

ANALISIS PERILAKU MENGGUNAKAN TELEPON SELULER DIKALANGAN MAHASISWA

Asri Yulianda¹, Sukma Adelina Ray², Ratih Rindyani³

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Al Washliyah Labuhanbatu

²Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Al Washliyah Medan

³Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Al Washliyah Labuhanbatu

Email: 1asriyulianda23@gmail.com

Email: 2adelinaray3sukma@gmail.com

Email: 3rindyaniratih@gmail.com

Abstrak

Fenomena *phubbing* sudah melekat disemua kalangan khususnya mahasiswa, perilaku *phubbing* menunjukkan perilaku tidak sopan dan berdampak pada komunikasi antar individu saat melakukan komunikasi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan kebiasaan buruk yang sering dilakukan oleh seseorang biasanya dikenal dengan sebutan study fenomenologi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara secara terbuka. 10 Responden dari penelitian ini berasal dari mahasiswa di Rantauprapat diantaranya dari Universitas Al Washliyah Labuhanbatu, Universitas Islam Labuhanbatu, dan Universitas Labuhanbatu yang diwakili oleh beberapa mahasiswa dari Jurusan FKIP, FE, dan FT. Diantaranya Afni Khairani (Pendidikan Bahasa Inggris), Muliana Sari (Pendidikan Matematika), Sri padillah Putri (Pendidikan Agama Islam), Ahmad Idris Siregar (Pendidikan Agama Islam), Reihan Aprilimansyah Rambe (Pendidikan Agama Islam), Nilam Cahyani (Manajemen), dan Cindy Aanggraini (Manajemen), Delphina Harahap (Pendidikan Agama Islam), Nur Jannah Siregar (Teknik Sipil), dan Monica (Pendidikan Agama Islam). Teknik yang digunakan dalam memilih responden adalah probability sampling. Analisis yang digunakan ialah teknik kualitatif. Tujuannya adalah untuk menganalisis perilaku *Phone Snubbing Behavior* dikalangan mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* bagi mahasiswa sudah sering dilakukan hingga berdampak pada interaksi antar keluarga, percintaan maupun pertemanan. Hasil ini menunjukkan bahwa mahasiswa tanpa sengaja terbiasa melakukan *phubbing*.

Kata Kunci: *Phubbing*, Mahasiswa

Abstract

The phenomenon of phubbing is inherent in all circles, especially students, phubbing behavior shows impolite behavior and has an impact on communication between individuals when communicating. This study uses qualitative methods with bad habits that are often carried out by someone who is usually known as a phenomenology study. Data collection techniques were carried out using open interview methods. The 10 respondents to this study came from students at Labuhanbatu Al Washliyah University, Labuhanbatu Islamic University, and Labuhanbatu University who were represented by several students from the FKIP, FE, and FT Departments. Among them are Afni Khairani (English Language Education), Muliana Sari (Mathematics Education), Sri Padillah Putri (Islamic Religious Education), Ahmad Idris Siregar (Islamic Religious Education), Reihan Aprilimansyah Rambe (Islamic Religious Education), Nilam Cahyani (Management), and Cindy Aanggraini (Management), Delphina Harahap (Islamic Religious Education), Nur Jannah Siregar (Civil Engineering), Monica (Islamic Religious Education). The technique used in selecting respondents is probability sampling. The analysis used is a qualitative technique. The aim is to analyze Phone Snubbing Behavior among students. The results of the study show that phubbing behavior for students has often been carried out so that it has an impact on interactions between families, romance and friendships. These results indicate that students are unintentionally accustomed to phubbing.

Keywords: *Phubbing*, Student

1. PENDAHULUAN

Saat ini, masyarakat biasanya selalu menggunakan teknologi dalam melakukan aktivitasnya. Penggunaan *smartphone* semakin mudah hingga pada kenyataannya perkembangan teknologi ini tidak dapat kita hindari, manusia selalu berproses dan terus berkembang dari waktu ke waktu seperti halnya perkembangan teknologi ini (Hanika, 2015). Memiliki telah diakui dan dianggap bahwa kemajuan teknologi modern sangat memudahkan dan meningkatkan eksistensi manusia (Ngafifi, 2014).

