

Perilaku *Phubbing* pada Remaja dalam Hubungan Keluarga

Faizah Rizqika Sugma Putri, Edwin Rochmad Mendiota, Fiola Rosa Anggela, Mutia Huzna
Avezahra*

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: mutia.husnaavezahra.fpsi@um.ac.id

Abstract

The process of developing times makes the development of technology and the internet also become more sophisticated. This is in line with the many conveniences offered for everyday life, such as the growing development of communication tools such as Smartphones. But even so, the existing developments also have more or less negative impacts. One of the negative impacts is the emergence of phubbing behavior in the community. This study describes the background behind the emergence of phubbing behavior in adolescence, especially in family relationships. This study uses a qualitative approach with data collection techniques using semi-structured interviews and participant observation as a whole. The study results show that the cause of phubbing behavior in adolescents during family events is due to an obsession with smartphones and FoMO (Fear of Missing Out). The obsession with smartphones found in the participants indicated that they felt left behind in all forms of information when not using smartphones, which was done because the participants had been used to playing smartphones since childhood and were not involved in conversations when gathering with family.

Keywords: phubbing; smartphone; teenagers; family

Abstrak

Proses berkembangnya zaman membuat perkembangan teknologi dan internet juga menjadi semakin canggih. Hal ini sejalan dengan banyaknya kemudahan yang ditawarkan untuk kehidupan sehari-hari, seperti semakin berkembangnya alat komunikasi seperti *smartphone*. Namun meskipun begitu, perkembangan yang ada juga sedikit banyak memiliki dampak negatif. Salah satu dampak negatif tersebut adalah munculnya perilaku *phubbing* pada masyarakat. Penelitian ini mendeskripsikan latar belakang di balik munculnya perilaku *phubbing* pada masa remaja, terutama dalam hubungan keluarga. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi-terstruktur dan observasi partisipan secara menyeluruh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab perilaku *phubbing* yang terjadi pada remaja saat acara keluarga adalah karena obsesi terhadap *smartphone* dan FoMO (*Fear of Missing Out*). Obsesi terhadap *smartphone* yang ditemukan dalam partisipan menunjukkan bahwa mereka merasa tertinggal akan segala bentuk informasi bila tidak menggunakan *smartphone*, yang mana hal tersebut dilakukan karena partisipan sudah dibiasakan bermain *smartphone* sejak kecil dan tidak dilibatkan dalam obrolan saat berkumpul dengan keluarga.

Kata kunci: *phubbing*; *smartphone*; remaja; keluarga

1. Pendahuluan

Semakin berkembangnya zaman, semakin berkembang juga teknologi dan internet, dimana semakin hari, kemudahan yang ditawarkan cukup banyak bisa membantu permasalahan di kehidupan sehari-hari. Tanpa disadari hal ini menimbulkan dampak negatif, yaitu munculnya perilaku *phubbing*. *Phubbing* sendiri merupakan singkatan dari kata *phone* dan *snubbing*, yang berarti menunjukkan sikap atau perilaku yang menyakiti lawan bicara karena penggunaan *smartphone* yang berlebihan (Hanika, 2015). Penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan berpengaruh terhadap seseorang dengan menimbulkan adanya ketergantungan terhadap *smartphone* (Vetsera & Sekarasih, 2019). Hal tersebut akan menyebabkan dampak kecanduan terhadap penggunaannya. Keinginan untuk *update* mengenai

kejadian yang berlangsung dan informasi, hiburan dan juga menunjukkan kegiatan atau capaian diri sendiri menjadi faktor penyebab dari adanya perilaku *phubbing* (Amelia dkk, 2019). Banyak dari mereka yang juga lebih mementingkan bermain *smartphone* daripada berbicara dan mengobrol dengan orang yang ditemuinya pada saat itu. Tak heran pada saat acara penting bersama orang-orang terdekat hal tersebut sering terjadi dan hanya sedikit waktu kebersamaan yang benar-benar terjadi, seperti ketika melakukan foto bersama yang kemudian kebanyakan dari mereka akan kembali lagi bermain *smartphone*.

Penggunaan *smartphone* secara terus menerus juga akan membuat kerenggangan hubungan dengan lawan bicara, seperti teman dan keluarga. Di dalam keluarga hal seperti ini tentu bisa mengurangi keharmonisan yang ada pada keluarga tersebut (Sirupang, Arsyad & Supiyah, 2020). Jadi perilaku *phubbing* bisa membuat hilangnya kesempatan untuk berkomunikasi secara intens di antara anggota keluarga yang membuat hubungan di dalam keluarga menjadi tidak akrab dan kualitas setiap pertemuannya menjadi menurun (Handayani & Husnita, 2021). Sehingga bisa dilihat memang *smartphone* memiliki berbagai dampak yang cukup besar bagi para penggunanya. Berdasarkan hasil observasi, banyak orang lebih memilih untuk ketinggalan dompetnya daripada harus *smartphone*-nya (Farida Syahira, 2019).

