

Gambaran Perilaku Phubbing pada Siswa di SMA N 1 Sungai Penuh

Randa Mahda Saputra¹, Indah Sukmawati²

^{1,2} Universitas Negeri Padang

e-mail: randamsaputra11@gmail.com

Abstract

Latar belakang penelitian ini adalah adanya fenomena banyaknya penggunaan gadget yang juga dilakukan bersamaan dengan terjadinya komunikasi sosial antara siswa. *Phubbing* didefinisikan sebagai cara untuk menghina lawan bicara, dengan cara terfokus melihat gadget yang pada waktu yang sama juga digunakan. Perilaku *phubbing* terjadi akibat kurangnya pemahaman siswa terhadap penggunaan *smartphone* dan kurangnya kemampuan siswa dalam mendengarkan orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku *phubbing* pada siswa yang ditinjau dari aspek *nomophobia*, *self isolation*, *interpersonal conflict*, dan *problem acknowledge*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Subjek penelitian berjumlah 292 orang siswa dari kelas X dan XI SMA N 1 Sungai Penuh. Gambaran perilaku *phubbing* tersebut dianalisis dengan teknik analisis deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* pada siswa berada pada kategori sedang (71,38%). Perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa ditinjau dari aspek *nomophobia* berada pada kategori sedang (72,12%). Pada aspek *interpersonal conflict* juga berada pada kategori sedang (70,90%). Pada aspek *self isolation* perilaku *phubbing* siswa berada pada kategori sedang (65,31%), sedangkan pada aspek *problem acknowledge* (72,86), perilaku *phubbing* pada siswa berada pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian ini, konselor dapat memberikan bantuan berupa layanan informasi, dan layanan konseling kelompok dalam mereduksi perilaku *phubbing* yang terjadi pada siswa.

Keywords: *Phubbing*, Siswa

Introduction

Setiap orang menerima dan mempertimbangkan dalam menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi dengan orang lain saat berada dalam suasana grup atau ruangan, saat berbicara dengan mereka atau sebaliknya, saat berpartisipasi dalam forum diskusi, dan sebagainya (Afdal, et al., 2018) termasuk dalam pendidikan. Penggunaan *smartphone* dalam bidang Pendidikan akan menjadikan pembelajaran menjadi lebih interaktif, lebih menarik, dan berwarna serta tidak membosankan (Yazdi, 2012). Namun untuk mencapai hal ini, dibutuhkan inovasi pembelajaran yang dilaksanakan oleh pendidik, maka pendidik di zaman ini harus bisa menguasai proses digitalisasi dari pendidikan itu sendiri, karena siswa yang

*Corresponding author, e-mail: randamsaputra11@gmail.com



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2021 by Author

saat ini melaksanakan pendidikan, merupakan digital *native*, yang merupakan generasi yang tumbuh dan berkembang dalam proses majunya teknologi itu sendiri (Supratman, 2018).

Adanya perkembangan teknologi yang begitu pesat, pola interaksi juga ikut berubah, dari interaksi yang dilakukan secara langsung, bertransformasi menjadi interaksi yang dilakukan menggunakan perangkat seperti *smartphone*, dan komputer. Perangkat digital seperti *smartphone* dan komputer bisa digunakan sebagai alat untuk meningkatkan produktivitas pembelajaran, media interaksi yang terbebas dari halangan jarak, dan waktu, serta membantu siswa dalam mencari, dan mendapatkan ilmu pengetahuan dengan cepat, dimana saja dan kapan saja (Syahyudin, 2019), namun disamping itu *smartphone* juga menjadi sumber masalah dalam interaksi berupa tidak mempedulikan lingkungan (Basit, Purwanto, Kristian, & Pratiwi, 2022).

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan menjadi permasalahan, saat siswa melakukan interaksi dengan sesama, penggunaan *smartphone* kerap kali menjadi gangguan dari interaksi yang terjadi, hal ini disebut juga dengan *phubbing* (Topan, 2016). *Phubbing* sendiri merupakan tanda dari berbagai macam gangguan dan kecanduan dari penggunaan *smartphone*, sejalan dengan itu *phubbing* didefinisikan sebagai cara untuk menghina lawan bicara, dengan cara terfokus melihat *gadget* pada waktu yang sama juga digunakan (Davey & dkk, 2018).

Menurut Chotpitayasonondh & Douglas (2018) *phubbing* dipengaruhi oleh beberapa hal diantaranya adalah *nomophobia* yang merupakan perilaku kecemasan yang ditimbulkan karena seseorang yang bersangkutan tidak bersama *smartphone*, pada tahun 2014 dari 1000 orang terlibat dalam survei *nomophobia* 84% diantaranya dengan rentang usia 19-24 tahun (Mayangsari, 2015). Konflik interpersonal (*interpersonal conflict*) juga menjadi penyebab dari terjadinya *phubbing*, kemudian mengisolasi diri (*self isolation*), dan menghindarkan diri secara sengaja, ataupun dikarenakan konflik sosial akan menimbulkan perilaku *phubbing* (Farhan & Rosyidah, 2021). Pelaku *phubbing* yang mengetahui bahwa dirinya melakukan *phubbing* (*problem acknowledge*) juga menjadi hal yang akan menimbulkan *phubbing* terjadi secara tidak sadar, maupun sadar, dan berdampak kepada lingkungan sosialnya, rasionalnya saat sadar pelaku mengetahui bahwa dia melakukan *phubbing*, namun saat tidak sadar perilaku dari pelaku ini terjadi begitu saja sehingga terjadinya *phubbing* (Karadag dkk, 2015).

Bentuk-bentuk perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa antara lain menatap *smartphone* sambil berbicara dengan orang lain, mengabaikan percakapan yang ada, ketergantungan pada *smartphone*, serta melakukan sedikit interaksi sosial dengan lingkungan. Berdasarkan hasil pengumpulan data, perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa SMA Negeri 1 Sungai Penuh adalah sering merasa gelisah jika jauh dari *smartphone*, sering merasa ketinggalan informasi ketika tidak dapat mengakses sosial media, dan siswa merasa tidak tahan jika tidak memegang *smartphone* dalam waktu yang lama.

Perilaku *phubbing* berdampak terhadap kepuasan berinteraksi, dikarenakan kurang terhubungnya antara satu dan lainnya, dan merasa kurang dalam kebutuhan untuk dihargai. Perilaku *phubbing* menyebabkan seseorang menjadi sibuk dengan ponselnya dibandingkan harus berinteraksi dengan lawan bicara atau membangun hubungan dengan lingkungan. Jika salah satu individu menggunakan ponsel saat terlibat perbincangan bukan tidak mungkin bahwa mereka tidak dapat menerima informasi dengan maksimal, selain itu hubungan emosional tidak akan terjalin dengan harmonis sebab komunikasi tidak dapat berjalan dengan baik. Oleh karena itu peneliti ingin melihat bagaimana perilaku *phubbing* yang terjadi pada siswa kelas X dan XI SMA N 1 Sungai Penuh.

Method

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran perilaku *phubbing* pada siswa. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMA N 1 Sungai Penuh dengan total sampel 292 orang responden. Pengumpulan data menggunakan instrumen berupa kuesioner perilaku *phubbing* dengan model skala *Likert*. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan program *SPSS for Windows versi 25.0*.

Results and Discussion

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data pada bagian ini, maka hasil penelitian diuraikan sebagai berikut:

Perilaku *Phubbing*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* pada siswa SMA N 1 Sungai Penuh rata-rata berada pada kategori sedang dengan rata-rata hasil skor 82 (71,38%). Hal ini bermakna rata-rata siswa SMA N 1 Sungai Penuh memiliki perilaku *phubbing*. Gambaran hasil penelitian tentang perilaku *phubbing* pada siswa SMA N 1 Sungai Penuh ditunjukkan pada tabel 1 dan 2 berikut ini.

Tabel 1. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Perilaku *Phubbing* berdasarkan Sub Variabel

NO	Aspek <i>Phubbing</i>	Skor Ideal	Skor Minimal	Rata-rata			
				Skor Tertinggi	Skor Terendah	Mean	%
1	<i>Nomophobia</i>	40	8	40	20	30	72,12
2	<i>Self Isolation</i>	20	4	20	6	14	70,90
3	<i>Interpersonal Conflict</i>	30	6	30	8	20	65,31
4	<i>Problem Acknowledged</i>	25	5	25	7	18	72,86
	Keseluruhan	46	0	115	55	82	71,38

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa secara keseluruhan rata-rata perilaku *phubbing* berada pada angka 71,38% yang dapat dianggap bahwa perilaku *phubbing* rata-rata terjadi pada siswa SMA N 1 Sungai Penuh. Terlihat pada hasil penelitian yang dimana menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* yang terjadi rata-rata berda pada kategori sedang. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor seperti kecanduan media sosial yang dimana ketika seseorang melihat atau memeriksa media sosialnya dan memperhatikan antusiasme yang dialami rekan kerjanya dan ingin tetap terhubung dengan apa yang mereka lakukan (Przybylski, dkk, 2013). Selain itu, dapat pula disebabkan oleh perkembangan teknologi yang kian berkembang sehingga kebutuhan terhadap teknologi semakin meningkat yang menyebabkan siswa akhirnya mengalami ketergantungan akan penggunaan *smartphone* (Alamudi & Nadjib, 2019).

Tabel 2. Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Perilaku *Phubbing* berdasarkan Sub Variabel

No.	Aspek	Kategori	Interval	f	%
1	<i>Nomophobia</i>	Sangat Tinggi	≥37	18	6,16%
		Tinggi	33-36	60	20,55%
		Sedang	29-32	109	37,33%
		Rendah	25-28	83	28,42%
2	<i>Self Isolation</i>	Sangat Rendah	24	22	7,53%
		Sangat Tinggi	>19	31	10,62%
		Tinggi	16-18	83	28,42%
		Sedang	13-15	79	27,05%
3	<i>Interpersonal Conflict</i>	Rendah	10-12	76	26,03%
		Sangat Tinggi	> 25	68	23,29%
		Tinggi	21-24	59	20,21%
		Sedang	17-20	86	29,45%
4	<i>Problem Acknowledge</i>	Rendah	13-16	61	20,89%
		Sangat Rendah	< 12	18	6,16%
		Sangat Tinggi	> 22	30	10,27%
		Tinggi	18-21	164	56,16%
KESELURUHAN		Sedang	14-17	75	25,68%
		Rendah	10-13	20	6,85%
		Sangat Rendah	< 9	3	1,03%
		Sangat Tinggi	≥105	8	2,74%
		Tinggi	92-104	62	21,23%
JUMLAH				254	100%

Berdasarkan tabel 2 di atas, ditemukan 8 orang (2,74%) orang siswa yang melakukan *phubbing* pada kategori tinggi, sedangkan di kategori sedang terdapat 94 (32,19) siswa yang melakukan *phubbing* pada kategori ini. Walaupun sebagian besar siswa melakukan *phubbing* pada kategori rendah sejumlah 104 siswa (35,62) namun hal tersebut tetap saja harus menjadi perhatian untuk diatasi karena perilaku *phubbing* merupakan perilaku yang dapat memberikan dampak negatif karena *phubbing* menjadikan siswa tidak dapat menerima informasi dengan maksimal, selain itu hubungan emosional tidak akan terjalin dengan harmonis sebab komunikasi tidak dapat berjalan dengan baik.

Jika dilihat berdasarkan masing-masing aspek perilaku *phubbing*, pada aspek *nomophobia* masih ditemukan 18 (6,16%) orang siswa yang berada pada kategori sangat tinggi walaupun sebagian besarnya masih berada pada kategori sedang. Pada aspek ini bisa terjadi karena *nomophobia* merupakan hasil dari kecanggihan teknologi *smartphone* dengan fasilitas yang memudahkan manusia dan menjadikan penggunaannya merasa nyaman, cemas dan khawatir jika tidak dapat menjangkaunya (Sari, Ifdil & Yendi, 2020). Selanjutnya pada aspek *self isolation*, meskipun terdapat 23 (8%) orang siswa dengan kategori rendah, namun pada kategori sangat tinggi masih terdapat 31 (10,62%) yang dimana mengungkapkan bahwa

siswa akan lebih cenderung memainkan *smartphone* dibandingkan berinteraksi tatap muka dengan lingkungan sosialnya. Perilaku *phubbing* pada aspek *interpersonal conflict* yang terjadi di siswa SMA N 1 Sungai Penuh terlihat bahwa 87 (29,69%) berada pada kategori sedang yang menunjukkan bahwa bahwa perilaku *phubbing* dapat menimbulkan konflik antar personal. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanika (2015) mengemukakan bahwa 64% responden merasa terganggu jika lawan bicaranya menggunakan *smartphone* apalagi jika hal tersebut dilakukan sepanjang percakapan berlangsung. Sedangkan pada aspek *problem acknowledge* menunjukkan bahwa 164 siswa (56,16%) berada pada kategori tinggi yang berarti rata-rata siswa mengakui dan sadar bahwa dirinya melakukan *phubbing* dan cenderung lebih banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone* mereka. Siswa yang sadar dan merasa memiliki masalah *phubbing*, seperti terlalu lama melihat *smartphone* mengetahui orang lain tidak menyukai perbuatannya karena terlalu lama menggunakan *smartphone* disebabkan oleh kurangnya kontrol diri pada diri siswa. Kurnia, Sitasari & Safitri (2020) remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah, maka remaja cenderung kurang dapat menahan dirinya terhadap penggunaan *smartphone*.

Implikasi dalam Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa layanan yang dapat diberikan oleh konselor terkait dengan perilaku *phubbing* pada siswa adalah sebagai berikut:

Layanan informasi

Layanan informasi berperan penting untuk memberikan bekal kepada mahasiswa dengan bermacam hal yang berguna untuk merencanakan, mengenal, serta mengembangkan pola kehidupan yg positif (Tanjung, R.F., Neviyarni., & Firman. 2018). Menurut Abivian (2022) melalui layanan informasi diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada peserta didik akan dampak dari perilaku *phubbing* dan upaya preventif dalam mencegah dan mengurangi munculnya perilaku *phubbing* di kalangan remaja.

Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok digunakan untuk pengembangan pribadi dengan tujuan membahas dan memecah masalah yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok (Prayitno, Afdal, Ifdil, Ardi, 2017). Layanan konseling kelompok dibagi menjadi 7 jenis yang antara lain *mutual sharing group*, *education group*, *discussion group*, *task group*, *growth group*, *therapy group* dan *family group* (Sukma, D., 2018).

Konseling Kelompok dinggap efektif dalam meningkatkan kesadaran siswa akan bahaya perilaku *phubbing*, salah satunya dengan menciptakan elemen peniruan tingkah laku. Penelitian yang dilakukan oleh Isnaeni, Wibowo & Mugiarto (2018) menyatakan bahwa hasil pelaksanaan konseling kelompok mampu mendorong siswa untuk lebih aktif dan peka terhadap lingkungan sekitarnya serta lebih aktif dalam berinteraksi dengan anggota kelompok lainnya. Selain itu, selaras penelitian yang dilakukan oleh Saputri, Anggriana & Kadafi (2020) mengenai efektifitas layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* untuk mengurangi perilaku *phubbing*, saat melakukan *treatment* para anggota mulai berperan dan mampu mendalami karakter dalam salah satu bentuk *treatment* dan mulai membuka pemikiran bahwa penerimaan diri itu sangatlah penting untuk dirinya sendiri maupun orang lain. Serta, penelitian yang dilakukan Kadafi, Pratama,

Suharni & Mahmudi (2020) memperoleh hasil bahwa melalui konseling kelompok realita efektif dalam membantu permasalahan siswa dan efektif untuk menurunkan tingkat perilaku phubbing pada remaja.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang perilaku *phubbing* pada siswa kelas X dan XI SMA N 1 Sungai Penuh, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa berada pada kategori sedang dengan hasil skor rata-rata adalah 82 dengan persentase 71,38%. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa perilaku *phubbing* banyak terjadi pada siswa. Terkait perilaku tersebut, beberapa layanan Bimbingan dan Konseling dapat dilakukan untuk mereduksi perilaku *phubbing* yang antara lain adalah layanan informasi dan layanan konseling kelompok.