Mahasiswa adalah agen perubahan yang berperan dalam Peradaban *global* khususnya peran teknologi, Di lingkungan mahasiswa, *smartphone* menjadi salah satu barang utama yang dibawa ketika akan kuliah. Sudah pasti semua siswa memiliki dan membawa *smartphone* saat belajar (Mashoedi & Pekerti, 2022). Hal ini selalu dilakukan siswa secara berulang-ulang hingga pada akhirnya menjadi kebiasaan yang tidak dapat dihindari. Efek *phubbing* lebih jauh dari yang diharapkan, dan cenderung lebih parah. Hal tersebut juga dapat mempengaruhi proses interaksi sosial (Mariati & Sema, 2019).

Berkurangnya rasa memiliki, menghargai, dan menghormati orang lain disebabkan oleh perilaku *phubbing*, hal ini mempengaruhi seberapa baik orang berkomunikasi dan seberapa bahagia mereka berinteraksi (Syifa, 2020). Ditemukan bahwa jika seseorang lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan *smartphone*, ia

akan memiliki lebih sedikit waktu untuk berinteraksi dengan orang lain secara langsung (Youarti & Hidayah, 2018). Sangat sulit untuk dicegah atau bahkan dihilangkan, perilaku *phubbing* menjadi fenomena yang sangat mudah ditemukan. Perilaku *phubbing* menjadi kenyataan yang benar-benar terjadi di depan mata kita. Perilaku *phubbing* adalah realitas yang harus diterima (Mustolahet al., 2022).

Di kawasan Australia, beberapa pakar linguistik, komunikasi, dan teknologi berkumpul bersama salah satu organisasi yang sering disebut *Macquaire* Kamus, organisasi menggambarkan perilaku yang sudah menjadi kebiasaan manusia setiap hari dan kemudian istilahnya *Phubbing* muncul (Mumtaz, 2019). Ekspresi “Telepon” dan “*Snubbing*” yang digunakan untuk menyampaikan sikap merugikan orang lain dengan menggunakan *smartphone* secara berlebihan, berawal dari celah inilah asal mula istilah “*Phubbing*” (Dwijayanti et al., 2021). Dua komponen perilaku ini adalah *phubber* dan *phubbee*. Seorang individu yang merupakan *phubbs* dikenal sebagai *phubber*. Sedangkan *phubbee* sebaliknya adalah orang yang menjadi korban *phubbing* (Mumtaz, 2019). Istilah *phubbing* sendiri dikenal dengan meningkatnya aktivitas seseorang dengan *smartphone* tanpa memperhatikan lingkungan sekitar (Shukriah & Psi, n.d.). *Phubbing* adalah perilaku menggunakan *smartphone* saat berdiskusi tatap muka tetapi mengabaikan orang lain (García-Castro et al., 2022).

Phubbing adalah contoh perilaku yang tidak mencerminkan sikap Nabi SAW, apalagi *phubbing* tidak hanya membawa gangguan fisik, tetapi mental juga. Kurangnya waktu untuk beribadah kepada Allah SWT dikarenakan terlalu sering mengecek *smartphone* dan menganggap *smartphone* adalah sahabat sejatinya. *Phubber* sering bergumul dengan masalah yang bersifat virtual, tidak nyata, dan bahkan tidak berguna.

“Inilah orang-orang yang hati, pendengaran dan penglihatannya telah dikunci sampai mati oleh Allah, dan mereka adalah orang-orang yang lalai.” (Q.S.An-Nahl:108). Efek buruk dari perilaku *phubbing* dapat menjadi alat untuk mendorong kekejaman dan kesadisan (Eva Yuliza, 2021). Orang yang menggunakan *smartphone* cenderung lebih fokus dengan dunia di tangannya daripada lawan bicara di depannya, celah ini dikenal sebagai “generasi merunduk” karena penggunaannya yang berlebihan di masyarakat. Selanjutnya ditemukan perilaku *phubbing* yang dapat menurunkan kualitas hubungan sosial antar individu.

