

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Penggunaan telepon seluler (ponsel) di seluruh dunia telah mengalami peningkatan yang begitu signifikan dalam beberapa tahun terakhir (Kemp, 2025). Pada awalnya ponsel digunakan sebagai salah satu alat komunikasi, namun saat ini telah menjadi perangkat multifungsi yang mampu mengakses internet, media sosial, dan berbagai aplikasi di dalamnya (Investopedia, 2024). Menurut data yang disampaikan oleh Gill (2025) di laman PrioriData, jumlah pengguna ponsel di dunia pada tahun 2024 diperkirakan mencapai 4,88 miliar, dengan peningkatan tahunan sebesar 14,9%. Faktanya, dari tahun 2014 hingga 2024, jumlah total pengguna ponsel di dunia mengalami peningkatan rata-rata 17,1% per tahun (Gill, 2025).

Penggunaan ponsel yang semakin meningkat memberikan dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan manusia (Kushlev & Leitao, 2020). Bahkan, saat ini ponsel dianggap sebagai bagian penting dan tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Ponsel membawa banyak manfaat dalam kehidupan manusia, utamanya dalam hal komunikasi dan akses informasi (Silver, et al., 2019). Meski begitu, penggunaan ponsel yang berlebihan juga dapat menimbulkan sejumlah persoalan, salah satunya adalah berkurangnya kualitas interaksi sosial (Turkle, 2015).

Kebiasaan berfokus pada ponsel dan mengabaikan lingkungan sekitar menjadi salah satu fenomena negatif yang kian marak terjadi di masa kini (Haigh, 2012). Hal ini dibuktikan oleh penelitian Rainie & Zickhur (2015) yang

menunjukkan bahwa sembilan puluh persen responden sering menggunakan ponsel dan tujuh puluh enam persen jarang atau bahkan tidak pernah mematikan ponselnya. Kebanyakan individu lebih suka berkomunikasi melalui ponsel daripada pertemuan tatap muka, dan akhirnya mengabaikan orang di sebelahnya ketika individu tersebut melihat ponselnya (Davey et al., 2018; Roberts & David, 2016). Penggunaan ponsel saat sedang melakukan percakapan dengan orang lain disebut *phubbing* (Haigh, 2012). Istilah *phubbing* (gabungan dari *'phone'* dan *'snubbing'*) merujuk pada perilaku yang lebih memperhatikan ponsel daripada memperhatikan orang lain saat sedang melakukan percakapan (Ugur & Koc, 2015).

Jika perilaku *phubbing* terjadi pada individu yang telah memiliki pasangan yang sedang melakukan percakapan dengan pasangannya, maka disebut *partner-phubbing* (Roberts & David, 2016). Roberts & David (2016) memaknai bahwa *partner-phubbing* merujuk pada individu yang menggunakan atau terlalu terfokus pada ponselnya saat menghabiskan waktu dengan pasangannya. Penggunaan ponsel yang berlebihan telah menjadikan *phubbing* sebagai fenomena yang sulit dihindari, baik secara umum maupun dalam konteks hubungan dengan pasangan (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016; Roberts & David, 2016). Faktanya, menurut penelitian McDaniel dan Coyne (2016), sekitar tujuh puluh persen perempuan yang sedang menjalin hubungan romantis melaporkan bahwa ponsel sering mengganggu interaksi mereka dengan pasangan saat bersama atau berkomunikasi langsung. Kemudian, dikutip dari Roberts & David (2016), penelitian lain menemukan bahwa *partner-phubbing* juga merupakan kejadian umum di antara pasangan romantis (Coyne et al., 2011; Lenhart & Duggan, 2014). *Partner-phubbing* disebut sebagai

fenomena yang umum dalam hubungan romantis karena penelitian yang dikutip menunjukkan banyak pasangan mengalami situasi di mana salah satu merasa diabaikan akibat pasangannya lebih fokus pada ponsel daripada berinteraksi langsung (Roberts & David, 2016).

