2020). Fenomena *phubbing* ini terjadi akibat *phubber* tidak dapat memanfaatkan teknologi secara bijak dan kurangnya pengendalian diri. Selain itu *phubber* melakukan *phubbing* untuk memenuhi kebutuhan sosial dan aktualisasi diri sehingga keberadaan di media sosial dapat dikenali. Masyarakat memanfaatkan media sosial untuk memperluas jaringan dan relasi yang dianggap dapat meningkatkan gengsi dalam bergaul (Hanika, 2015).

*Phubbing* adalah perilaku mengabaikan orang lain dalam suatu situasi sosial, focus pada *smartphone* dibandingkan interaksi yang sedang berlangsung di sekitar (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019). Perilaku *phubbing* juga dapat diartikan sebagai perilaku dimana seseorang tidak memperhatikan orang lain dalam interaksi sosial karena lebih focus pada *smartphone*. Fenomena *phubbing* tersebar luas di semua kalangan umur, baik muda maupun tua. Namun fenomena ini lebih sering dialami oleh para generasi muda (Ratnasari & Oktaviani, 2020). Menurut Karadag dkk., (2015), dalam penelitiannya diperoleh hasil melalui analisis faktor eksploratif terhadap 2 aspek dari perilaku *phubbing* yaitu (a) gangguan komunikasi, gangguan komunikasi yang disebabkan oleh hadirnya *smartphone* sebagai faktor pengalih perhatian pribadi secara langsung atau saat berkomunikasi, (b) Obsesi terhadap ponsel, obsesi pada ponsel disebabkan oleh keinginan individu untuk sering menggunakan telepon genggam dalam jangka waktu yang lama, bahkan ketika berinteraksi dengan orang secara tatap muka.

Perilaku *phubbing* saat ini marak terjadi dan sering dilakukan dalam berbagai suasana baik secara sadar maupun tidak sadar. Prinsip multitasking pada kehidupan

manusia lebih fokus terhadap sejumlah potensi alamiah yang dimiliki setiap individu karena sebab-sebab sosial tertentu (Budiman, 2000). Individu harus terlibat dalam interaksi dengan orang yang diajak bicara. Sebagaimana dijelaskan dalam teori psikologi sosial, interaksi terjadi ketika dua individu atau kelompok bertemu dan terjadi di antara keduanya (Arifin, 2015). Interaksi sosial merupakan hubungan antara seorang individu dengan individu lainnya, sehingga melibatkan tindakan timbal balik. Manusia sebagai makhluk sosial mempunyai hubungan dengan lingkungannya (Walgito, 2003).

Perilaku *phubbing* dapat mempengaruhi kualitas interaksi sosial mahasiswa (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Individu seringkali secara tidak sadar melakukan *phubbing* dan menganggapnya normal. Padahal *phubbing* dapat mempengaruhi kualitas hubungan interpersonal dan komunikasi (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018b). Hal ini bisa terjadi karena dalam interaksi sosial, biasanya *phubber* akan mengabaikan *phubbee* yang menjadi lawan bicaranya dalam interaksi tersebut. Akibatnya *phubbee* merasa terisolasi atau bahkan membuat korbannya merasa kesepian (Ivanova, dkk., 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *phubbing* juga mempengaruhi keadaan psikologis *phubbee*-nya (Ivanova, dkk., 2020). Perilaku *phubbing* dapat menyebabkan depresi dan kesepian pada korbannya.

Indonesia menempati peringkat 11 sebagai negara dengan jumlah *phubbing* terbanyak di dunia dengan jumlah 3.706.811 (Ariyanti, Nurhadi, & Trinugraha, 2022). Salah satu penyebabnya adalah penggunaan internet oleh masyarakat. *Phubbing* merupakan fenomena yang banyak dilakukan oleh generasi Z yang

diketahui mampu melakukan lebih dari satu aktivitas dalam waktu bersamaan, atau disebut dengan multitasking (Kusumaningtyas, dkk., 2020). Hal ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Blachnio (2018), yang menjelaskan bahwa tingginya tingkat *phubbing* pada remaja. Blachnio juga menjelaskan bahwa peningkatan penggunaan *smartphone* di masyarakat telah menimbulkan kekhawatiran tentang efek sosial dan psikologi dari penggunaan yang berlebihan, terutama pada remaja yang lebih rentan terhadap berbagai faktor. Begitupun dengan sebuah study yang dilakukan oleh Hanika (2015) yang menjelaskan bahwa lebih dari 80% remaja melakukan *phubbing* pada lawan bicaranya.

