

Hubungan Kecenderungan Adiksi Internet dengan Perilaku *Phubbing* pada Siswa SMAN 1 Batang Anai

Yulisa Hamidah^{1*}, Zadrian Ardi²

¹Universitas Negeri Padang 1,

²Universitas Negeri Padang 2

*Corresponding author, e-mail: yulisahamidah29@gmail.com

Abstract

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya fenomena yang terjadi pada siswa SMAN 1 Batang Anai yang banyak menggunakan *smartphone* disetiap aktivitasnya, baik itu saat belajar, jam kosong, dan juga saat berinteraksi dengan oranglain. Hal tersebut cenderung membuat kurangnya rasa saling menghargai dengan teman. Karena terlalu sibuk dengan *smartphone* dan terkesan mengabaikan lawan bicara. Fenomena seperti ini dikenal dengan istilah *phubbing*. *Phubbing* merupakan singkatan dari *phone* dan *snubbing* adalah sebuah fenomena yang terjadi akibat perkembangan zaman. Perilaku *phubbing* ini tanpa disadari terjadi pada interaksi manusia dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut juga disebabkan oleh perkembangan teknologi saat ini. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk; (1) mendeskripsikan tingkat kecenderungan adiksi internet pada siswa, (2) mendeskripsikan tingkat perilaku *phubbing* siswa, dan (3) menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kecenderungan adiksi siswa dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai. Metode penelitian yang digunakan ialah deskriptif dan korelasional. Penelitian ini dilakukan terhadap siswa kelas X, XI, dan XII SMAN 1 Batang Anai tahun ajaran 2023/2024. Jumlah sampel sebanyak 285 siswa dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket kecenderungan adiksi internet dan perilaku *phubbing* dengan model skala *likert*. Data dianalisis menggunakan teknik *Pearson Product Moment Correlation*.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan: (1) kecenderungan adiksi internet siswa tergolong sedang (2) perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori sedang (3) terdapat hubungan yang positif signifikan dengan derajat hubungan yang kuat antara kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* dengan koefisien sebesar 0,663 dengan nilai signifikan 0,001. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat kecenderungan adiksi internet siswa maka semakin tinggi pula perilaku *phubbing* siswa, sebaliknya semakin rendah tingkat kecenderungan adiksi internet siswa maka semakin rendah pula perilaku *phubbing* siswa. Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kecenderungan adiksi internet dan perilaku *phubbing* siswa berada pada taraf sedang, jika tidak diatasi segera maka perilaku tersebut akan meningkat dan berada pada taraf tinggi. Oleh karena itu hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman dalam pemberian layanan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah. Layanan yang tepat sasaran yang dapat mencegah serta mengurangi perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai.

Keywords: *Smartphone*, Adiksi Internet, Perilaku *Phubbing*.

*Corresponding author, e-mail: yulisahamidah29@gmail.com.



Introduction

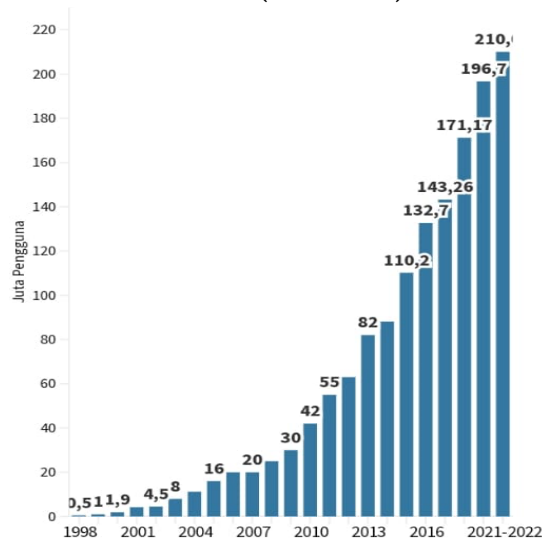
Semakin berkembangnya zaman, berkembang pula teknologi dan informasi, salah satunya adalah kehadiran *smartphone*. *Smartphone* merupakan telepon seluler dengan fitur dan fungsi yang lebih menguntungkan disamping fungsi tradisional yang hanya untuk melakukan panggilan telepon dan pesan teks (Sarwar, 2013). *Smartphone* memiliki banyak fitur seperti *game*, akses internet dan jejaring sosial, olah pesan, video, multimedia, dan fitur navigasi. *Smartphone* dapat digunakan sebagai alat untuk meningkatkan produktivitas pembelajaran, media interaksi yang bebas dari halangan jarak, dan waktu, serta membantu siswa dalam mencari, serta mendapatkan ilmu pengetahuan dengan cepat, dimana saja dan kapan saja (Syahyudin, 2019). Ketergantungan remaja terhadap *smartphone* tanpa disadari membuat mereka menjadi anti sosial, bagi mereka pertemanan, kebersamaan, dan komunikasi hanya di dunia maya bukan di dunia nyata. Sehingga membuat mereka kehilangan kemampuan untuk bersosialisasi secara langsung (Budiono, 2020). Siswa semestinya menggunakan *smartphone* dengan bijak, memanfaatkan media sosial untuk mencari informasi terkait tugas sekolah dan pelajaran (Ardi & Putri, 2020). Individu yang tidak mampu mengendalikan dirinya dalam memanfaatkan *smartphone* dengan bijak akan cenderung melakukan perilaku *phubbing* (Kurnia, 2020).

Phubbing digambarkan sebagai perilaku individu yang melihat *smartphone* selama melakukan percakapan dengan orang lain, sehingga mengabaikan komunikasi interpersonalnya (Karadag *et al*, 2015). *Phubber* (sebutan untuk pelaku *phubbing*) seringkali mengabaikan pentingnya menjaga dan mengembangkan hubungan dengan tidak berkomunikasi dengan orang lain (Nazir & Piskin, 2016). Perilaku *phubbing* terjadi ketika seseorang berlebihan dalam penggunaan *smartphone* sehingga melakukan perilaku yang tidak pantas seperti mengabaikan interaksi dengan orang lain (Taufik *et al*, 2019). Sejalan dengan ini Sanjeev *et al*, (2018) menegaskan bahwa perilaku *phubbing* merupakan perilaku yang seharusnya memperoleh perhatian khusus sebab perilaku tersebut dapat mengakibatkan seseorang dianggap apatis sehingga rawan terkena konflik sosial dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekitar, sehingga prestasi belajar menjadi menurun yang akan berdampak pada penurunan secara kualitas pendidikan. Selaras dengan itu Afdal *et al* (2019) juga mengatakan bahwa perilaku *phubbing* dapat menyebabkan prokrastinasi akademik, prestasi menjadi rendah, gangguan pada konsentrasi, hilangnya komunikasi interpersonal, serta hilangnya pengungkapan sosial. Sama halnya dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Suhendri dan Nugroho (2022) terhadap 250 siswa SMAN 14 Pekanbaru, mendapatkan hasil bahwa terdapat 88 siswa atau sekitar 35,2% siswa melakukan *phubbing* yang tergolong kedalam kategori sedang. Siswa yang melakukan *phubbing* cenderung mengalami kesulitan menyusun dan menetapkan sebuah rencana, sehingga mereka cenderung membuat rencana yang tidak terstruktur dan tidak konsisten.

Penelitian Karadag *et al* (2016) yang dilakukan kepada Sembilan (9) siswa di Turki, menemukan bahwa perilaku *phubbing* memiliki dampak negatif pada kemampuan berkomunikasi, kesulitan dalam membangun dan mempertahankan perhatian terhadap lawan bicara yang dilakukan bersamaan dengan menggunakan *smartphone* serta memungkinkan timbulnya kesalahpahaman dalam diskusi. Pada penelitian tersebut juga didapatkan hasil dari *exploratory* faktor analisis terhadap dua aspek dari perilaku *phubbing* tersebut ialah gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Pada penelitian (Karadag *et al*, 2015) ditemukan juga faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* ialah: 1) adiksi terhadap *smartphone*, 2) adiksi terhadap sosial media, 3) adiksi terhadap *game*, dan 4) adiksi terhadap internet. Dari penjelasan diatas diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* adalah adiksi internet.

Soetejo (2012) mengatakan bahwa remaja melakukan interaksi sosial dan berkomunikasi dengan orang-orang diseluruh dunia menggunakan internet dengan fasilitas seperti, *browsing*, *chatting*, *search*, situs jejaring sosial dan e-mail. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2021-2022 terdapat 215,63 juta pengguna internet didalam negeri (APJII, 2022). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada grafik berikut ini:

Gambar 1. Jumlah Pengguna Internet di Indonesia (1998-2022)



Sumber: APJII 2022

Berdasarkan grafik diatas dapat dilihat bahwa penggunaan internet di Indonesia meningkat setiap tahunnya. Memang tidak dapat dipungkiri bahwa banyak hal yang dapat di akses melalui internet, seperti: hiburan, komunikasi, informasi, edukasi, transaksi, dan masih banyak lagi yang dapat memudahkan individu dalam menyelesaikan urusannya (Raharjo, 2021). Kemudahan yang ditawarkan menyebabkan individu cenderung mengalami adiksi internet. Young (1998) menyatakan bahwa adiksi internet adalah penggunaan internet secara berlebihan sehingga mengganggu pola tidur, mengganggu pekerjaan, mengganggu aktivitas sehari-hari, dan kehidupan sosial. Penggunaan internet secara berlebihan dapat membuat hubungan dengan orang lain menjadi renggang, seperti hubungan dengan teman dan keluarga hal tersebut terjadi karena waktu senggang yang seharusnya digunakan untuk kumpul bersama menjadi berkurang, hal tersebut mengakibatkan remaja menjadi terisolir dari teman-teman dan keluarganya dan juga sulit untuk berkonsentrasi dalam proses belajar disekolah (Sari *et al.*, 2018).

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan diperoleh informasi bahwa pada jam istirahat terlihat beberapa siswa sibuk dengan kegiatannya masing-masing salah satunya bermain *smartphone*, terlihat siswa sedang bermain *game online*, aktif bersosial media, selalu melihat notif yang masuk dan terfokus pada *smartphone* saat diajak berbicara dengan temannya, sehingga teman-temannya merasa tidak di dengarkan, diabaikan, diacuhkan, dan tidak dipedulikan sehingga mereka memilih untuk memainkan *smartphone* juga. Terdapat siswa yang sering mengecek notifikasi pada *smartphone* saat guru menerangkan pelajaran, sehingga siswa tidak memperhatikan dan tidak fokus mendengarkan materi yang disampaikan oleh guru.

Berdasarkan gambaran perilaku dan permasalahan tersebut penulis tertarik melakukan penelitian apakah terdapat "**Hubungan Kecenderungan Adiksi Internet dengan Perilaku Phubbing pada Siswa SMAN 1 Batang Anai**". Hasil dari penelitian ini nantinya dapat dijadikan

sebagai pedoman dalam pemberian layanan oleh guru Bimbingan dan Konseling di sekolah. Layanan yang tepat sasaran dapat mencegah serta mengurangi perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai.

Method

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan penelitian deskriptif korelasional yang bertujuan untuk mendeskripsikan kecenderungan adiksi internet (X) dan perilaku *phubbing* (Y), serta untuk mengetahui hubungan kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket kecenderungan adiksi internet dan perilaku *phubbing* dengan model skala *likert*. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif (Azwar, 2021) dan teknik *Pearson Product Moment Correlation* dengan bantuan program *SPSS for Windows versi 29.0*.

Results and Discussion

1. Deskripsi Data Kecenderungan Adiksi Internet

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan berkenaan dengan variabel adiksi internet, maka diperoleh hasil keseluruhan yang ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 1. Rangkuman Tabel Hasil Penelitian Variabel Kecenderungan Adiksi Internet

No	Aspek	Kategori	Interval	F	Persentase
1.	<i>Salience</i> (Menganggap penting)	Sangat tinggi	≥ 20	29	10
		Tinggi	18 – 19	63	22
		Sedang	16 – 17	102	36
		Rendah	14 – 15	59	21
		Sangat Rendah	≤ 13	31	11
2.	<i>Mood Modification</i> (Perubahan suasana hati)	Sangat tinggi	≥ 18	12	4
		Tinggi	16 – 17	51	18
		Sedang	14 – 15	104	36
		Rendah	12 – 13	77	27
		Sangat Rendah	≤ 11	41	14
3.	<i>Tolerance</i> (Toleransi)	Sangat tinggi	≥ 14	4	1
		Tinggi	.11 - 13	39	14
		Sedang	10. - 11	114	40
		Rendah	8. - 9	100	35
		Sangat Rendah	≤ 7	28	10
4.	<i>Withdrawal Symphoms</i> (Penarikan)	Sangat tinggi	≥ 17	10	4
		Tinggi	14 - 16	46	16
		Sedang	11. -13	123	43
		Rendah	8. - 10	83	29
		Sangat Rendah	≤ 7	23	8
5.		Sangat tinggi	≥ 19	6	2
		Tinggi	16 - 18	48	17