*Partner-phubbing* merupakan isu yang relevan dalam psikologi karena menunjukkan keterkaitan dengan berbagai aspek psikologis (Roberts & David, 2016). Menurut Roberts dan David (2016), ketika seseorang lebih memilih menggunakan ponsel daripada berinteraksi dengan pasangan, hal ini dapat menimbulkan perasaan diabaikan, memicu konflik, serta berdampak negatif pada hubungan dan kesehatan mental. Roberts dan David (2016) menambahkan bahwa *phubbing* dapat mengurangi kepuasan dalam hubungan romantis, yang pada akhirnya bisa membuat seseorang merasa tidak puas dalam hidup dan berisiko mengalami gejala depresi. Penelitian mereka juga menunjukkan bahwa semakin sering *phubbing* terjadi, semakin rendah kepuasan dalam hubungan dan semakin tinggi kemungkinan seseorang mengalami depresi (Roberts & David, 2016).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *partner-phubbing* berhubungan dengan masalah dalam hubungan romantis yang bisa berdampak pada kesehatan mental pasangan (Thomas et al., 2022; Wang et al., 2017; Zhan et al., 2022). Studi yang dilakukan oleh Thomas et al. (2022) menunjukkan bahwa pasangan yang lebih sering mengalami *partner-phubbing* cenderung merasa hidupnya kurang memuaskan dan lebih sering merasakan emosi negatif seperti marah, frustrasi, kesal, dan keinginan untuk membalas. Penelitian Wang et al. (2017) menunjukkan bahwa *partner-phubbing* dapat meningkatkan risiko depresi akibat turunnya

kepuasan dalam hubungan, terutama pada pasangan yang sudah menikah lebih dari tujuh tahun. Lebih lanjut, penelitian Zhan et al. (2022) menunjukkan bahwa ketika kepuasan dalam hubungan berkurang, orang cenderung merasa lebih kesepian, dan hal ini bisa membuat mereka semakin sering menggunakan ponsel saat bersama pasangan.

Selain kesehatan mental, *partner-phubbing* juga berdampak pada komunikasi, kepuasan, dan kualitas hubungan (Roberts & David, 2016; Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Penelitian Roberts dan David (2016) menunjukkan bahwa *partner-phubbing* dapat merusak komunikasi, menurunkan kepuasan hubungan, dan berdampak negatif pada kualitas hubungan pasangan romantis akibat penggunaan ponsel yang berlebihan. Selanjutnya, penelitian oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) menunjukkan bahwa semakin sering seseorang melakukan *partner-phubbing*, semakin buruk kualitas komunikasi dan kepuasan dalam hubungannya. Hal ini terjadi karena *partner-phubbing* bisa membuat seseorang merasa kurang dihargai dan memunculkan perasaan negatif maupun mengurangi perasaan positif (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

Berbagai penelitian telah mengkaji dampak *partner-phubbing* pada hubungan romantis (Halpern & Katz, 2017; Utami et al., 2021; Yam, 2022; Wang & Zhao, 2022). Penelitian oleh Halpern dan Katz (2017) menunjukkan bahwa *partner-phubbing* dapat menurunkan kualitas hubungan karena dua hal, yaitu munculnya konflik akibat penggunaan ponsel saat bersama pasangan dan berkurangnya rasa kedekatan karena kurangnya perhatian satu sama lain. Telah ditunjukkan bahwa *partner-phubbing* terkait dengan penurunan kepuasan

hubungan, kesejahteraan, keintiman, dan kedekatan, serta meningkatkan kecemburuan dan konflik (Utami et al., 2021). Penelitian oleh Yam (2022) menunjukkan bahwa *partner-phubbing* dari pasangan dapat menurunkan kepuasan dan kualitas hubungan, yang pada akhirnya bisa membuat seseorang merasa kurang puas dengan hidupnya. Lebih lanjut, penelitian Wang dan Zhao (2022) menunjukkan bahwa *partner-phubbing* berhubungan dengan terganggunya interaksi dan munculnya konflik dalam pernikahan, yang pada akhirnya dapat menurunkan kepuasan dalam hubungan tersebut.

Indonesia menempati urutan ke-11 di dunia dalam hal jumlah *phubbing*, dengan total mencapai 3.706.811 orang (Cecilia, 2019). Perilaku *phubbing*, yang sering kali muncul dalam kehidupan sehari-hari, dapat memberikan dampak yang sangat merugikan dalam hubungan sosial antar individu (Roberts & David, 2016). Salah satu bentuk *phubbing* yang semakin banyak terjadi adalah *partner-phubbing*, di mana seseorang mengabaikan pasangannya karena terlalu fokus pada ponsel (Haigh, 2012). Fenomena ini menjadi isu penting yang perlu diteliti lebih lanjut, karena tingginya angka perilaku *phubbing* berdampak signifikan pada kualitas hubungan dengan pasangan (Wang & Zhao, 2022). Oleh karena itu, penting untuk memahami dinamika *partner-phubbing* agar dampak negatif yang mungkin muncul dapat diatasi dengan lebih efektif (Thomas et al., 2022).

Penelitian tentang *partner-phubbing* di Indonesia masih tergolong jarang, dan biasanya hanya menjadi bagian dari kajian yang lebih luas, seperti dinamika hubungan romantis (Andini, 2020; Utami et al., 2022; Komariyah, 2024) atau pengaruh teknologi dalam interaksi sosial (Arief, 2023). Penelitian tersebut juga

sering kali mengacu pada data atau teori dari penelitian luar negeri, salah satunya adalah teori *partner-phubbing* yang dikembangkan oleh Roberts & David (2016). Selain itu, kebanyakan penelitian terkait *partner-phubbing* di Indonesia masih berbentuk skripsi atau tesis mahasiswa, bukan dalam bentuk artikel ilmiah yang diterbitkan di jurnal akademik resmi. Kemudian, alat ukur *partner-phubbing* pun belum dikembangkan di Indonesia. Meskipun beberapa penelitian di Indonesia menggunakan *Partner-Phubbing Scale* yang dikembangkan oleh Roberts & David (2016), semua penelitian tersebut hanya menerjemahkan aitem-aitemnya tanpa melalui proses adaptasi alat ukur lintas budaya yang tepat.

Sejauh ini, ada empat negara yang sudah mengembangkan maupun mengadaptasi alat ukur *partner-phubbing*. Sumber utama alat ukur *partner-phubbing* ialah penelitian oleh Roberts & David (2016) di Amerika Serikat. Selanjutnya, penelitian oleh Água et al. (2019) di Portugis, penelitian oleh Teixeira & Freire (2020) di Brasil, penelitian oleh Etesami et al. (2023) di Iran, dan penelitian oleh Rezaee et al. (2024) di Iran. Keempat penelitian tersebut mengadaptasi dan mengembangkan alat ukur *Partner Phubbing Scale* yang dikembangkan oleh Roberts & David (2016) agar sesuai dengan bahasa dan budaya negara yang diteliti.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, penelitian adaptasi alat ukur *partner-phubbing* sangat krusial dalam bidang psikologi, mengingat dampak negatif yang ditimbulkan oleh *partner-phubbing* terhadap hubungan pasangan, yang telah ditemukan dalam berbagai penelitian sebelumnya. Namun, di Indonesia, belum ada alat ukur yang layak untuk mengukur fenomena ini. Oleh karena itu, adaptasi skala

ini menjadi penting karena dapat menyediakan alat yang valid dan reliabel untuk mengukur tingkat *phubbing* pada individu yang telah memiliki pasangan. Fokus penelitian ini adalah pada pengukuran *partner-phubbing* menggunakan *Partner Phubbing Scale* yang dikembangkan oleh Roberts & David (2016).

Mengingat penelitian sebelumnya telah menggunakan skala ini di empat negara dengan latar belakang bahasa dan budaya yang berbeda, adaptasi ini merupakan langkah penting yang perlu dilakukan di Indonesia. Adaptasi diperlukan karena skala *partner-phubbing* yang dikembangkan di negara lain tidak sepenuhnya relevan dengan konteks bahasa dan budaya Indonesia. Pada penelitian ini, skala *partner-phubbing* akan diadaptasi ke dalam bahasa dan budaya Indonesia untuk memastikan validitas dan reliabilitasnya.

### **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengadaptasi skala *partner-phubbing* secara cermat dan tepat, agar dapat digunakan dalam konteks bahasa dan budaya Indonesia. Dengan melakukan adaptasi ini, penelitian bertujuan untuk menghasilkan alat ukur yang valid, reliabel, dan dapat diandalkan dalam kajian psikologi terkait *partner-phubbing* di Indonesia.

### **C. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pembaca, baik manfaat secara

teoritis maupun praktis. Manfaat yang didapat dari penelitian adaptasi alat ukur *partner-phubbing scale* antara lain sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi teoritis yang penting dengan pengembangan alat ukur *partner-phubbing scale* ke dalam konteks bahasa dan budaya Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengadaptasi alat ukur *partner-phubbing* yang dapat digunakan di Indonesia, sehingga dapat memperdalam pemahaman tentang fenomena ini dalam konteks psikologi. Dengan adanya alat ukur yang valid dan reliabel, penelitian ini memberikan kontribusi penting untuk pengembangan teori baru yang lebih mendalam terkait *partner-phubbing* di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini memberikan manfaat praktis yang signifikan, terutama bagi peneliti dan praktisi di Indonesia, yaitu adanya alat ukur *partner-phubbing* dalam bahasa dan budaya Indonesia yang dapat digunakan secara luas di Indonesia. Hasil penelitian ini akan menghasilkan alat ukur yang valid dan dapat diandalkan untuk mengevaluasi tingkat *partner-phubbing*.