Generasi Z dan kaum milenial merupakan kelompok yang cukup banyak dan sering menggunakan *smartphone*, sehingga dapat dipastikan kelompok atau komunitas ini menjadi subjek dan sasaran banyak penelitian (Anniza, Ismail, & Mario, 2023). Menurut Syifa (2020), *smartphone* paling banyak digunakan oleh remaja awal hingga akhir yaitu pelajar dan mahasiswa. *Smartphone* dapat mempengaruhi tatanan mahasiswa dalam berinteraksi sosial. Pengguna yang kurang pandai dengan *smartphone* akan kesulitan melepaskan diri dari perangkatnya saat berinteraksi dengan orang lain (Lowe-Calverley dan Pontes, 2020). Bagi sebagian mahasiswa, komunikasi virtual melalui *smartphone* justru lebih menarik dan penting dibandingkan komunikasi tatap muka (Sutisna et al., 2020). Ini mengacu pada mengabaikan orang lain selama komunikasi langsung. Para ahli menyebut perilaku ini sebagai *phubbing*.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa untuk mengetahui perilaku *phubbing* pada mahasiswa, yang

dilakukan pada tanggal 17 Maret 2024 terhadap 10 orang subjek mahasiswa, 7 mahasiswa perguruan tinggi negeri dan 3 mahasiswa perguruan tinggi swasta di Yogyakarta, dengan rentang usia 18-25 tahun dengan menggunakan aspek *phubbing* yang dikemukakan oleh Karadag, dkk., (2015). Merujuk pada aspek gangguan komunikasi ditemukan bahwa 9 subjek sering sering mengecek pesan masuk sambil bermain *smartphone*, menjawab percakapan dan membuka media sosial selama percakapan. Hal ini disampaikan oleh Aris selaku subjek dalam wawancara yang peneliti lakukan sebagai berikut :

*"Ketika ada notifikasi pesan atau panggilan masuk, saya langsung meresponnya walaupun sedang melakukan percakapan dengan orang lain, karena bisa saja itu hal yang penting."*

Hal ini menyebabkan berkurangnya interaksi sosial, karena setiap orang menjadi sibuk dengan media sosial di ponsel mereka masing-masing. Kadylak, dkk., (2018) mengungkapkan bahwa penggunaan *smartphone* selama interaksi tatap muka dianggap mengganggu kualitas komunikasi dan pertanda kurangnya perhatian. Pada aspek obsesi pada ponsel, 9 subjek menggunakan *smartphone* rata-rata 6-7 jam sehari, hal ini disampaikan oleh salah satu subjek Kina dalam wawancara penelitian ini, sebagai berikut :

*"Saya sering menggunakan ponsel dengan durasi yang cukup lama, apalagi saat tidak ada kegiatan, biasanya sampai 6 jam sehari."*

ketika penggunaan *smartphone* tinggi subjek akan mengecek *smartphone* secara berulang-ulang dan secara otomatis membuka *smartphone* bahkan ketika berbicara dengan orang lain. Dari hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa

kesembilan subjek tidak bisa jauh dari *smartphone* dan mengalami gangguan komunikasi karena fokus pada *smartphone* dan mengabaikan lawan bicara, gejala yang terjadi pada subjek menunjukkan bahwa subjek melakukan perilaku *phubbing*. Menurut Kelly, Miller-Ott, & Duran., (2019) *phubbing* merupakan perilaku mengacuhkan orang lain (*relational partner*) dengan menggunakan *smartphone* di hadapannya. Sementara itu, 1 subjek lainnya dalam penelitian ini tidak menunjukkan gejala *phubbing*, yang dapat diartikan bahwa perilaku tersebut tidak terdapat pada subjek. Subjek cenderung untuk lebih fokus dan hadir dalam interaksi sosial tanpa mengabaikan lawan bicara.