Selaras dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura *social learning*, teori ini menjelaskan individu yang dapat mengimitasi tingkah laku (Bandura, 1971). Orang tua yang menggunakan *smartphone* pada saat acara keluarga dan tidak adanya komunikasi pada anak, maka anak tersebut meniru perbuatan orang tuanya yaitu dengan menggunakan *smartphone* pada saat acara keluarga berlangsung. Tidak adanya proses timbal balik seperti komunikasi antar individu maupun kelompok dengan kelompok, maka interaksi sosial pun juga tidak ada.

Mengetahui perilaku *phubbing* dan mengetahui secara mendalam penyebab dari perilaku tersebut khususnya pada remaja menjadi hal yang penting sebagai generasi muda penerus masa depan bangsa. Menurut Vetsera & Sekarasih (2019) menyatakan bahwa karakteristik seseorang yang melakukan *phubbing* menunjukkan bahwa proporsi perilaku *phubbing* relatif sama dilakukan oleh laki-laki maupun perempuan. Popularitas *smartphone* yang sering digunakan oleh generasi muda saat ini sebenarnya tidak ada masalah selagi digunakan dengan tujuan yang baik, namun pada era saat ini *smartphone* mempunyai efek yang tidak baik yaitu dengan menggunakannya berlebihan sehingga hal tersebut dapat membuat tidak peduli dengan lingkungan sosial (Reski, 2020). Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor penyebab perilaku *phubbing* adalah kecanduan *smartphone*, media sosial, internet dan game *online* (Silmi & Novita, 2022). Hasil studi lain menyebutkan bahwa dengan adanya perilaku *phubbing* dapat berpengaruh terhadap berkurangnya interaksi secara langsung atau tatap muka, membuat lawan bicara merasa tidak dihargai dan berkurangnya sopan santun karena sibuk memainkan *smartphone* (Sirupang, Arsyad & Supiyah, 2020). Selain itu, perilaku *phubbing* juga membuat individu menjadi semakin individualis dan ketergantungan dengan *smartphone* dan internet yang mereka dapat akses dan miliki (Reski, 2020).

Sehingga dalam hubungan keluarga, perilaku *phubbing* yang merupakan dampak dari penggunaan *smartphone* secara berlebih sudah bisa dikatakan cukup mengganggu keharmonisan keluarga. Tidak adanya intensitas dalam mengobrol membuat semua anggota keluarga terasa canggung apabila berkumpul. Hingga saat ini studi terkait penyebab perilaku *phubbing* pada remaja dalam hubungan keluarga khususnya saat acara keluarga masih sangat terbatas. Berdasarkan hal tersebut, maka pada penelitian ini, masalah bisa dirumuskan melalui

pertanyaan penelitian, yaitu: apa yang menjadi penyebab perilaku *phubbing* yang terjadi pada remaja saat acara keluarga? Masalah yang telah dirumuskan dalam penelitian ini kemudian dapat menjawab tujuan dari penelitian, yakni bertujuan untuk mengetahui berbagai penyebab dari perilaku *phubbing* yang didasarkan dari pengalaman partisipan. Penelitian ini diharapkan bisa memberikan pengetahuan yang mendalam mengenai pengalaman *phubbing* yang dilakukan oleh para partisipan.