References

- Abivian, M. (2022). Gambaran Perilaku Phubbing dan Pengaruhnya terhadap Remaja pada Era Society 5.0. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(2), 155-164. <https://10.24235/prophetic.v5i2.12786>
- Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Ardi, Z., Sukmawati, I., Zikra, Z., Syahputra, Y. (2018). An Analysis of Phubbing Behaviour: Preliminary Research from Counseling Perspective. *International Conference on Educational Sciences and Teacher Profession* (pp. 270-273). Padang: Atlantis Press. <https://10.2991/icetep-18.2019.65>
- Alamudi, & Nadjib, F. (2019, Oktober 01). *Sosial Phubbing di kalangan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makasar*. Retrieved from Digital Library Universitas Negeri Makassar <http://eprints.unm.ac.id/15027>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of "Phubbing" on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 1-13. <https://10.1111/jasp.12506>
- Davey, S., & dkk. (2018). Predictors and consequences of "Phubbing" among adolescents and youth in India: An impact evaluation study. *Journal of Family and Community Medicine*, 25(1), 35-42.
- Farhan, Y. T., & Rosyidah, R. (2021). Hubungan antara Self Esteem dengan Kecenderungan Nomophobia pada Mahasiswa Perempuan di Surabaya. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 12(2), 162-179. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v12i2.11921>
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena phubbing di era milenia (ketergantungan seseorang pada smartphone terhadap lingkungannya). *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 42-51. <https://doi.org/10.14710/ijfst.v4i1.141-150>
- Isnaeni, N., Wibowo, M. E., & Mugiarto, H. (2018). Meningkatkan perilaku altruisme pada siswa sekolah menengah pertama (SMP) melalui konseling kelompok. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 7(1). <https://doi.org/10.15294/ijgc.v7i1.17710>
- Kadafi, A., Pratama, B. D., Suharni, S., & Mahmudi, I. (2020). Mereduksi Perilaku Phubbing melalui Konseling Kelompok Realita Berbasis Islami. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 5(2), 31-34. <http://dx.doi.org/10.26737/jbki.v5i2.1721>
- Karadag, E., & dkk. (2015). Determinants of Phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60-74. <https://10.1556/2006.4.2015.005>

-
- Kurnia, S. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku phubbing pada remaja di Jakarta. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 18(01). <https://doi.org/10.47007/jpsi.v18i01.81>
- Mayangsari, A. P., & Ariana, A. D. (2015). Hubungan antara self-esteem dengan kecenderungan nomophobia pada remaja. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*, 4(3), 157-163.
- Prayitno, Afdal, Ifdil, Ardi, Z., 2017. *Layanan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in human behavior*, 29(4), 1841-1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Sari, I. P., Ifdil, & Yendi, F. M. (2020). Konsep Nomophobia pada Remaja Generasi Z. *Jurnal Riset Tindakan Kelas* 5, 1.
- Sari, I. P., Ifdil, & Yendi, F. M. (2020). Konsep Nomophobia pada Remaja Generasi Z. *Jurnal Riset Tindakan Kelas* 5, 1. <https://doi.org/10.29210/3003414000>
- Sukma, D. 2018. Concept and application group guidance and group counseling base on Prayitno's paradigms. *Jurnal Konselor*. Vol. 7, No.2. <https://doi.org/10.24036/02018728754-0-00>
- Supratman, L. (2018). Penggunaan Media Sosial oleh Digital Native. *Jurnal Ilmu Komunikasi* 15 (1), 47-60.
- Syahyudin, D. (2019). Pengaruh Gadget Terhadap Pola Interaksi Sosial dan Komunikasi Siswa. *Gunahumas* 2, 1. <https://doi.org/10.17509/ghm.v2i1.23048>
- Tanjung, R., Neviyarni., & Firman. 2018. Layanan informasi dalam peningkatan keterampilan belajar mahasiswa STKIP PGRI Sumatera Barat. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*. 3(2),155-164. <http://dx.doi.org/10.30870/jpbk.v3i2.3937>
- Topan, A. (2016). Perilaku Mahasiswa Pengguna *Smartphone* di Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Tanjungpura Pontianak. *Sociologique*, 4 (4).
- Trismawati, Astuti, A. P., Bahri, M. S., Basit, A., Indrati, W., Putri, F. A., Safira, M. (2022). Adaptasi Teknologi Informasi Pembelajaran Untuk Meningkatkan Efektifitas Keberhasilan Pembelajaran Daring Di SD Negeri Sumber Wetan 1 Probolinggo. *Jurnal Abdi Panca Marga* 3, 1. <https://doi.org/10.51747/abdipancamarga.v3i1.986>
- Yazdi, M. (2012). E-learning sebagai Media Pembelajaran Interaktif berbasis Teknologi Informasi. *Foristek*, 2(1).