Rasa memiliki yang berkurang dapat diakibatkan oleh perilaku *phubbing*, yang kemudian memengaruhi seberapa baik orang berkomunikasi dan seberapa puas perasaan mereka dalam situasi sosial. (Dwijayanti et al., 2021). Wanita lebih sering melakukan *phubbing* daripada pria. Selain itu, jenis kelamin seseorang berdampak besar pada masalah penggunaan *smartphone*, wanita memiliki lebih banyak masalah daripada pria. Pria dan wanita secara fisik dan biologis berbeda satu sama lain, dan perbedaan ini menentukan banyak peran yang dimainkan setiap orang (Saloom & Veriantari, 2022). Ditemukan bahwa *phubbing* memiliki lebih banyak dampak negatif tentang hubungan pasangan romantis dan persahabatan (Youarti & Hidayah, 2018).

Dampak negatif dari *phubbing* juga dari pelaku *phubbing* itu sendiri, dimana seseorang yang melakukan *phubbing* juga melakukan hal yang sama kepada lawan bicaranya ketika berkomunikasi dua arah (Mashoedi & Pekerti, 2022). Beberapa efek negatif dari *phubbing* termasuk ketidakmampuan untuk sepenuhnya memenuhi kebutuhan seseorang akan kesejahteraan psikologis, kurangnya koneksi dan kebersamaan yang berkualitas, dan kurangnya kepuasan komunikasi (Isrofin, 2020). Dalam penelitian lain, efek dari perilaku *phubbing* telah diidentifikasi. Dampak tersebut antara lain mengabaikan interaksi langsung, menurunnya kualitas dan kepuasan interaksi, menurunnya kepercayaan pada orang lain, menegangkannya hubungan dengan mitra komunikasi, cemburu, mempengaruhi suasana hati seseorang, dan menciptakan situasi pengucilan sosial karena pihak lain merasa diabaikan, menimbulkan perasaan putus asa. dan ketidakberdayaan. Oleh karena itu, kualitas hubungan romantis dan pertemanan seringkali tidak berjalan dengan baik, dimana terdapat kesenjangan dan ketidaknyamanan dari lawan bicara yang menimbulkan dampak negatif (Isrofin & Munawaroh, 2021).

Peneliti tertarik untuk meneliti hal ini karena hal ini selalu terjadi dalam segala situasi dan kondisi. Fokus penelitian ini adalah mendeskripsikan dan mendeskripsikan bagaimana perilaku *phubbing* terhadap siswa (Adinugroho & Paramaiswari, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menemukan penyebab kegiatan *phubbing* berdampak negatif terhadap interaksi sosial mahasiswa. Sesuai dengan latar belakang yang dipelajari saat melakukan observasi lapangan, kejadian ini akan dijelaskan secara detail.

2. Metode Penelitian

Artikel ini dibuat dengan menggunakan pendekatan kualitatif dengan menggunakan studi *fenomenologi*. Proses penelitian dilakukan dengan wawancara terbuka dan analisis mendalam untuk memperkuat argumentasi dan data yang akan disajikan guna memperoleh data yang lengkap, akurat, dapat dipercaya, dan tidak memihak serta memperoleh informasi dan temuan terkini tentang *phubbing* (Mustaqim, 2016). Karena informasi yang dikumpulkan untuk penelitian ini bersifat deskriptif (Pranasti, 2020). Pemilihan responden menggunakan *probability sampling* (Brier & lia dwi jayanti, 2020). Tujuan dari penyelidikan ini adalah untuk mengetahui seberapa merugikan kegiatan *phubbing* bagi siswa. Data yang digunakan dalam penelitian ini dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan partisipan yang disetujui menggunakan praktik wawancara terbaik (Ihsan et al., 2021). Analisis data adalah upaya mengorganisasikan data secara sistematis melalui observasi, wawancara, dan lain-lain untuk menemukan, mengumpulkan data untuk memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian dan

membuat temuan terbaru (Rijali, 2018). Pendekatan *fenomenologis* merupakan salah satu cara pembaharuan untuk melihat dan mengkaji hubungan manusia dengan lingkungannya (Yuni, 2017).

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang terdiri dari umur, jenis kelamin, universitas dan analisis perilaku *Phone Snubbing* sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Informan Penelitian

No	Demografi	Kategori Subyek Penelitian
1.	Jenis Kelamin	Laki-laki Perempuan

Berdasarkan tabel diatas menurut jenis kelamin analisis perilaku *phone snubbing* dengan hasil yang didapat oleh peneliti bahwa laki-laki sekitar 100%. Mereka mengatakan bahwasannya perilaku ini adalah perilaku negatif yang sering terjadi pada mahasiswa Rantauprapat dan hal ini sudah dibuktikan dengan adanya sikap saat sedang proses belajar didalam ruangan kelas. Mahasiswa sangat sering melakukan perilaku negatif ini, dengan menyibukkan diri terhadap *smartphonenya* ataupun telepon selulernya tanpa menghargai dosen dan teman-temannya yang sedang melakukan proses mengajar-belajar. Hal tersebut membuat rasa menghormati dan menghargai tidaklah tercermin lagi pada sifat seorang mahasiswa yang seharusnya lebih mengutamakan adap yang baik yang mereka miliki untuk dikemudian hari.

Tabel 2. Kategori Informan Penelitian

No	Demografi	Kategori Subyek Penelitian
1.	Usia	24 20 22 19 25

Berdasarkan tabel diatas menurut usia analisis perilaku *phone snubbing* dengan hasil 50 % mengatakan bahwasannya perilaku itu membawa hal negatif karena sebagian besar dengan usia 20 keatas hal tersebut sebagai kerjaan mereka yang setiap saat nya mereka berprofesi dengan *smartphone* mereka dan usia 19 tahun kebawah mengatakan bahwa hal itu bukanlah negatif melainkan positif karena membawa perubahan dimana teknologi yang semakin maju mempengaruhi pendidikan. Jadi, hal ini membawakan hasil bahwa dengan *smartphone* kita bisa melakukan hal apapun mulai dari pekerjaan bahkan belajar dengan menggunakan telepon seluler.

Tabel 3. Kategori Informan Penelitian

No	Demografi	Kategori Subyek Penelitian
1.	Universitas	Universitas Al Washliyah Labuhanbatu Universitas Islam Labuhanbatu Universitas Labuhanbatu

Berdasarkan tabel diatas menurut lingkup Universitas analisis perilaku *phone snubbing*, setiap Universitas mengatakan bahwasannya perilaku tersebut memiliki dampak positif-negatifnya. Universitas Al Washliyah Labuhanbatu mengatakan perilaku ini 40 % positif 65% negatif karena sebagian besar mahasiswa berpendapat bahwa perilaku ini jika sering dilakukan akan mempengaruhi sifat seseorang yang akan lupa nilai-nilai rasa menghormati dan menghargai seperti yang dikatakan salah satu mahasiswa berinisial AI yaitu sikap ini sama sama saja mengabaikan lawan bicara sementara berkomunikasi merupakan sikap yang tidak terpuji, sesuai dengan anjuran Allah SWT, sesama manusia harus selalu menghormati dan menghormati dalam keadaan dan kondisi apapun. Karena manusia adalah makhluk sosial yang perlu menjalin hubungan positif satu sama lain dan saling peduli, Islam memerintahkan mereka untuk melakukan hal itu. Smartphone merupakan salah satu perangkat yang akan memberikan pengaruh bagi masyarakat, apalagi di era kita saat ini dimana masyarakat lebih memilih untuk berinteraksi melalui *smartphone* daripada secara langsung atau tatap muka. Dengan sehubungan hal itu Universitas Labuhanbatu juga berpendapat perilaku ini sebagai landasan baik mereka mengatakan 20% negatif dan 85 % positif karena menurut mereka dengan adanya teknologi yang semakin maju akan berpengaruh besar untuk masa depan dengan teknologi yang maju maka dari itu hal ini sangatlah berpengaruh pada masa pendidikan mereka sehubungan dengan kampus mereka juga lebih dominan dengan sains komputer dan teknologi. Beda dengan Universitas Islam Labuhanbatu mereka mengatakan bahwasannya hal ini 50 % positif dan 50 % positif menurut mereka seimbang karena dengan adanya teknologi dapat membantu mereka dalam proses belajar mereka bahwa membantu mereka yang sedang bekerja paruh waktu namun ada hal negatifnya membuat mereka takut akan terus menerus hal ini terjadi karena dengan kampus yang sudah minim SDM nya dimana terlalu kurangnya komunikasi tatap muka terhadap dosen-dosen mereka dikampus melainkan daring dengan menggunakan aplikasi zoom yang membuat mereka kesulitan dalam berkomunikasi.