	<i>Problem and Conflict</i> (Masalah dan Konflik)	Sedang	13 - 15	131	46
		Rendah	10. - 12	71	25
		Sangat Rendah	≤ 9	29	10
6.	<i>Relapse</i> (Kambuh)	Sangat tinggi	≥ 17	7	2
		Tinggi	15 - 16	48	17
		Sedang	13 - 14	93	33
		Rendah	11. - 12	86	30
		Sangat Rendah	≤ 10	51	18
7.	<i>Loss of Control</i> (Kehilangan Kendali)	Sangat tinggi	≥ 17	8	3
		Tinggi	15 - 16	45	16
		Sedang	13 - 14	109	38
		Rendah	11. - 12	86	30
		Sangat Rendah	≤ 10	37	13
8.	<i>Denial and Concealment</i> (Penyangkalan dan penyembunyian)	Sangat tinggi	≥ 11	10	4
		Tinggi	9. - 10	63	22
		Sedang	7. - 8	107	38
		Rendah	5. - 7	82	29
		Sangat Rendah	≤ 4	23	8
Keseluruhan	Sangat tinggi	≥ 115	15	5	
	Tinggi	104 – 114	67	24	
	Sedang	93 – 103	112	39	
	Rendah	82 – 92	70	25	
	Sangat Rendah	≤ 81	21	7	

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui informasi kecenderungan adiksi internet siswa SMAN 1 Batang Anai. Secara keseluruhan menunjukkan sebanyak 112 (39%) orang siswa memiliki kecenderungan adiksi internet yang sedang, sebanyak 70 (25%) orang siswa berada pada kategori rendah, sebanyak 67 (24%) orang siswa berada pada kategori tinggi, sebanyak 21 (7%) orang siswa berada pada kategori sangat rendah, dan sebanyak 15 (5%) orang siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Selanjutnya deskripsi rata-rata dan persentase kecenderungan adiksi internet berdasarkan sub variabel dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Deskripsi Rata-Rata (*mean*) dan Persentase (%) Kecenderungan Adiksi Internet Berdasarkan Sub Variabel

No	Sub Variabel	Rata-rata Capaian		
		Skor	%	Kategori
1.	<i>Salience</i>	16	65,99	Sedang
2.	<i>Mood Modification</i>	14	69,46	Sedang
3.	<i>Tolerance</i>	10	64,40	Sedang
4.	<i>Withdrawal Symptoms</i>	11	56,63	Sedang
5.	<i>Problem and Conflict</i>	13	53,16	Sedang
6.	<i>Relapse</i>	13	62,70	Sedang

7.	<i>Loss of Control</i>	13	64	Sedang
8.	<i>Denial and Concealment</i>	7	47,70	Sedang
Keseluruhan		97	60,93	Sedang

Tabel 10 menunjukkan secara keseluruhan dari sub variabel kecenderungan adiksi internet siswa berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 97 (60,93%). Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis pada masing-masing sub variabel yaitu *salience* berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 16 (65,99%) Sama halnya yang dijelaskan oleh Sari, *et al* (2018) bahwa *salience* terjadi ketika seseorang menjadikan internet sebagai sesuatu yang sangat penting dalam hidupnya, sehingga mendominasi pikiran, perasaan, dan tingkah lakunya. Seseorang yang mengalami kecenderungan adiksi internet selalu terfokus memikirkan aktifitas online saja. Mereka akan memikirkan tentang apa yang akan ia lakukan jika nanti *smartphonenya* sudah terhubung dengan internet (Kuss & Griffth, 2015).

Mood modification berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 14 (69,46%), sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hakim dan Raj (2017) bahwa ketika mengakses internet secara terus-menerus dapat menimbulkan rasa senang dan bahagia namun ketika individu dalam kondisi offline maka dapat menimbulkan perubahan suasana hati. Pendapat tersebut didukung oleh hasil penelitian Chastanti (2020) yang menyatakan bahwa ketika *smartphone* yang dimiliki terhubung ke internet, siswa merasa senang, tenang, dan bahagia karena bisa melihat informasi terbaru dan merasa tidak ingin berhenti untuk terus melihat vidio yang disukai di internet.

