

Paradoks *phubbing* dan *nomophobia* siswa dalam tinjauan bimbingan konseling

Sri Agustina Putri¹, Rezki Hariko^{1*}, Sawal Mahaly², Lisa Putriani¹

¹ Universitas Negeri Padang, Indonesia

² Universitas Pattimura, Indonesia

*Corresponding author, e-mail: hariko.r@fip.unp.ac.id

Abstrak

Perkembangan teknologi informasi turut memberikan dampak negatif terhadap kualitas interaksi dan komunikasi antar individu melalui kemunculan perilaku *phubbing*. Penelitian terdahulu menunjukkan pengaruh negatif perilaku *phubbing* terhadap perkembangan siswa, terutama penurunan prestasi belajar. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan perilaku *phubbing* siswa dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dan pendekatan deskriptif. 400 siswa SMAN 1 Kota Solok pengguna *smartphone* lebih dari 5 jam per hari dipilih sebagai responden penelitian menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Data dikumpulkan melalui pendistribusian instrumen *Generic Scale of Phubbing (GSP)* versi bahasa Indonesia (Isrofin, 2020). Data dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dengan mempertimbangkan nilai kecenderungan pemusatan dan penyebaran data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara umum perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori rendah. Namun demikian, terdapat beberapa aspek yang masih berada pada kategori sedang, salah satunya yaitu *nomophobia*. Dengan demikian, meskipun secara umum siswa tidak menampilkan perilaku *phubbing*, namun masih terdapat kecenderungan *nomophobia* yang cukup besar. Diperlukan penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling untuk memelihara kondisi positif siswa yang tidak menunjukkan perilaku *phubbing*, dan upaya terapeutik terhadap kondisi *nomophobia* siswa. Pembahasan fokus pada salah satu aspek perilaku *phubbing* yaitu *nomophobia*, serta implikasi terhadap pelayanan bimbingan dan konseling.

Keywords: *Phubbing*, *nomophobia*, teknologi informasi



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2025 by author.

Pendahuluan

Perkembangan teknologi menjadikan segalanya berjalan lebih mudah dan cepat serta dimanfaatkan untuk mendapatkan informasi, melakukan berbagai aktivitas, melihat berita yang disebarluaskan oleh media modern, seperti perangkat elektronik, televisi, radio, dan internet (Mahfudhoh dan Fatima, 2019). Penggunaan *smartphone* menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan kita, perangkat kecil ini telah merevolusi cara kita berinteraksi, bekerja, dan lainnya (Irrawati dan Nurmina, 2020). Pesatnya perkembangan teknologi di era digital tidak terlepas dari kemudahan yang diberikan oleh berbagai fitur *smartphone*. Penggunaan *smartphone* dapat menghabiskan waktu untuk menggunakan fitur internet, dan media sosial serta *smartphone* juga dimanfaatkan pada bidang pendidikan, mulai dari proses pembelajaran seperti penggunaan aplikasi *editing*, sosial media sebagai wadah pengumpulan tugas yang telah diberikan oleh guru menjadikan *smartphone* tentunya sudah menjadi hal biasa untuk dibawa ke sekolah. Namun, kurangnya pengawasan yang diberikan terutama pada penggunaan *smartphone* dikalangan para peserta didik dapat menyebabkan kecanduan, pada akhirnya hal ini akan berdampak negatif pada hasil belajar dan bahkan dapat menyebabkan kemerosotan peserta didik. (Nugraha, 2018; Fahrul, 2021). Dampak lainnya yang timbul adalah ketergantungan pada *smartphone*

yaitu kurangnya waktu berkomunikasi, menimbulkan kebiasaan yang tidak disenangi orang lain, menurunnya kreativitas, menurunkan motivasi peserta didik dan dapat menimbulkan gangguan fokus saat belajar sehingga menyebabkan menurunnya nilai akademik serta (Billieux et al., 2015; Yusnita, 2017; Utami & Kurniawati, 2019).