Menurut Nazir dan Bulut, (2019), ada beberapa faktor yang berkontribusi terhadap perilaku *phubbing* antara lain (a) Kecanduan *smartphone* atau kecanduan internet, penggunaan internet yang berlebihan seringkali berujung pada kecanduan *smartphone*, (b) Kecanduan media sosial, media sosial dapat membuat seseorang lebih aktif di media sosial, terlepas dari kehidupan nyata, (c) Kecanduan game, bermain game dapat membuat seseorang menjadi gembira dan melupakan lingan sekitar, (d) Faktor pribadi dan situasional, kepribadian introvert merupakan salah satu ciri kepribadian yang dapat mempengaruhi terjadinya *phubbing*. *Phubbing* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain seperti (a) Kecanduan *smartphone*, teknologi dapat mempermudah kehidupan masyarakat, namun penggunaan *smartphone* yang secara berlebihan dapat membuat individu kecanduan terhadap *smartphone*, (b) Kecanduan internet, internet dapat membuat individu kecanduan, bahkan internet juga memungkinkan untuk mengakses semua media sosial, (c) Kecanduan media sosial, awalnya media sosial diciptakan sebagai alat komunikasi,

namun nyatanya media sosial bisa membuat seseorang ketagihan untuk terus menggunakannya, (d) Kecanduan game, kecanduan game adalah sumber kecanduan lain yang sama pentingnya dengan kecanduan ponsel (Karadag, dkk., 2015).

Berdasarkan faktor-faktor di atas terdapat faktor kecanduan media sosial yang mempengaruhi *phubbing*. Fenomena *phubbing* tidak semata-mata langsung terjadi begitu saja. Penggunaan *smartphone* secara terus-menerus tanpa disadari membentuk suatu perilaku *phubbing*. Hasil penelitian yang menunjukkan penggunaan *smartphone* berlebih mempunyai korelasi positif terhadap perilaku *phubbing* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Silmi dan Novita, (2022) menyatakan bahwa media sosial merupakan salah satu penyebab *phubbing*. Penggunaan media sosial juga menejadi salah satu faktor penentu *phubbing* pada seseorang (Karadağ, dkk., 2015).

Kecanduan media sosial didefinisikan sebagai penggunaan jejaring sosial secara kompulsif yang menampilkan komponen kecanduan perilaku termasuk, kekhawatiran yang berlebihan dengan media sosial, ketidakmampuan untuk berhenti menggunakan dan berinvestasi banyak waktu di situs ini ke tingkat yang mengganggu peran sosial dan pekerjaan individu (Hilliard 2019). Kecanduan media sosial didefinisikan sebagai ketergantungan seseorang pada media sosial dan munculnya perasaan tidak menyenangkan ketika tidak bisa menggunakan media sosial tersebut (Longstreet & Brooks, 2017). Kecanduan media sosial adalah salah satu bentuk kecanduan internet, di mana individu menunjukkan keinginan untuk menggunakan media sosial secara berlebihan (Griffiths, 2000). Indikator

kecanduan media sosial adalah rendahnya regulasi diri media sosial atau kurangnya kontrol individu terhadap penggunaan media sosial, penggunaan media sosial digunakan untuk mengatur suasana hati yang negatif, pola pikir obsesif, penggunaan media sosial berdampak negatif pada kehidupan sosial dan pekerjaan (Griffiths, 2010).

Penelitian yang relevan dilakukan oleh Ratnasari dan Oktaviani (2020) pada hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa terdapat hubungan positif antara kecanduan ponsel dan media sosial dengan perilaku *phubbing*. Semakin tinggi kecanduan ponsel dan media sosial, semakin tinggi pula perilaku *phubbing*. Penelitian ini menemukan bahwa kecanduan ponsel dan media sosial mempengaruhi perilaku *phubbing*. Artinya jika seseorang memenuhi kriteria seseorang yang kecanduan terhadap ponsel dan media sosial maka dapat disimpulkan bahwa orang tersebut memiliki kecenderungan yang sangat tinggi untuk melakukan perilaku *phubbing*, baik disadari maupun tidak. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan Putra, Indrawadi, Fatmariza, dan Irwan, (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara penggunaan media sosial dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UNP. Artinya semakin tinggi penggunaan media sosial maka akan semakin tinggi perilaku *phubbing* terjadi di lingkungan mahasiswa begitu juga sebaliknya semakin rendah penggunaan media sosial maka semakin rendah perilaku *phubbing* di lingkungan mahasiswa Universitas Negeri Padang. Fitur penunjang pada *smartphone*, seperti media sosial, telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan interaksi, komunikasi, dan hiburan bagi penggunanya. Namun, di antara dampak positif

tersebut, terdapat juga dampak negatif, salah satunya adalah perilaku *phubbing*, di mana individu yang terlalu terlibat dalam penggunaan *smartphone* cenderung mengabaikan lingkungan sekitarnya karena terlalu asyik dalam bermain dengan perangkat tersebut (Aditia, 2021).

Berdasarkan hasil analisis korelasi penelitian Mu'adzah dan Rusli, (2024), terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara kecanduan media sosial dan kebiasaan seseorang melakukan *phubbing* dalam suasana formal. Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung memainkan *smartphone* dibandingkan berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain ketika berada dalam pertemuan yang membutuhkan interaksi sosial yang luas (Yam & Kumcağız, 2020). Mahasiswa dengan tingkat kecanduan media sosial yang tinggi cenderung menunjukkan frekuensi perilaku *phubbing* yang lebih tinggi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kecanduan media sosial, semakin rendah pula frekuensi perilaku *phubbing* yang terjadi.

Hal sesuai dengan penelitian Rachman, (2021), yang menyatakan bahwa terdapat korelasi yang tinggi terhadap antara kecanduan media sosial dan *phubbing* pada mahasiswa, yang berarti individu yang termasuk dalam kategori kecanduan media sosial cenderung melakukan perilaku *phubbing*, baik disadari maupun tidak. Menurut Talan, Dogan dan Kalinkara, (2023), Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat meningkatkan perilaku *phubbing*, hal ini dibuktikan oleh peneliti yang menyatakan bahwa kecanduan media sosial sangat mempengaruhi perilaku *phubbing* pada mahasiswa. Aditia (2021) mengatakan peningkatan jumlah pengguna media sosial menyebabkan beberapa perubahan sosial di masyarakat,

seperti perubahan pola perilaku individu orang-orang disekitarnya ketika individu memainkan media sosial di *smartphone* atau bahkan hanya karena getaran dari *Smartphone*, masyarakat dapat langsung mengganggu komunikasi langsung yang sedang berlangsung.

Penelitian ini memiliki perbedaan signifikan dibandingkan dengan penelitian lainnya dalam beberapa aspek. Fokus utama penelitian ini adalah konteks lokasi di Yogyakarta, yang mungkin memiliki karakteristik berbeda dibandingkan dengan lokasi lain. Selain itu, penelitian ini secara spesifik mengeksplorasi dampak kecanduan media sosial terhadap perilaku *phubbing* di kalangan mahasiswa dewasa awal, sementara banyak studi lain mungkin membahas kecanduan media sosial dalam konteks yang lebih umum atau berbeda. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini juga dapat berbeda, memengaruhi cara pengumpulan dan analisis data. Terakhir, kriteria sampel yang diterapkan, seperti usia atau status mahasiswa, mungkin berbeda dari penelitian lain, yang dapat menyebabkan perbedaan dalam hasil yang ditemukan.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan, peneliti mengajukan rumusan masalah penelitian yaitu apakah ada “Hubungan Kecanduan Media Sosial dengan Kecenderungan Perilaku *Phubbing* Pada Mahasiswa di Yogyakarta?”.

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan kecanduan media sosial dengan kecenderungan perilaku *phubbing* pada mahasiswa di Yogyakarta.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan teori terkait perilaku adiktif dan interaksi sosial di era digital, serta berkontribusi dalam ranah psikologi sosial. Penelitian ini memperkaya pemahaman mengenai pengaruh kecanduan media sosial terhadap perilaku interpersonal, khususnya dalam konteks *phubbing*, serta menyediakan dasar teoritis untuk penelitian lebih lanjut mengenai dampak penggunaan teknologi terhadap dinamika sosial di kalangan mahasiswa.

#### **b. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis bagi mahasiswa diharapkan dapat memberikan wawasan yang mendalam dalam mengelola penggunaan media sosial secara bijaksana. Dengan pemahaman yang lebih baik, mahasiswa dapat lebih cermat dalam mengatur waktu dan intensitas penggunaan media sosial, yang pada akhirnya membantu mencegah timbulnya kecanduan. Selain itu, manfaat ini juga diharapkan dapat meminimalisir terjadinya perilaku *phubbing*, sehingga mahasiswa dapat lebih fokus pada interaksi sosial yang sehat dan berkualitas, baik dalam lingkungan akademik maupun dalam kehidupan sehari-hari.