Tolerance berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 10 (64,40%), sesuai dengan pernyataan Young (2011) yang menyatakan bahwa seseorang yang mengalami kecenderungan adiksi internet memiliki beberapa kriteria diantaranya ialah mereka membutuhkan waktu tambahan untuk mendapatkan kepuasan dalam menggunakan internet, hal itulah yang membuat individu sulit untuk mengatur waktu dalam penggunaan internet setiap harinya. Pernyataan tersebut diperkuat oleh hasil penelitian Chastanti (2020) bahwa tingginya tingkat kecenderungan internet pada siswa dipengaruhi oleh keasikan dalam bermain internet, memerlukan waktu tambahan untuk mengakses internet, tidak mampu mengontrol penggunaan internet setiap harinya, mengakses internet lebih lama dan menjadikan internet sebagai pelarian untuk mendapatkan kesenangan.

Withdrawal symptoms berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 11 (56,63%), Young (1998) mengatakan bahwa individu yang mengalami kecenderungan adiksi internet akan mengalami perubahan mood ketika ia mencoba untuk mengurangi durasi dalam penggunaan internet. Jika individu yang mengalami kecenderungan adiksi internet mencoba untuk mengurangi penggunaan internet maka akan menimbulkan masalah pada psikologis dan juga masalah fisik, seperti mudah marah, merasa tidak nyaman, sedih, sakit kepala, dan lainnya (Kuss & Griffth, 2015).

Problem and conflict berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 13 (53,16%), Penggunaan internet secara berlebihan akan menghambat fungsi individu dalam kesehariannya seperti munculnya konflik dengan lingkungan sekitar, dengan pekerjaan, bahkan konflik dengan diri sendiri. Selain itu individu yang mengalami kecenderungan adiksi

internet biasanya memiliki masalah sosial dengan lingkungannya karena lebih memilih untuk menghabiskan waktu dengan mengakses internet (Kusumo & Jatmika, 2020: Chastanti, 2020)

Relapse berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 13 (62,70%), Hal tersebut sesuai dengan pendapat Young (2011) yang mengatakan bahwa individu yang mengalami kecenderungan adiksi internet juga memiliki keinginan untuk mencoba mengurangi atau berhenti dalam menggunakan internet namun mereka gagal dan kembali menggunakan internet secara terus-menerus karena memiliki kontrol diri yang kurang baik.

Loss of control berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 13 (64%), Kondisi dimana individu kehilangan kendali terhadap perilaku mereka yang dapat menimbulkan berbagai konsekuensi dari perilakunya tersebut, baik dari segi psikososial, pekerjaan, sekolah, hubungan, serta timbulnya gejala depresi. Hal ini sejalan hasil penelitian (Sulistio, 2020) menunjukkan bahwa penggunaan internet secara berlebihan dapat menyebabkan seseorang sulit untuk mengontrol diri ketika sedang mengakses internet sehingga akan membuat dirinya menjadi ketergantungan dengan internet.

Denial and concealment berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 7 (47,70%), aspek ini menggambarkan kondisi siswa yang mengalami kecenderungan adiksi internet yang berusaha untuk menyangkal dan menyembunyikan kondisinya dari orang-orang terdekat mereka, serta mereka tidak mau mengakui bahwa sebenarnya mereka tidak mampu untuk mengatasi kecanduan yang sedang mereka alami (Kuss & Griffth, 2015). Dalam penelitian ini dapat dibuktikan dengan adanya siswa yang marah ketika orangtuanya mengatakan bahwa dirinya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses internet dan adanya siswa yang menyembunyikan kesulitannya dalam mengatur penggunaan internet terhadap orangtua mereka.

2. Deskripsi Data Perilaku *Phubbing*

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan berkenaan dengan variabel perilaku *phubbing*, maka diperoleh hasil keseluruhan yang ditampilkan pada tabel berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Perilaku *Phubbing* (N=285)

No	Aspek	Kategori	Interval	F	Persentase
1.	<i>Salience</i> (Menganggap penting)	Sangat tinggi	≥ 25	17	6
		Tinggi	23 - 24	43	15
		Sedang	21 - 22	101	35
		Rendah	19 - 20	72	25
		Sangat Rendah	≤ 18	52	18
2.	<i>Mood Modification</i> (Perubahan suasana hati)	Sangat tinggi	≥ 56	7	2
		Tinggi	49 - 55	61	21
		Sedang	42 - 48	117	41
		Rendah	35 - 41	76	27
		Sangat Rendah	≤ 34	24	28