Turnbull (2010) menyatakan bahwa seseorang yang banyak menghabiskan waktu bermain *smartphone* dan mengakses internet memiliki sedikit waktu untuk berkomunikasi dengan orang lain secara nyata. Salah satunya yaitu perilaku *phubbing* (*phone and snubbing*), dimana perilaku ini dapat membuat orang lain kurang senang. *Phubbing* merupakan istilah yang digunakan pada perilaku mengabaikan orang lain saat melakukan interaksi sosial dengan cara lebih berfokus pada perangkat digital, seperti *smartphone* atau tablet, daripada berinteraksi dengan orang yang ada disekitarnya. Perilaku *phubbing* merupakan suatu perilaku ketika seseorang sedang berbicara kepada lawan bicara sambil melirik *smartphone*, menjawab panggilan telepon, *chatting*, atau memeriksa notifikasi setiap saat melakukan komunikasi secara nyata (Robert & David, 2016; Blachnio & Przepiorka, 2019). Sejalan dengan itu Nazir & Piskin (2016) juga berpendapat bahwa perilaku *phubbing* yaitu perilaku mengabaikan seseorang atau sekelompok orang dalam acara sosial dan membuka ponsel untuk membuka aplikasi sosial media lainnya, tentunya perilaku ini dapat memutus komunikasi interpersonal (Cizmeci, 2016).

Perilaku *phubbing* merupakan dampak negatif yang timbul akibat terlalu fokusnya seseorang terhadap dirinya sendiri atau bersikap acuh dan mengabaikan lingkungan sekitarnya daripada membangun sebuah percakapan (Handayani dan Husnita, 2021). Seseorang yang selalu memeriksa *smartphon*nya berpotensi untuk memunculkan perilaku *phubbing* (Hura, 2021). Penyebab perilaku *phubbing* adalah kecanduan internet, kecanduan media sosial, kecanduan game, depresi dan *nomophobia* (Afdal dkk, 2018). Karadag et al., (2015) menjelaskan bahwa terdapat dimensi kecanduan *game* sebagai penyebab seseorang melakukan perilaku *phubbing*. *Phubbing* merupakan budaya yang muncul karena adanya dampak dari modernisasi yang tidak terkendali (Afdal dkk, 2018). Faktor lainnya yang menjadi penyebab individu melakukan *phubbing* yaitu rasa takut tertinggal dan kontrol diri (Chotpitayasonondh & Douglas, 2016). Tingkat perilaku *phubbing* individu dapat berbeda-beda sesuai penelitian yang dilakukan oleh Saloom & Veriantari (2021) yang menyatakan bahwa adiksi media sosial, kontrol diri dan jenis kelamin memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku *phubbing*. sejalan dengan hal itu, Karadag et al., (2015) menemukan bahwa faktor yang menyebabkan perilaku *phubbing* adalah gender, kepemilikan *smartphone*, keanggotaan di media sosial, kecanduan ponsel, kecanduan sms, kecanduan internet, dan kecanduan game. Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri, Marjohan, Ifdil dan Hariko (2022) menyebutkan bahwa berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* adalah *FoMo*, *time distortion*, *poor reasoning*, *smartphone addiction*, *technology addiction*, dan *self-control*. Lebih lanjut, hasil penelitian Fitri & Hasmira (2024) menyebutkan bahwa perilaku *phubbing* disebabkan oleh faktor internal, yaitu kecanduan media sosial, merasa tidak nyaman, dan kurangnya kontrol diri, dan faktor eksternal yaitu kepentingan mendesak dan pengaruh teman.

Perilaku *phubbing* menyebabkan sejumlah dampak negatif bagi individu. Yang & Christofferson (2020) berpendapat bahwa dampak perilaku *phubbing* menyebabkan individu meremehkan orang lain, menurunkan kualitas pertemanan, dan meningkatkan perasaan kesepian. Dari sisi psikologis, perilaku *phubbing* dapat memicu masalah seperti kecemasan, depresi, serta meningkatkan perasaan kesepian (Farkhah & Saptiyani, 2023). Hasil penelitian Vanden Abeele et al., (2019) mengungkapkan bahwa *phubbing* terjadi pada individu dalam 62 dari 100 percakapan. Penelitian Syafitri (2023) menemukan bahwa terdapat pengaruh perilaku *phubbing* terhadap interaksi sosial. Khasanah et al., (2024) menemukan bahwa perilaku *phubbing* berdampak negatif pada hubungan interpersonal dan kesejahteraan psikologis individu. Penelitian Ghofurrohman et al., (2023) menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan anak menjadi tertutup, suka menyendiri, mengalami kesulitan tidur hingga risiko *cyberbullying*. Kemudian, penelitian Khairunnisa (2023) menemukan bahwa sejumlah besar responden (53.7%) memiliki tingkat keparahan

perilaku *phubbing* pada tingkat sedang. Berdasarkan bukti-bukti penelitian yang disajikan dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* merupakan fenomena negatif yang jamak terjadi pada remaja dan memerlukan perhatian lebih.