2. Metode

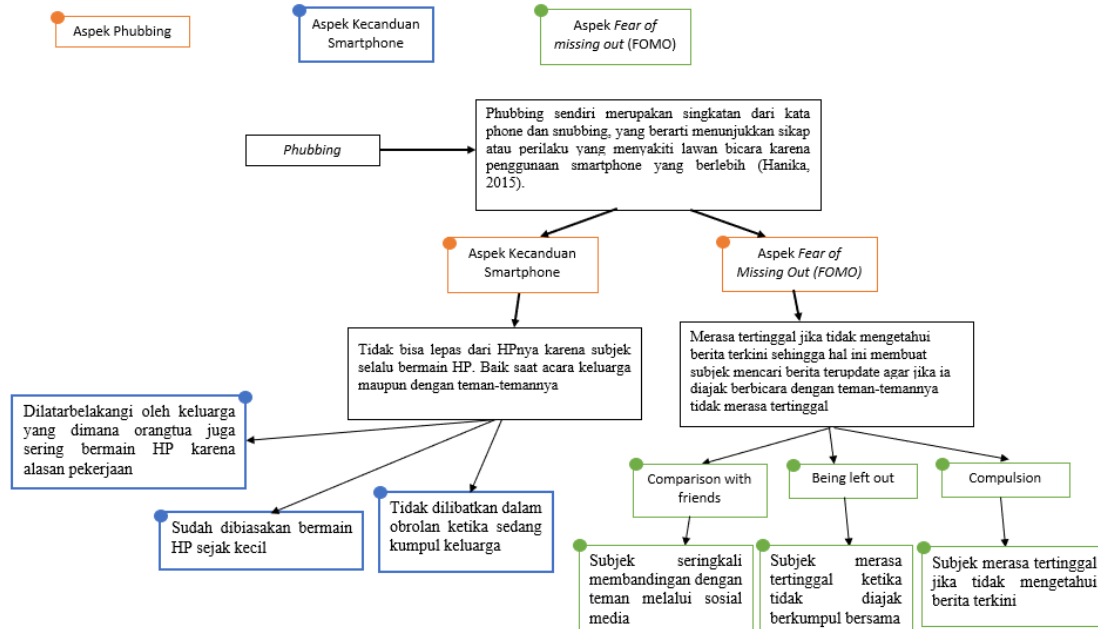
Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang dilakukan melalui pendekatan fenomenologi dengan tujuan untuk memperdalam penyebab dari perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh subjek melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi partisipan secara menyeluruh. Data yang dikumpulkan berguna untuk mendapatkan gambaran pengalaman pada remaja mengenai tingkah laku *phubbing* pada saat acara keluarga. Setelah memahami fenomena mengenai apa yang dialami oleh remaja diantaranya perilaku dan persepsi terhadap *phubbing* tersebut, diharapkan dapat memperoleh gambaran mengenai perilaku *phubbing* pada remaja saat dalam acara keluarga. Kemudian untuk metode pemilihan sampel, peneliti menggunakan metode *purposive sampling*. Hal ini dikarenakan selain untuk menghemat waktu dan biaya, juga agar peneliti dapat memilih responden secara acak sesuai dengan kriteria yang sesuai dengan kebutuhan pada penelitian ini. Adapun responden pada penelitian ini adalah remaja dengan usia 13 tahun hingga 21 tahun (Hurlock, 1973) yang aktif dalam penggunaan *smartphone*. Responden terdiri dari 3 pelaku perilaku *phubbing* atau *phubber*. Ketiga responden tersebut dipilih karena dapat merujuk pada pemerolehan data yang akan menggambarkan penyebab perilaku *phubbing* saat acara keluarga.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab perilaku *phubbing* yang terjadi pada remaja saat acara keluarga adalah karena obsesi terhadap *smartphone* dan FoMO (*Fear of Missing Out*). Menurut Vetsera & Sekarasih (2019) menyatakan bahwa obsesi terhadap *smartphone* merupakan sikap yang muncul akibat adanya dorongan yang tinggi untuk menggunakan *smartphone* ketika sedang berinteraksi atau berkumpul dengan orang lain. Obsesi terhadap *smartphone* yang ditemukan dalam partisipan menunjukkan bahwa mereka merasa tertinggal akan segala bentuk informasi bila tidak menggunakan *smartphone*, yang mana hal tersebut dilakukan karena partisipan sudah dibiasakan bermain *smartphone* sejak kecil dan tidak dilibatkan dalam obrolan saat berkumpul dengan keluarga. Hadirnya *smartphone* saat berkumpul keluarga menjadi penyebab partisipan untuk menggunakan *smartphone* secara berkala.

Faktor FoMO yang didapatkan pada partisipan yaitu kondisi individu yang ditandai dengan adanya usaha dengan mencari sesuatu yang baru di internet untuk mencari informasi dan berita terkini di sosial media. Mencari sesuatu yang baru di internet dilakukan karena merasa tertinggal jika tidak mengetahui berita terkini sehingga hal tersebut membuat partisipan mencari berita *ter-update* agar ketika diajak berbicara dengan teman-temannya tidak merasa tertinggal. Pernyataan partisipan tersebut dapat menyatakan adanya FoMO sesuai dengan Przybylski dan Weinstein (2012), FoMo didefinisikan sebagai perasaan takut tertinggal akan informasi terkini melalui suatu keadaan dimana individu memiliki keinginan untuk memainkan atau hanya sebatas melihat media sosialnya agar tetap terhubung secara terus-menerus dengan apa yang dilakukan orang lain dalam dunia maya. FoMO pada partisipan

terlihat merasa penting untuk mencari informasi terkini seperti gosip panas yang sedang *update*, melihat postingan teman yang ada di sosial media, dan berita terkait perkuliahan.