Keseluruhan	Sangat tinggi	≥ 77	14	5
	Tinggi	69 - 76	76	27
	Sedang	60 - 68	108	38
	Rendah	52 - 60	63	22
	Sangat Rendah	≤ 52	24	8

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui informasi perilaku *phubbing* siswa SMAN 1 Batang Anai. Secara keseluruhan menunjukkan sebanyak 108 (38%) orang siswa memiliki perilaku *phubbing* yang sedang, sebanyak 76 (27%) siswa berada pada kategori tinggi, 63 (22%) orang siswa berada pada kategori rendah, 24 (8%) orang siswa berada pada kategori sangat rendah, dan 14 (5%) orang siswa yang berada pada kategori sangat tinggi.

Selanjutnya deskripsi rata-rata dan persentase perilaku *phubbing* berdasarkan sub variabel dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Deskripsi rata-rata (mean) dan persentase (%) Perilaku *Phubbing* berdasarkan sub variabel

No	Sub Variabel	Rata-rata Capaian		
		Skor	%	Kategori
1.	Gangguan dalam komunikasi (<i>Communication Disturbance</i>)	21	69,40	Sedang
2.	Obsesi terhadap <i>smartphone</i> (<i>Smartphone Obsession</i>)	44	62,27	Sedang
Keseluruhan		64	64,43	Sedang

Tabel 4 menunjukkan secara keseluruhan dari sub variabel perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori sedang dengan rata-rata skor capaian 64 (64,43%), gangguan dalam komunikasi (*communication disturbance*) pada siswa berada pada kaegori sedang dengan rata-rata skor capaian 21 (69,40%), seperti halnya yang dikatakan oleh Afdal *et al* (2019) bahwa perilaku *phubbing* dapat menyebabkan prokrastinasi akademik, prestasi menjadi rendah, gangguan pada konsentrasi, hilangnya komunikasi interpersonal, serta hilangnya pengungkapan sosial. Sama halnya dengan hasil penelitian Suhendri dan Nugroho (2022) bahwa siswa yang melakukan *phubbing* cenderung mengalami kesulitan menyusun dan menetapkan sebuah rencana, sehingga mereka cenderung membuat rencana yang tidak terstruktur dan tidak konsisten.

Obsesi terhadap *smartphone* (*smartphone obsession*) pada siswa berada pada kaegori sedang dengan rata-rata skor capaian 44 (62,27%) Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Karadag *et al* (2015) bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang berperilaku *phubbing* ialah adiksi internet (*internet addiction*), internet merupakan salah satu fitur canggih yang disuguhkan oleh *smartphone*, dengan adanya internet semua orang dapat dengan mudah melakukan komunikasi jarak jauh, individu dapat mengakses apapun dengan mudah, dan mendapatkan informasi dengan mudah, ibaratkan dunia sudah berada didalam genggam, hal tersebut dapat membuat individu kecanduan karena dengan kemudahan yang diberikan. Jika waktu yang dihabiskan untuk mengakses internet meningkat, kecanduan *smartphone* juga akan meningkat.

3. Hubungan kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis penelitian terlihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Kolerasi Product Moment

		Kecenderungan Adiksi Internet	Perilaku <i>Phubbing</i>
Kecenderungan Adiksi Internet	Pearson Correlation	1	.663**
	Sig. (2-tailed)		<,001
	N	285	285
Perilaku <i>Phubbing</i>	Pearson Correlation	.663**	1
	Sig. (2-tailed)	<,001	
	N	285	285

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil perhitungan, diketahui terdapat hubungan yang positif signifikan derajat hubungan yang kuat antara kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai dengan koefisien sebesar 0,663 dan nilai signifikan 0,001 antara variabel kecenderungan adiksi internet (X) dengan perilaku *phubbing* (Y). Oleh karena itu, hipotesis kerja (H_a) yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif signifikan antara kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai dapat diterima. Besarnya korelasi 0,663 menunjukkan hubungan antara kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* berada pada kategori kuat, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kecenderungan adiksi internet siswa maka semakin tinggi pula perilaku *phubbing* siswa, sebaliknya semakin rendah tingkat kecenderungan adiksi internet siswa maka semakin rendah pula perilaku *phubbing* siswa.

Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Bimbingan dan konseling bertujuan untuk membantu individu mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan kemampuan dasar serta bakat yang dimilikinya, sehingga membantu individu menjadi pribadi yang mandiri dan mampu mewujudkan diri sendiri secara optimal (Prayitno & Erman Amti, 2004).

Adapun layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan kepada siswa untuk membantu mencegah dan mengurangi perilaku *phubbing* pada siswa, diantaranya sebagai berikut:

1. Layanan Informasi

Tanjung, Neviyarni dan Firman (2018) mendefinisikan layanan informasi sebagai suatu layanan bimbingan konseling yang diberikan kepada seseorang/kelompok untuk memahami serta mengetahui berbagai informasi sehingga memiliki pengetahuan yang memadai tentang dirinya serta lingkungannya dan dapat diaplikasikan sebagai acuan dalam pengambilan keputusan. Menurut Syukur, Neviyarni & Zahri (2019) layanan informasi merupakan layanan

yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Layanan informasi bertujuan agar seseorang dapat menguasai informasi yang diperlukan dalam kehidupannya untuk membantu perkembangannya sehingga terwujud Kehidupan Efektif Sehari-hari (KES) (Riska, 2013). Berdasarkan hasil penelitian, layanan informasi dapat diberikan kepada siswa yang berperilaku *phubbing* agar dapat memahami dan mengetahui dampak jika berperilaku *phubbing* yang berlebihan. Guru BK dapat memberikan informasi tentang apa itu perilaku *phubbing*, seperti "Tips menjadi pengguna *smartphone* yang bijak dan dampak positif dan negatif penggunaan *smartphone*".

2. Layanan Konseling Perorangan

Layanan konseling individual adalah layanan yang diberikan kepada klien yang mengalami permasalahan pribadi dan diharapkan permasalahan tersebut dapat diatasi melalui prosedur perorangan dan tentunya permasalahan yang dialami oleh klien diupayakan oleh klien itu sendiri (Prayitno & Amti, 2004).

3. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan ini merupakan salah satu layanan Bimbingan Konseling yang menggunakan dinamika kelompok. Prayitno (2013) mengartikan bimbingan kelompok sebagai upaya untuk membimbing anggota kelompok menjadi mandiri dan kuat. Layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk memperoleh pemahaman tentang topik yang dibahas, berkembangnya kemampuan dalam mengemukakan pendapat, menghargai orang lain, mendengarkan pendapat orang lain, dan berkembangnya sosialisasi serta komunikasi antar anggota kelompok. Berdasarkan hasil penelitian, guru BK dapat memberikan bimbingan kelompok agar siswa dapat memahami dampak dari perilaku *phubbing* yang berkaitan dengan upaya mencapai kemandirian dan mengoptimalkan perkembangan dalam bidang pribadi, sosial, dan belajar. Dalam bimbingan kelompok terdapat 2 jenis topik yaitu topik tugas dan topik bebas. Pada kesempatan ini guru BK dapat menggunakan topik tugas yang berkenaan dengan *smartphone* yang berlebihan serta cara menghormati sesama teman.

4. Layanan Konseling Kelompok

Layanan ini merupakan suatu proses pemberian bantuan untuk dapat mengentaskan masalah yang dihadapi oleh siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok (Sukmawati *et al*, 2019). Berdasarkan hasil penelitian, guru BK dapat memberikan konseling kelompok, yang akan membahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok yang berkaitan dengan penggunaan *smartphone* dan masalah sosial lainnya, yang nantinya anggota kelompok lain juga dapat memberikan solusi atas permasalahan anggota kelompok yang lain.

Conclusion

Berdasarkan hasil penelitian dari pengujian hipotesis mengenai hubungan kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 1 Batang Anai, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Secara umum tingkat kecenderungan adiksi internet pada Siswa di SMAN 1 Batang Anai berada pada kategori sedang dengan skor rata-rata 97 (60,93%).
2. Secara umum tingkat perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori sedang. Bila dilihat dari aspek gangguan komunikasi dan obsesi terhadap *smartphone* juga berada pada kategori sedang dengan skor rata-rata 64 (64,43%).

3. Terdapat hubungan yang positif signifikan antara kecenderungan adiksi internet dengan perilaku *phubbing* siswa dengan koefisien korelasi sebesar 0,663. dan nilai signifikansi 0,001 temuan ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi kecenderungan adiksi internet siswa maka semakin tinggi juga perilaku *phubbing* dan sebaliknya semakin rendah kecenderungan adiksi internet siswa maka semakin rendah juga perilaku *phubbing*.

References

- Afdal, A., Alizamar, A., Ildil, I., Sukmawati, I., Zikra, Z., & Ilyas, A. (2019). *An analysis of phubbing behaviour : preliminary research from counseling perspective. In 1 st International Conference on Education Science and Teacher Profession (ICETep 2018) 295, 270– 273).*
- Ardi, Z., & Putri, S. A. (2020). *The Analysis Of The Social Media Impact On The Millennial Generation Behavior And Social Interactions. Southeast Asian Journal of Technology and Science, 1(2), 70–77.*
- Azwar, S. (2021). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Budiono, A.N. (2020). *Phubbing & Komunikasi Sosial “Studi Empiris Dalam Perspektif Psikologi: Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Kualitas Komunikasi Sosial Siswa. Jakarta Timur (Jember)”*: Uij-Kyai Mojo.
- Karadag, E., Tosuntas, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Sahin, B. M., Culha, I., & Badabag, B. (2015). *Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: a structural equation model. Journal Behav Addict, 4(2), 60-74. https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005*
- Karadag, E., Tosuntas, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., & Sahin, B. O. (2016). *The Virtual World's Current Addiction: Phubbing. The Turkish Journal on Addictions, 1(1), 1–20. https://doi.org/10.15805/addicta.2016. 3.0013*
- Kuss D. J., & Griffith. M. D. (2015). *Internet Addiction In Psychotherapy. United Kingdom: Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1057/9781137465078.0001*
- Nazir, T., & Piskin, M. (2016). *Phubbing: A Technological Invasion Which Connected The Word But Disconnected Humans. The International Journal Of Indian Psychology, 3 (4), 2348-5396. Retrieved from <http://www.ijip.in>*
- Pramudiastuti, N. K., & Firman, F. (2016). *“Efektivitas Layanan Informasi Menggunakan Pendekatan Contextual Teaching and Learning (CTL) dengan Prinsip Konstruktivisme untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa”*. *Ilmiah Konseling, 2, 1–10.*
- Prayitno & Amti, E. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2013). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

-
- Raharjo, D. P. (2021). *Intensitas Mengakses Internet dengan Perilaku Phubbing*. 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Sandi, A., & Firman, F. (2022). *Improving Student Adjustment in Learning in the New Normal Era through Group Guidance Using a Behavioristic Approach with Modeling Techniques*. *International Journal of Applied Counseling and Social Sciences*, 4(1), 15-21.
- Sanjeev D, Davey A, Raghav santosh k., Singh J v., Singh N, Blachnio A, et al. *Predictors and Consequences of "Phubbing" among adolescents and youth in India: An impact evaluation study*. *J. Fam. Community Med*. 2018; IX(1):34–41.
- Sari, A. P., Ilyas, A., & Ifdil, I. (2018). "Tingkat Kecanduan Internet pada Remaja Awal". 3, 110–117. <https://doi.org/10.29210/02018190>
- Sari, I. P., Ifdil, I., Sano, A., & Yendi, F. M. (2020). *Self-Control of Adolescent in using Smartphone*. *JAIPTEKIN (Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia)*, 101–109.
- Sarwar, M. (2013). *Impact of Smartphone 's on Soci ety*. 98(2), 216–226.
- Sukmawati, I., Neviyarni, N., Karneli, Y., & Netrawati, N. (2019). *Penilaian dalam Konseling Kelompok Gestalt*. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 4(1). <https://doi.org/10.29210/02353jpgi0005>
- Syukur, Y, Neviyarni, & Zahri. (2019). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Purwokerto: IRDH.
- Tanjung, R. F., Neviyarni, N., & Firman, F. (2018). *Layanan informasi dalam peningkatan keterampilan belajar mahasiswa STKIP PGRI sumaterabarat*. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 3(2).
- Taufik, et al. (2019). *Phubbing Behavior In Indonesian Students*. *International Journal Of Innovation, Creativity and Change*.5(6).
- Young, K. S. (1998). *Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder*. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10/1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S., & Abreu, C., N. (2011). *Internet Addiction: A Handbook and Guide To Evaluation And Treatment*. New Jersey: Jhan Willey & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118013991>