Kondisi perilaku *phubbing* yang terjadi dan sejumlah potensi dampak negatif yang dapat ditimbulkannya, menstimulasi perlunya upaya bantuan terhadap siswa dalam rangka mencegah maupun mengentaskannya. Konselor sebagai salah satu jenis pendidik yang ada di sekolah, bertanggungjawab dalam realisasi upaya-upaya tersebut melalui penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling memegang tugas dan tanggung jawab yang penting untuk mengembangkan lingkungan, membangun interaksi dinamis antara individu dengan lingkungan, membelajarkan individu untuk mengembangkan, merubah dan memperbaiki perilaku (Kamaluddin, 2011). Dalam hal ini, bimbingan dan konseling dapat dimaknai sebagai kegiatan profesional yang melibatkan hubungan antara seorang konselor dan individu (Hariko, 2017). Bimbingan dan konseling merupakan layanan yang dapat dilakukan dengan memberikan jasa, manfaat, atau kegunaan tertentu dalam pemecahan atau pencegahan masalah serta mengusahakan fasilitas pertumbuhan dan perkembangan individu (Hariko, 2016; Prayitno & Amti, 2004).

Metode

Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Sebanyak 400 siswa dari total 1.247 siswa SMAN 1 Kota Solok pengguna *smartphone* lebih dari 5 jam menjadi responden penelitian. Penetapan jumlah responden menggunakan rumus Slovin dan pemilihan responden menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Data dikumpulkan melalui pengadministrasian instrumen *Generic Scale of Phubbing (GSP)* versi bahasa Indonesia (Isrofin, 2020). Data yang terkumpul disajikan ke dalam tabel distribusi frekuensi untuk menampilkan sebaran jawaban responden. Simpulan hasil penelitian berdasarkan analisis deskriptif terhadap data dengan mempertimbangkan nilai kecenderungan pemusatan (*central tendency*) dan penyebaran (*variability*) data.

Hasil dan Pembahasan

Temuan penelitian tentang perilaku *phubbing* pada siswa dirangkum Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Perilaku *Phubbing* Siswa (n=400)

Kategori	Skor			
	Interval	% Interval	f	% f
Sangat Tinggi	≥ 63	≥ 83	2	1
Tinggi	51-62	67-82	24	6
Sedang	39-50	51-66	163	41
Rendah	27-38	35-50	181	45
Sangat Rendah	≤ 26	≤ 34	30	8

Berdasarkan paparan data pada Tabel 1 dapat dijelaskan bahwa frekuensi skor jawaban responden terbesar berada pada kategori rendah (45%). Namun, data secara jelas memperlihatkan bahwa persentase tersebut tidak berbeda secara signifikan dengan frekuensi skor jawaban responden pada kategori sedang (41%). Di sisi lain, masih terdapat skor jawaban responden pada kategori tinggi (6%) maupun sangat tinggi (1%), dan sangat sedikit skor jawaban responden pada kategori sangat rendah (8%). Hasil ini merefleksikan gambaran bahwa terdapat perilaku *phubbing* pada siswa, meskipun tidak pada kategori yang tinggi.

Berikutnya, guna penarikan kesimpulan deskriptif tentang perilaku *phubbing* siswa perlu dipertimbangkan nilai salah satu koefisien kecenderungan pemusatan data, yaitu *mean* dan nilai salah satu penyebaran data, yaitu standar deviasi berdasarkan nilai-nilai skor ideal, maksimal, minimal dan

total. Tabel 2 berikut menyajikan rangkuman nilai-nilai tersebut, baik untuk data variabel secara keseluruhan maupun masing-masing sub-variabel penelitian.