Gambar 1. Perilaku *Phubbing* pada Remaja dalam Hubungan Keluarga

3.1. Kecanduan *smartphone* (*Smartphone addtcion*)

Partisipan 1 (P1) merasa tidak nyaman jika mengecek *smartphone* pada saat bertemu dengan orang yang tidak asik untuk mengobrol dan juga partisipan merasa nyaman menggunakan *smartphone* dibandingkan berinteraksi dengan orang lain. Selain itu partisipan (P1) jika tidak membuka *smartphone* merasa ada yang janggal.

“Iya, karena jika tidak membuka *smartphone* saya merasa ada yang janggal dan juga kebanyakan komunikasi saya menggunakan *smartphone* karena saya sering berkomunikasi jarak jauh” (W1.P1.1Nov22.033)

“Karena saya, merasa tidak enak jika tidak cek *smartphone* apalagi bertemu dengan orang yang tidak asik untuk diajak ngobrol. Selain itu saya merasa lebih nyaman menggunakan *smartphone* dibandingkan berinterkasi dengan orang lain” (W1.P1.1Nov22.051)

3.2. *Fear of Missing Out* (FoMO)

Partisipan 3 (P3) menyatakan bawa ia tidak ingin ketinggalan informasi terkini karena jika ia tidak mengetahuinya hal tersebut membuat partisipan (P3) penasaran sehingga ia mencari informasi terkini di sosial media

“Iya biasanya gitu sih mas, tidak mau tertinggal informasi” (W1.P3.9Nov22.102)

“Iya mas, karena itu adalah topik perbincangan hangat, karena saya ingin tau mas”
(W1.P3.9Nov22.104)

4. Simpulan

Perkembangan teknologi pada zaman sekarang ini menawarkan kemudahan bagi penggunaannya, namun hal ini berdampak negatif, salah satu dampak negatifnya yaitu munculnya perilaku *phubbing*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penyebab perilaku *phubbing* yang terjadi pada remaja saat acara keluarga adalah karena obsesi terhadap *smartphone* dan FoMO. Obsesi terhadap *smartphone* yang ditemukan dalam partisipan menunjukkan bahwa mereka merasa tertinggal akan segala bentuk informasi bila tidak menggunakan *smartphone*.

Daftar Rujukan

- Alamudi, F. S. N. A. (2019). Sosial *phubbing* di kalangan mahasiswa fakultas psikologi universitas negeri makassar (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Reski, P. (2020). Daya Tarik Interaksi Dunia Maya (Studi Perilaku *Phubbing* Generasi Milenial). *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 8(1), 96-105.
- Safitri, W., Elita, Y., & Sulian, I. (2021). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Perilaku *Phubbing* Remaja Generasi Z pada Siswa Kelas XI di SMKN 5 Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 4(3), 274-282.
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena *phubbing* di era milenia (ketergantungan seseorang pada *Smartphone* terhadap lingkungannya). *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 42-51.
- Handayani, A. P., & Husnita, H. (2021). Pengaruh Perilaku *Phubbing* terhadap Berkurangnya Intensitas Komunikasi Keluarga pada Masa Pandemi Covid-19. *KOMUNIKATIF: Jurnal Ilmiah Komunikasi*, 10(2), 167-184.
- Novitasari, F., Pertiwi, Y. W., & Perdini, T. A. (2021). Relationship Satisfaction Pada Mahasiswa Yang Berpacaran Ditinjau Dari Perilaku *Phubbing*. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 21(4), 443-454.
- Vetsera, N. R., & Sekarasih, L. (2019). Gambaran penyebab perilaku *phubbing* pada pelanggan restoran. *Jurnal psikologi sosial*, 17(2), 86-95.
- Amelia, T., Despitari, M., Sari, K., Putri, D. S. K., Oktamianti, P., & Agustina, A. (2019). *Phubbing*, Penyebab Dan Dampaknya Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia. *Jurnal ekologi kesehatan*, 18(2), 122-134.
- Silmi, A., & Novita, E. (2022). Dampak Psikologis Perilaku *Phubbing* Dalam Berinteraksi Sosial Pada Mahasiswa. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 25-32.
- Sirupang, N., Muhammad, A., & Ratna, S. (2020). Dampak “*Phubbing*” Terhadap Keharmonisan Keluarga di Kelurahan Kadia Kecamatan Kadia Kota Kendari. *Jurnal Neo Societal*, 5(2), 200-211.
- Hurlock, E.B. (1973). *Adolescent Development* (4th ed). Tokyo: McGraw-Hill. Kogakusha Ltd.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2012). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences