

BAB I **PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Permasalahan

Pada era digitalisasi ini pada setiap aktivitas manusia melibatkan adanya teknologi, salah satunya memakai *smartphone* untuk komunikasi (Farkhah dkk, 2023). Abad ke 21 merupakan lahirnya *smartphone* memberikan andil dalam perubahan pesat bagi sektor komunikasi dan perilaku masyarakat (Putra dkk 2022). *Smartphone* menjadi populer karena membuat hidup orang-orang menjadi lebih mudah (Kwon, 2013). Semakin populernya *smartphone* secara global mengubah cara berkomunikasi dan mendapatkan informasi, minat ,nilai dan keinginan penggunaanya, hal ini tentunya akan memicu kekhawatiran penggunaanya yang berlebihan dan resiko kecanduan (Panova dan Carbonell, 2018).

Smartphone digunakan untuk beraktivitas hampir dari berbagai kalangan termasuk mahasiswa (Putri dan Afdal, 2024). *Smartphone* tidak hanya sebagai alat komunikasi, bagi anak muda yang bergantung pada teknologi sudah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat di era globalisasi (Hermawan, Ninghardjanti, dan Subarno,2023). Indonesia menjadi salah satu negara dengan intensitas penggunaan *smartphone* yang cenderung tinggi terutama pada kalangan mahasiswa (Syifa, 2020). Hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Internet Indonesia (APJII) (2025) menunjukkan berdasarkan aktivitas kelompok pengguna di Indonesia, secara berurutan mulai dari tinggi ke rendah yaitu sekolah/kuliah (86,30%), bekerja (78,57%), mengurus rumah tangga (77,57%), pensiunan (77,22%), dan tidak/belum bekerja (67,22%).

Penggunaan *smartphone* yang bergantung pada tuntutan profesional, sosial, atau akademik menjadikan profesional dan akademisi bergantung pada pemakaian *smartphone* (Panova dan Carbonell, 2018). Kemunculan *smartphone* menjadi keuntungan tersendiri bagi lingkup akademisi terutama mahasiswa (Syifa, 2020). *Smartphone* sebagai alat komunikasi dan berbagai macam media memberikan kecepatan dan kemudahan dalam mendapatkan akses pesan dan informasi terbaru (Erwinda, 2023). *Smartphone* dapat menghadirkan pengalaman unik dan beragam bagi penggunanya (Kuem dkk, 2020). *Smartphone* menyenangkan untuk digunakan dan kemudahan terhubung dengan orang dimanapun berada (Jamun dan Ntelok, 2022). Antusiasme dalam menggunakan *smartphone* menandakan pengalaman penggunaan yang memberikan manfaat dan kenikmatan luar biasa (Kuem dkk, 2020).

Smartphone saat ini dapat membantu melakukan banyak hal yang dulunya terbatas, saat ini lebih mudah mencari penerbangan sambil berolahraga, memesan makanan, atau menonton tayangan *talk show* dari tempat tidur (Erwinda, 2023). Mahasiswa memakai *smartphone* bertujuan untuk mengakses media sosial dan berkomunikasi di dunia maya dengan teman-temannya (Putra dkk., 2022). *Smartphone* digunakan mahasiswa dikarenakan aplikasinya memudahkan berkomunikasi dengan orang lain, mengakses e-mail, menikmati musik, video, film, game, dan manajemen jadwal (Yue dkk, 2022). *Smartphone* yang memiliki fitur audio maupun visual yang menarik sehingga menjadi sulit untuk melepaskan diri darinya, lalu untuk berkomunikasi dan media sosial ada berbagai macam fitur seperti *whatsapp*, *instagram*, *line*, *facebook*, serta lain sebagainya (Salsabila,

Sartika, dan Hendarso, 2024). Fitur-fitur yang terdapat dalam *smartphone* menjadikan mahasiswa jarang berinteraksi sosial dengan lingkungannya sehingga membuat mahasiswa kurang mengerti konsep komunikasi yang efektif, produktivitas yang tinggi, dan tingkat berpikir tinggi serta rasional sehingga menjadikan pola pikirnya sederhana (Jamun dan Ntelok, 2022).

Mahasiswa untuk memenuhi kebutuhan dari komunikasi sampai mendapatkan informasi cenderung bergantung pada *smartphone* (Nurhasanah, Nurdin, dan Kusuma, 2024). Individu yang cenderung bergantung memakai *smartphone* dan internet semakin meningkat sehingga menjadi pola hubungan sosial juga mengalami perubahan dalam berinteraksi sosial, dimana individu sibuk dengan *smartphonenya* daripada berinteraksi dengan lawan bicara atau membangun hubungan di lingkungannya (Rosdiana dan Hastutiningtyas, 2020). Mahasiswa mengalami permasalahan perubahan perilaku saat berinteraksi sosial dengan individu lainnya dengan mengalihkannya pada *smartphone* (Lestari dan Priyanggasari, 2022). Mahasiswa kebanyakan memakai *smartphone* untuk mendapatkan kesenangan sehingga menjadi lalai dalam mengerjakan tugas yang seharusnya (Anami dkk, 2021).

Individu kebanyakan menggunakan *smartphone* tapi tidak terlibat dalam interaksi langsung sehingga tampak mengabaikan orang disekitar dan fokus ke *smartphonenya* (Afnan dkk, 2020). Mahasiswa yang kurang berinteraksi sosial seperti tatap muka dengan orang lain dan terlihat kurang menghargai orang dilingkungan sekitarnya dapat menimbulkan dampak negatif bagi kehidupan sosial (Rahayu, 2021). Individu yang lebih suka duduk di kamarnya untuk menggunakan

smartphone daripada membangun hubungan sosial disekitarnya (Salsabila, Sartika, dan Hendarso, 2024). Menurut Rosdiana dan Hastutiningtyas, (2020) pada hasil penelitiannya mahasiswa mengalami interaksi sosial buruk, pada saat itu situasi saling mengacuhkan dikarenakan asik menggunakan *smartphone* dengan rata-rata membuka aplikasi *instagram*, *facebook*, dan *whatsapp*. Individu yang kurang melakukan interaksi dengan orang lain dalam bersosial akan dapat kehilangan kemampuan membangun komunikasi dan berhubungan dengan baik (Afnan dkk, 2020).

Individu dengan terganggunya interaksi sosial dengan lawan bicaranya akan cenderung memiliki perilaku yang disebut *phubbing* (Lestari dan Priyanggasari, 2022). *Phubbing* merupakan tindakan mengabaikan orang lain pada saat berada dalam suatu lingkungan sosial dengan menggunakan *smartphonenya*, apakah itu untuk melihat *facebook*, *whatsapp* atau aplikasi lainnya (Nazir dan Piskin, 2016). Menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) *Phubbing* terjadi apabila terdapat pengguna *smartphone* dalam lingkungan sosial yang terdiri dari dua orang atau lebih, individu tersebut berinteraksi dengan *smartphonenya* tanpa berinteraksi dengan orang disekitarnya. *Phubbing* lebih sering terjadi pada interaksi tatap muka ketika seseorang menggunakan *smartphonenya* (Sun dan Samp, 2021). *Phubbing* menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2018b) memiliki empat aspek yaitu: (1) *nomophobia*; (2) *interpersonal conflict*; (3) *self-isolation*; dan (4) *problem acknowledgement*. *Phubbing* menjadi salah satu budaya yang muncul disebabkan dampak dari modernisasi yang tidak terkendali (Erwinda, 2023). Individu dengan perilaku *phubbing* akan berpura-pura memperhatikan ketika

berbicara padahal matanya sesekali melihat *smartphone* yang membuat orang lain tidak nyaman (Afnan dkk, 2020).

Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Margaretha dan Gina (2023) pada 105 mahasiswa yang berasal dari tujuh fakultas di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, sebanyak 79 (75,2%) mahasiswa masuk dalam tingkat *phubbing* tinggi. Hasil penelitian lain oleh (Taufiqurrahman dkk., 2024) di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Mataram dengan 152 responden mahasiswa, sebanyak 121 mahasiswa berada dalam kategori *phubbing* sedang (80%), sebanyak 26 mahasiswa dalam kategori *phubbing* tinggi (17%), dan sebanyak 5 mahasiswa dalam kategori *phubbing* rendah (3%).

Selanjutnya oleh Isrofin dan Munawaroh (2021) hasil penelitian pada 379 mahasiswa Universitas Negeri Semarang menunjukkan 203 mahasiswa dalam kategori tinggi (53,56%), 116 dalam kategori sedang (30,6%), dan 60 mahasiswa dalam kategori rendah (15,83%). Lalu pada hasil penelitian Prasad dan Syed (2025) pada 400 mahasiswa Telangana India sekitar 70% mengalami *phubbing* pada kehidupan sehari-harinya. Terakhir ada hasil penelitian dari Munoz-Carril dkk (2025) pada 1121 mahasiswa Northeastern Spain sekitar 67,3% sering melakukan *phubbing*. Berdasarkan beberapa penelitian diatas maka pada sebagian besar mahasiswa cenderung mengalami perilaku *phubbing*.

Sebagai data pendukung peneliti melakukan wawancara pada tanggal 14 Mei 2025 sampai 17 Mei 2025. kepada sepuluh responden mahasiswa di berbagai universitas yang aktif menggunakan *smartphone*. Pertanyaan yang digunakan dalam wawancara mengacu pada empat aspek *phubbing* yang dikemukakan

Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) yaitu: (1) *nomophobia*; (2) *interpersonal conflict*; (3) *self-isolation*; dan (4) *problem acknowledgement*. Berdasarkan hasil wawancara oleh peneliti, diperoleh aspek *nomophobia* menunjukkan sebanyak lima mahasiswa menyatakan adanya kecemasan ketika jauh dari *smartphone* sehingga selalu meletakkan di dekat dirinya. Berikut merupakan salah satu pernyataan subjek menjelaskan :

“...Aku hampir selalu taruh HP dekat sama aku, itu udah jadi kebiasaan aja dan misalnya kalau ngga ada HP di depan mata rasanya aneh aja seperti ada yang hilang. Rasanya sepi kalau ngga pegang HP...” (Wawancara personal subjek IA pada 14 Mei 2025).

Selanjutnya, pada aspek *interpersonal conflict* sebanyak enam mahasiswa menyatakan orang terdekat mengatakan banyak menggunakan *smartphone* dan merasa tersinggung ketika ditegur. Berikut salah satu pernyataan subjek menyebutkan:

“...Ibu yang paling sering ngomel kalau aku sering main Hp, daripada main HP mending nyapu rumah atau nyuci baju. Awalnya biasa aja tapi lama-lama kadang sakit hati aku kak sering diomelin gitu...” (Wawancara personal subjek NK pada 16 Mei 2025).

Pada aspek *self isolation* sebanyak delapan mahasiswa mengatakan memilih memperhatikan *smartphone* daripada terlibat dalam percakapan sosial di dekatnya dengan topik pembicaraan yang tidak diminati dan memilih mencari kesenangan lain lewat *smartphone*. Berikut merupakan salah satu pernyataan subjek menjelaskan :

“...Tergantung siapa yang lagi diajak bicara kak. Soalnya kalau obrolannya ngebosenin kandang tanpa sadar suka sesekali buka HP, tapi klo obrolannya asyik baru aku nyimak. Trus kadang aku ngga bisa diajak ngobrol kalau lagi fokus main game dan cuma kasih feedback iya iya aja...”
(Wawancara personal subjek FK pada 17 Mei 2025).

Selanjutnya terakhir pada aspek *problem acknowledge* sebanyak enam mahasiswa menyadari akan kesalahannya terlalu lama bermain *smartphone* tetapi masih kesulitan membatasi. Berikut pernyataan salah satu subjek menyebutkan:

“...Sering ngalami sih kak, apalagi kalau lagi nugas. Awal niatnya untuk hilangin bosen atau pas lagi break tapi malah keterusan lama. Pernah coba untuk ngga pegang HP tapi ngga tahan langsung ambil HP lagi, sekarang masih susah sih kalau mau konsisten...” (Wawancara personal subjek ST pada 16 Mei 2025).

Hasil wawancara diatas dapat diambil kesimpulan bahwa responden menunjukkan adanya perilaku *phubbing* berdasarkan dalam empat aspek skala *Generic Scale of Phubbing (GSP)* yang disusun oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2018).

Individu yang sering melakukan *phubbing* dapat mengalami masalah dalam keterampilan komunikasi seperti kesulitan dalam memahami percakapan dan menginterpretasikan isyarat sosial lainnya, serta menjaga kontak mata selama percakapan (Bulut dan Nazir, 2020). *Phubbing* tampaknya memiliki dampak negatif pada komunikasi dengan keluarga, guru, teman sebaya di sekolah, serta rekan kerja dan atasan di tempat kerja (Bulut dan Nazir, 2020). Perilaku *phubbing* memperburuk komunikasi yang mencerminkan dampak negatif nyata bagi

hubungan interpersonal dan perasaan *well-being* individu (Bajwa dkk, 2023). Semakin lama individu menggunakan *smartphonenya* maka semakin merasa terganggu lawan bicaranya karena mendapatkan perhatian yang berkurang saat berinteraksi (Abeele, 2019).

Phubbing menjadi elemen penting dalam pengucilan sosial, individu mendapat pengabaian dari orang lain meskipun ia berhadapan langsung secara fisik dengan orang tersebut, sehingga individu tersebut terkucilkan dari interaksi sosial (Chotpitayasunondh dan Douglas, 2018a). Menurut Putra dkk (2022) mengemukakan reaksi narasumber pada saat melihat lawan bicaranya sedang melakukan *phubbing* ialah sebagian besar narasumber merasa berinteraksi dengan orang asing dan merasakan terabaikan dan ketika mengajak lawan bicara berbincang yang ada yang terlihat tidak fokus. Individu yang melakukan *phubbing* akan memperhatikan *smartphone* dan mengabaikan lawan bicara pada saat berinteraksi secara langsung (Najah dkk, 2022).

Phubbing menjadi salah satu sikap etika yang buruk karena tidak menghargai lawan bicara (Afnan dkk, 2020). Perilaku *phubbing* yang semakin terus dibiarkan, relasi sosial antar individu dapat menurun dan mengganggu kehadiran individu dalam lingkup sosial (Salsabila, Sartika, dan Hendarso, 2024). Individu dengan kompetensi interpersonal baik akan mampu berinteraksi sosial dan membangun hubungan yang positif, sebaliknya jika individu dengan perilaku *phubbing* berpotensi mengurangi kompetensi interpersonal sehingga akan menyulitkan membangun komunikasi efektif dan sehat di lingkungan sosialnya (Şimşek dan Başaran, 2025).

Pentingnya interaksi sosial juga dikemukakan oleh beberapa pendapat, Damayanti, Hasyim, dan Hutari (2024) yang mengemukakan bahwa mahasiswa harus menyadari pentingnya adaptasi sosial, membangun hubungan positif, memanfaatkan interaksi saat berada di kampus untuk mengetahui kekuatan dan kelemahan diri sendiri, mendapatkan pengalaman yang beragam, sehingga dengan beberapa interaksi sosial yang terjadi menjadi alat pengembangan diri. Nurhasanah, Nurdin, dan Kusuma (2024) juga berpendapat mahasiswa perlu berinteraksi dengan individu lain, mampu mengambil keputusan, dan melaksanakan tanggung jawabnya selama berada dalam lingkungan berinteraksi sosial tersebut. Mahasiswa yang dapat melakukan interaksi sosial dengan baik, mudah mendapat teman dan sanggup mengatasi berbagai permasalahan dalam hubungan sosial (Lestari dan Priyanggasari, 2022).

Individu ketika berkumpul bersama keluarga menyimpan *smartphonenya* dan menggunakan waktunya untuk beraktivitas, sehingga nantinya tidak ada anggota keluarga yang terganggu disebabkan memakai *smartphone* berlebihan ((Putri, Pratitis, dan Arifiana, 2024). Individu diharapkan mampu bersikap baik dengan cara berperilaku baik dengan sopan, perhatian dan saling menghormati pada saat berkomunikasi dan berinteraksi dengan individu lain (Maibang dan Metia, 2024). Mahasiswa yang menjalin interaksi sosial dengan baik dan menghargai lawan bicara cenderung rendah melakukan phubbing (Nursakina dkk, 2025).

Timbulnya perilaku *phubbing* dipengaruhi oleh macam-macam faktor. Menurut Karadag dkk (2015) terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *phubbing* adalah: (1) adiksi *smartphone*; (2) adiksi internet; (3) adiksi

media sosial; dan (4) adiksi game. Faktor lainnya menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) yang dapat mempengaruhi *phubbing* yaitu: (1) adiksi internet; (2) *fear of missing out (FOMO)*; dan (3) kontrol diri. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi *phubbing*, peneliti tertarik meneliti faktor adiksi *smartphone* untuk dijadikan sebagai faktor dari penelitian ini. Adiksi *smartphone* memiliki pengaruh yang besar bagi individu melakukan *phubbing*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) mengungkapkan adiksi *smartphone* secara signifikan berpengaruh pada perilaku *phubbing*. Individu yang mengacuhkan lingkungan sosialnya dan memiliki adiksi *smartphone* berpeluang lebih melakukan tindakan *phubbing* (Margaretha dan Gina , 2023)

Adiksi *smartphone* menjadi faktor paling kritis dalam mendorong adanya perilaku *phubbing* (Şimşek dan Başaran, 2025). Jika dibandingkan dengan variabel lainnya seperti adiksi internet, adiksi *smartphone* masih tetap lebih dominan hal ini sesuai dengan hasil penelitian Mohammad dkk (2025) adiksi *smartphone* menempati posisi prediktor terkuat sedangkan adiksi internet menempati posisi moderat. Selanjutnya pada penelitian Karadag dkk (2015) pada lima variabel yang berpengaruh terhadap *phubbing*, adiksi *smartphone* menempati peringkat pertama dan adiksi internet menempati peringkat ke empat. Sehingga dari beberapa penelitian diatas adiksi *smartphone* menjadi variabel dominant memberikan kontribusi terhadap *phubbing*.

Kemudahan dalam penggunaan *smartphone* membuat individu tanpa sadar menjadi apatis terhadap orang disekitarnya yang menjadikannya antisosial, terasing, dan kurang peka pada individu yang melakukan *phubbing* terhadap

lingkungan sosialnya (Pranoto dan Walisyah, 2023). Ketidakmampuan mengontrol penggunaan *smartphone* meskipun memiliki efek negatif pada penggunanya dapat dianggap sebagai adiksi *smartphone* (Cha dan Seo, 2018).

Adiksi *smartphone* merupakan bentuk perilaku yang memiliki karakteristik kecanduan seperti toleransi terhadap kecanduannya, penarikan diri, kesulitan melakukan aktivitas, atau gangguan kontrol impuls (Kwon dkk, 2013). Menurut Lee dkk (2014) mendefinisikan adiksi *smartphone* adalah pemakaian *smartphone* hingga berlebihan sehingga memiliki pengaruh terhadap kehidupan sehari-hari individu tersebut. Menurut Bajwa dkk (2023) adiksi *smartphone* adalah kecanduan dengan empat elemen yaitu penggunaan *smartphone* secara kompulsif, penurunan sensitivitas toleransi penggunaan *smartphone* berlebih, penarikan diri, dan gangguan fungsional. Perilaku adiksi *smartphone* menurut Kwon dkk (2013) memiliki enam aspek yaitu: (1) gangguan kehidupan sehari-hari; (2) antisipasi positif; (3) penarikan diri; (4) hubungan berorientasi dunia maya; (5) penggunaan berlebihan; dan (6) toleransi.

Perilaku *phubbing* menjadi sebuah maladaptasi sosial baru yang memiliki kaitan erat dengan adiksi *smartphone* yang muncul karena individu lebih memprioritaskan *smartphone* daripada interaksi di dunia nyata (Li dkk, 2025). Hasil penelitian dari Gijwani dkk (2024) menemukan adanya perilaku *phubbing* dan adiksi *smartphone* banyak terjadi di kalangan mahasiswa kedokteran gigi. Individu yang melakukan adiksi *smartphone* akan memunculkan salah satu perilaku yang menonjol yang dikenal *phubbing* (Tufan, Köksal, dan Griffiths (2025). Adiksi *smartphone* diidentifikasi menjadi salah satu prediktor terkuat terjadinya *phubbing*,

dorongan tersebut dikarenakan peran penting dari ketergantungan digital (Şimşek dan Başaran, 2025).

Adiksi *smartphone* menurut penelitian Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) terdapat korelasi positif dengan perilaku *phubbing*. Hasil dari penelitian lainnya oleh Tufan, Köksal, dan Griffiths (2025) menunjukkan signifikansi yang positif antara korelasi adiksi *smartphone* dengan *phubbing*. Hal ini juga selaras dengan penelitian Margaretha dan Gina (2023) adanya hubungan positif mengarah pada signifikan diantara adiksi *smartphone* dengan perilaku *phubbing*, penyebab tingginya adiksi *smartphone* karena individu terobsesi terhadap *smartphonenya* dan tidak dapat meninggalkan *smartphone* dari pandangannya sehingga menimbulkan pengabaian individu terhadap apa yang terjadi di lingkungannya sehingga berpotensi memunculkan *phubbing*.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan, adapun rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara adiksi *smartphone* dengan *phubbing* pada mahasiswa?”.

Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara adiksi *smartphone* dengan *phubbing* pada mahasiswa.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai referensi dan menambah penelitian yang telah ada untuk ilmu psikologi mengenai hubungan antara adiksi *smartphone* dengan *phubbing* pada mahasiswa.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan informasi pada masyarakat mengenai gambaran adiksi *smartphone* dengan *phubbing* pada mahasiswa, sehingga pada akhirnya diharapkan dapat mendorong kesadaran menurunkan adiksi *smartphone* pada mahasiswa agar kecenderungan melakukan perilaku *phubbing* rendah.