Tabel 2. Perilaku *Phubbing* Siswa (n=400)

No	Aspek	Skor						SD	Kat.
		Ideal	Maks.	Min.	Total	Rerata	% Rerata		
1	<i>Nomophobia</i>	20	20	4	4968	12,42	62,10	2,81	S
2	<i>Interpersonal conflict</i>	20	18	4	3053	7,63	38,16	2,7	R
3	<i>Self-isolation</i>	20	20	4	3244	8,11	40,55	3,03	R
4	<i>Problem Acknowledge</i>	15	15	3	3844	9,61	64,07	2,67	S
	Keseluruhan	75	68	15	15109	37,77	50,36	8,53	R

Berdasarkan Tabel 2 dapat dijelaskan bahwa secara keseluruhan perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori rendah ($\bar{x}=50,36\%$). Dapat disimpulkan bahwa siswa SMAN 1 Kota Solok sudah mampu mengelola diri terkait penggunaan *smartphone* sehingga tidak mengarah pada perilaku *phubbing*. Namun, tinjauan lebih cermat terhadap aspek penelitian memberikan informasi bahwa meskipun secara keseluruhan perilaku *phubbing* siswa berada kategori rendah, terdapat dua aspek penelitian yang masih perlu penjelasan khusus karena berada pada kategori sedang, yaitu *nomophobia* ($\bar{x}=62,10$) dan *problem acknowledge* ($\bar{x}=64,07$). Analisis lebih cermat terhadap data menunjukkan bahwa rentang antara persentase aspek-aspek penelitian yang berada pada kategori rendah dan aspek-aspek penelitian yang berada pada kategori sedang sangat besar. Sehingga, perlu ditegaskan bahwa meskipun secara keseluruhan perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori rendah, namun hal tersebut tidak sepenuhnya berlaku untuk aspek *nomophobia* dan *problem acknowledge*. Lebih lanjut, kondisi ini menjadi penekanan dalam pembahasan.

Perilaku *phubbing* adalah tindakan menghindari komunikasi interpersonal tanpa memperhatikan waktu dan mengabaikan oranglain saat terjadi percakapan nyata (Karadag., et., al., 2015, Saloom & Veriantari, 2021). Sejalan dengan hal itu Haigh (2015) menjelaskan bahwa *phubbing* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan tindakan mengabaikan lingkungan sekitar dan berfokus pada *smartphone*. Dampak yang dirasakan oleh korban yang mendapatkan perilaku *phubbing* tentulah tidak senang dan terluka oleh pengabaian yang diterima. Hasil penelitian yang dilakukan Silmi (2022) menunjukkan dampak dari perilaku *phubbing* adalah merusak kualitas hubungan, penurunan *mood* saat berinteraksi sosial, tidak fokus, merasa diabaikan, dan merasa tidak dihargai.

Hasil penelitian saat ini agak berbeda dengan beberapa penelitian terdahulu. Tsaqila (2019) dan Yakub & Mardes (2023) menemukan bahwa perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori sedang, dan penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Rismiyana et al., (2024) menemukan bahwa sebagian besar siswa menampilkan perilaku *phubbing*. Sementara itu, hasil penelitian saat ini menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori rendah. Aspek *problem acknowledge* menjadi aspek yang patut menjadi perhatian utama pada hasil penelitian saat ini karena rentan disalahartikan. Aspek *problem acknowledge* berada pada kategori sedang, tidak kongruen dengan hasil secara keseluruhan. Chotpitayasunondh & Douglas (2016) secara tegas menjadikan aspek ini sebagai bagian utama dalam memahami perilaku *phubbing*. Ketika remaja memiliki tingkat pengakuan masalah yang tinggi, mereka menyadari bahwa penggunaan *smartphone* mereka telah mengganggu interaksi sosial dan mengakui bahwa perilaku *phubbing* mereka berdampak negatif pada hubungan interpersonal. Kesadaran ini adalah langkah awal yang krusial untuk perubahan perilaku. Hasil penelitian yang menunjukkan kategori *problem acknowledge* sangat tinggi mengindikasikan adanya pemahaman yang baik di kalangan remaja tentang dampak *phubbing*. Dengan tingkat *problem acknowledge* yang tinggi, remaja lebih terbuka untuk menerima bantuan atau intervensi dan menyadari perlunya mengubah kebiasaan mereka dan meningkatkan keterampilan sosial. Pengakuan terhadap perasaan dan permasalahan berperan penting terhadap penyelesaian permasalahan (Govier, 2003), dalam hal ini tentunya permasalahan berupa perilaku *phubbing*. Dengan demikian, data pada aspek ini pada dasarnya berkesesuaian dengan data

pada hasil keseluruhan. Dalam hal ini, aspek *problem acknowledge* bersifat *unfavorable* terhadap perilaku *phubbing*, di mana kondisi *problem acknowledge* yang bagus berperan dalam penurunan tingkat perilaku *phubbing* siswa.

Selanjutnya, hasil pada aspek *nomophobia* juga menampilkan data yang tidak kongruen dengan hasil secara keseluruhan, yaitu berada pada kategori sedang. Berbeda dengan aspek *problem acknowledge* yang bersifat *unfavorable*, aspek *nomophobia* bersifat *favorable* terhadap variabel penelitian – demikian juga untuk aspek *interpersonal conflict* dan *self-isolation*. Secara sederhana, *nomophobia* dapat dipahami sebagai rasa takut berpisah tanpa membawa ponsel dan mempengaruhi berbagai bidang kehidupan seseorang karena ketergantungan pada *smartphone* (Syahputra & Erwinda, 2020). Sejumlah penelitian terdahulu mengungkapkan fakta bahwa jenis fobia modern ini cenderung dialami oleh sebagian besar siswa (As'ari et al., 2024; Muyana & Widyastuti, 2017). Dengan demikian, meskipun secara keseluruhan siswa tidak mengalami permasalahan terkait perilaku *phubbing*, diperlukan perhatian khusus terhadap aspek *nomophobia*. Merujuk pada argumen yang dikemukakan oleh Yildirim et al., (2016) tentang konsep *nomophobia*, artinya siswa mengalami perasaan takut berada di luar kontak *smartphone* atau terlalu lama tidak terhubung dengan *smartphone*. Diperlukan penelitian lebih lanjut tentang *nomophobia* pada siswa SMAN 1 Kota Solok.

Fenomena perilaku *phubbing* di kalangan remaja di sekolah harus disikapi secara tepat oleh semua pendidik, khususnya konselor sebagai pengampu pelayanan bimbingan dan konseling. Keberadaan bimbingan dan konseling sebagai profesi profesional di sekolah diharapkan mampu merespon kebutuhan siswa dalam memahami dirinya sendiri, lingkungan dan hal-hal lain yang berkaitan dengan kehidupan mereka (Hariko, 2017). Bagaimanapun, bimbingan dan konseling merupakan suatu ilmu yang berusaha memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan siswa (Hariko, 2016). Bimbingan dan konseling merupakan pelayanan dari, untuk, dan oleh manusia memiliki pengertian yang khas (Purwanti et al., 2013). Sekolah memerlukan bimbingan dan konseling peranan penting seiring berjalannya waktu (Agustina et al., 2019).

Sebagai penyelenggara layanan BK di sekolah, Guru BK/Konselor bertanggung jawab menyelenggarakan berbagai layanan yang bersifat bantuan kepada peserta didik sebagai upaya untuk mengentaskan permasalahan dan membantu perkembangan siswa secara optimal (Hariko, 2016; Prayitno, 2012). Guru BK/Konselor diharapkan dapat membantu siswa untuk dapat menerima dirinya sendiri dan memahami dirinya serta lingkungannya, agar peserta didik dapat memecahkan permasalahan pribadi dan sosial yang dihadapinya (Yusuf & Nurihsan, 2012). Guru BK diharapkan dapat menyediakan layanan yang tepat untuk seluruh peserta didik. Layanan yang tepat sasaran merupakan layanan yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik di sekolah dan memberikan efek yang baik kepada peserta didik (Sukmawati, dkk., 2022).

Beberapa layanan yang dapat dilakukan Guru BK/Konselor, yaitu bimbingan klasikal (misal, Permana & Masrukhin, 2022; Saputri et al., 2020), konseling kelompok (lihat Putri & Afdal, 2024; Saputri et al., 2020). Secara khusus dapat dikemukakan bahwa pelayanan format kelompok lebih diminati siswa karena diyakini lebih sesuai dengan karakteristik mereka sebagai remaja (lihat Hariko et al., 2021). Kondisi perilaku *phubbing* siswa hasil penelitian yang menunjukkan pada kategori rendah, memerlukan upaya pemeliharaan dan pengembangan melalui layanan bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok (lihat Firman et al., 2024; Hariko, 2020; 2021; Hariko, Hanurawan, et al., 2023; Hariko, Nirwana., et al., 2021). Kemudian, meskipun penelitian menunjukkan bahwa minat siswa untuk mengikuti konseling individual sangat bervariasi (lihat Hariko, 2018; Nofiani & Hariko, 2023), Guru BK/Konselor tentunya dapat menawarkan jenis layanan ini terhadap beberapa siswa yang membutuhkan. Bagaimanapun, sebaran data penelitian yang ditampilkan pada Tabel 1 menegaskan bahwa terdapat siswa dengan perilaku *phubbing* pada kategori tinggi dan sangat tinggi, meskipun dengan persentase yang kecil.

Simpulan

Temuan penelitian menyajikan data bahwa secara umum perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Kota Solok berada pada kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa tidak menampilkan perilaku *phubbing* dalam aktivitas sosial keseharian. Namun demikian, data lebih rinci menegaskan bahwa meskipun secara umum perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori sedang, hal ini tidak berlaku pada aspek *nomophobia*. Diperlukan penelitian lebih lanjut terkait keunikan data penelitian ini. Menyikapi hasil penelitian yang ditemukan, diperlukan pelayanan yang bersifat *developmental* untuk memelihara dan bahkan lebih meningkatkan kondisi positif yang sudah ada melalui penyelenggaraan layanan bimbingan klasikal ataupun bimbingan kelompok. Khusus siswa yang terindikasi memiliki perilaku *phubbing* pada kategori sedang, tinggi dan sangat tinggi, perlu dilakukan layanan yang bersifat terapeutik, misalnya konseling kelompok dan konseling individual.

References

- Afdal Afdal, Alizamar Alizamar, Ifdil Ifdil, Zadrian Ardi, Indah Sukmawati, Zikra Zikra, Asmidir Ilyas, Miftahul Fikri, Yuda Syahputra (2018) *An Analysis Of Phubbing Behaviour: Preliminary Research From Counseling Perspective*. Advances In Social Science, Education And Humanities Research, Volume 295.
- Agustina, L., Daharnis, D., & Hariko, R. (2019). Peran konselor dalam meningkatkan disiplin siswa: tinjauan berdasarkan persepsi siswa. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 3(1), 15–22.
- As'ari, N. L. P., Hariko, R., & Nurfarhanah, G. D. S. Gambaran Nomophobia Siswa SMA.
- Billieux, J., Maurage, P., Griffiths. (2015). *Can Disordered Mobile Phone Use Be Considered a Behavioral Addiction? An Update Oncurrent Evidence and a Comprehensive Model for Futire Research*. Springer Nature 2: 156-162
- Błachnio, A., & Przepiorka, A. (2019). Be aware! If you start using Facebook problematically you will feel lonely: Phubbing, loneliness, self-esteem, and Facebook intrusion. A cross-sectional study. *Social Science Computer Review*, 37(2), 270-278.
- Chotpitayasunondh, V. & Douglas, K. M. (2016). *How "Phubbing" Becomes The Norm: The Antecedents And Consequences Of Snubbing Via Smartphone*. *Computers In Human Behavior*, (63), 9-18.
- Cizmeçi, E., 2017. Disconnected, though satisfied: *phubbing* behavior and relationship satisfaction. *Turk. Online J. Design Art Commun.* 7 (2), 364–375.
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). *Phubbed And Alone: Phone Snubbing, Social Exclusion, And Attachment to Social Media*. *Journal of The Association for Consumer Research*, 155- 163.
- Farkhah, L., Saptyani, PM. (2023). Dampak perilaku *phubbing*: literatur review. *Jurnal keperawatan komplementer holistic*. Vol 1 no 2
- Firman, F., Zakaria, N. S., Rahman, N. A., Hariko, R., Susanto, E., Ramdani, R., & Asri, R. (2024). *Pencegahan Perundungan pada Remaja: Strategi dan Pendekatan Gestalt dalam Bimbingan Kelompok*. *Rajawali Pers*.
- Fitri, N., D & Hasmira., MH. (2024) *phubbing* dalam Interaksi Sosial di Lingkungan Mahasiswa UNP. *Jurnal Perpektif*. Vol. 7 No. 1
- Ghofururrohman, N., M., Wicaksono, R., N., Faristiana, A., R (2023). Pengaruh *smartphone* pada anak usia dini. *Jurnal sosial humaniora dan pendidikan* 3(2).
- Govier, T. (2003). What is acknowledgement and why is it important. *Dilemmas of reconciliation: Cases and concepts*, 65, 80.
- Haigh, A. (2015). *Stop Phubbing*.
- Handayani, A., P, Husnita. (2021). Pengaruh Perilaku Phubbing Terhadap Berkurangnya Intensitas Komunikasi Keluarga Pada Masa Pandemi Covid-19. *Komunikatif: Jurnal Ilmu Komunikasi*. Vol. 10 No. 2.
- Hariko, R. (2016). Ilmu Bimbingan Dan Konseling. Nilai Dan Kesejahteraan Individu : Studi Literatur. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*. Vol 4 No 2

-
- Hariko, R. (2017). Landasan Filosofis Keterampilan Komunikasi Konseling. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*. Vol. 2
- Hariko, R. (2018). Are high school students motivated to attend counseling. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 3(1), 14-21.
- Hariko, R. (2020). *Pengembangan model bimbingan kelompok agentik untuk meningkatkan perilaku prososial siswa sekolah menengah pertama* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Malang).
- Hariko, R. (2021). *Bimbingan Kelompok Agentik: Model peningkatan perilaku prososial siswa*. CV Literasi Nusantara Abadi.
- Hariko, R., Hanurawan, F., Ramli, M., Afdal, A., Lestari, M., Fikri, M., & Suri, G. D. (2023). Towards an effective agentive group guidance model to improving the prosocial behavior of Minangkabau adolescents. *Journal for ReAttach Therapy and Developmental Diversities*, 6(6), 198-208.
- Hariko, R., Nirwana, H., Fadli, R. P., Ifdil, I., Hastiani, H., & Febriani, R. D. (2021). Students' motivation to attend group guidance based on gender and ethnic. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 5(1), 85-96.
- Hura, S., M., (2021). Pengaruh Fear of Missing Out Terhadap Perilaku Phubbing Pada Remaja. *Jurnal Psikologi* 19(2)
- Irrawati, A., N, Nurmina. (2020). Perbedaan Perilaku Phubbing Pada Dewasa Awal Dalam Situasi Hubungan Keluarga, Hubungan Pertemanan. Dan Hubungan Percintaan Di Kota Bukittinggi. *Jurnal Psikologi Proyeksi*. Vol. 15 No. 2.
- Isrofin, B. (2020). Validasi generic scale of *phubbing* (GSP) versi Bahasa Indonesia dengan rasch model. *Nusantara of Research : Jurnal Hasilhasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 7(1). Doi: 10.29407/nor.v7i1.13883
- Kamaluddin, H. (2011). Bimbingan Dan Konseling Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*. Vol. 17 No. 4
- Karadag, E., (2015). Determinants of Phubbing, Which Is The Sum of Many Virtual Addictions: A Structural Equation Model. *Journal Of Behavioral Addictions*, 4(2), 60-74.
- Mahfudhoh, Fatimah (2019). Strategi Pemanfaatan Gadget Pada Santriwati di Pondok Pesantren As-Salafy Al- Asror (Studi Kasus As-Salafy Pada Santriwati Pelajar di Yayasan Al-Asror). *Journal Of Education, Society, And Culture*. Vol 8 No, 2.
- Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2017). *Nomophobia* (No-Mobile Phone Phobia) Penyakit Remaja Masa Kini. *Prosiding Seminar Nasional Peran Bimbingan dan Konseling Dalam Penguatan Karakter*, 280-287.
- Nazir, T & Piskin, M. (2016). *Phubbing : a Technological Invasion Which Connected The World But Disconnected Humans*. *Indian Psychology* 3(68)
- Nofiani, D., & Hariko, R. (2023). Interest Of Student SMPN 1 Painan Following Individual Counseling. *Current Issues in Counseling*, 3(1), 30-35.
- Nugraha, K., A. (2018). *The Effectiveness of Peripheral Interaction Concept for Mobile Phone Usage While Driving*. *International Conference on Information and Communications Technology (Icoiact)*.
- Permana, V. S. Y., & Masrukhin, A. R. (2022). Live modeling efektivitas bimbingan klasikal dengan teknik live modeling dalam memperbaiki perilaku phubbing siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kencong-Jember. *JEC: Journal of Educational Counseling*, 2(1), 25-51.
- Prayitno & Amti, E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang
- Putri, Y., E., Marjohan, Ifdil dan Hariko., R.(2022) Perilaku Phubbing Mahasiswa. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)* Vol 7 No. 3
- Putri., J., A & Afdal. (2024) Phubbing Behavior Pada Mahasiswa yang Terlambat Studi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 8(1)
-

-
- Rachman, A., Setiawan, M. A., Bawimbang, J. E., & Rachman, F. (2019). Layanan Bimbingan Klasikal Dampak Phubbing pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 25 Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(3), 293-298.
- Rismiyana, R., Umar, N. F., & Buchori, S. (2024). Analisis Perilaku Phubbing (Phone Snubbing) dan Penanganannya. *KONSELING: Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 5(3), 75-79.
- Saloom, G., & Veriantari, G. (2021). Faktor-Faktor Psikologis Perilaku Phubbing. 9(2), 152– 167
- Saputri, D. N., Anggriana, T. M., & Kadafi, A. (2020, September). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Phubbing. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling* (Vol. 4, No. 1, pp. 26-30).
- Silmi., A. (2022) Dampak Psikologis Perilaku Phubbing dalam Berinteraksi Sosial Pada Mahasiswa. Skripsi
- Sukmawati, I., Afdal, A., Andriyani, W., & Fikri, M. (2022). Kesehatan Reproduksi Remaja: Konsep Dasar dan Modul Pelayanan Bimbingan dan Konseling. Padang: FIP UNP.
- Syafitri, R. (2023). Pengaruh Perilaku *phubbing* dan Penggunaan Media Sosial terhadap Interaksi Sosial (Studi Pada Mahasiswa S1 Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan 2019, 2020, dan 2021). Skripsi
- Syahputra, Y., & Erwinda, L. (2020). Perbedaan *nomophobia* Mahasiswa; Analisis Rasch. *JUPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 6(2), 69-76. [https://doi.org/10.29210/0202061611Tambusai.8\(1\)](https://doi.org/10.29210/0202061611Tambusai.8(1))
- Tsaqila., H., Q. (2019) Gambaran Perilaku Phubbing Pada Remaja Pengguna Ponsel di MAN 13 Jakarta. Skripsi
- Turnbull, C. (2010). Mom just facebooked me and dad knows how to text. *The Elon Journal of Undergraduate Research in Communications*.
- Utami, A., N & Kurniawati, F. (2019). Dampak Negatif Adiksi Penggunaan *smartphone* terhadap Aspek-aspek Akademik Personal Remaja. *PERSPEKTIF Ilmu Pendidikan*. Vol. 33 No. 1
- Vanden Abeele, M. M., Hendrickson, A. T., Pollmann, M. M., & Ling, R. (2019). Phubbing behavior in conversations and its relation to perceived conversation intimacy and distraction: An exploratory observation study. *Computers in Human Behavior*, 100, 35-47.
- Yakub, E., & Mardes, S. (2023). Analisis perilaku Phubbing dan faktor penyebabnya. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21), 723-735.
- Yang, C. C., & Christofferson, K. (2020). On the phone when we're hanging out: Digital social multitasking (DSMT) and its socioemotional implications. *Journal of youth and adolescence*, 49, 1209-1224.
- Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322–1331.
- Yusnita, Y., & Syam, M, H. (2017). Pengaruh Perilaku Phubbing Akibat Penggunaan Gawai Berlebihan Terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 2(3)