Berdasarkan tabel 1,2,3 dengan 5 informan berhasil diwawancarai, 2 informan lainnya menolak untuk diwawancarai. 5 informan terdiri dari laki-laki dan perempuan. Informasi diperoleh dengan rentan usia 20 hingga 25 tahun, yang berarti 5 informan tersebut masih mahasiswa. Informan yang terdiri dari masing-masing perwakilan perguruan tinggi di Rantau prapat dipilih secara acak dan sukarela melakukan wawancara terbuka. Dengan hasil diatas kesimpulannya adalah secara tidak sadar bahwasannya perilaku ini sering terjadi pada mahasiswa di zaman yang ini yang membuat mereka kurangnya rasa dihargai bahkan menghargai satu sama lain dan tanpa mereka sadari bahwasannya hal ini akan berdampak pada diri kita sendiri yang membuat akan menurunnya perilaku peduli terhadap sesama manusia.

Tabel 4. Kategori Informan Penelitian

No	Kategori wawancara	Hasil
1.	Pengetahuan tentang phubbing	Beberapa informan memahami dan menjelaskan secara umum apa itu phubbing, sementara beberapa informan merasa asing dan tidak mengerti apa itu phubbing, sehingga sulit untuk mendefinisikan perilaku apa yang disebut phubbing.
2.	Islam Memandang Phubbing	Allah SWT saling menganjurkan hormat dan hormat sesuai dengan surat Al-Ra'd ayat 11.
3.	Penyebab Phubbing	Terjadi kebosanan antar lawan bicara, seseorang merasa kurang nyaman dalam berkomunikasi dan seseorang dapat melakukan sesuatu saat berkomunikasi dengan orang lain.
4.	Dampak Phubbing	Hal tersebut menghasilkan dua dampak yang berbeda, pertama seseorang merasa tidak dihargai, kedua seseorang merasa tidak dihargai dan menganggap perilaku Phubbing adalah hal yang biasa dilakukan setiap orang.
4.	Upaya Pencegahan	Upaya pencegahan yang dapat dilakukan meliputi tiga hal yaitu pertama, seseorang harus dapat membagi manajemen waktunya dengan baik dan benar tersusun. Kedua, jauhkan smartphone saat Anda melakukan komunikasi dua arah dengan lawan bicara. Ketiga seseorang menghormati orang lain dengan tidak membuka smartphone di depannya.
5.	Peran Lingkungan	Tradisi menggunakan smartphone membuat seseorang terbiasa melakukan phubbing. Perkembangan zaman dan teknologi yang semakin canggih menuntut seseorang untuk menggunakan smartphone miliknya dalam setiap aktivitas. Akibatnya, lingkungan terus bergerak dan terus terhabituasi. Penggunaan smartphone yang berlebihan Membuat cara berpikir dan bertindak seseorang bergerak dan berubah.

Berdasarkan tabel 4, penulis mendapatkan hasil dari informan yang diwawancarai. Dari segi pengetahuan tentang *phubbing* itu sendiri, sebagian informan merasa asing dan ada pula yang merasa sudah lama mengetahuinya bahkan sudah menjadi pelaku dan korban *phubbing* itu sendiri. Ditinjau dari segi agama, perilaku *phubbing* dilarang keras karena dapat menyebabkan putusnya hubungan antar manusia sebagaimana dijelaskan dalam QS Ar-Ra'd ayat 11. Sedangkan *phubbing* dapat terjadi jika komunikan dan komunikator sudah merasa jenuh dan jenuh dalam berkomunikasi sehingga secara tidak sadar mengambil *smartphonenya* dan bermain tanpa memperdulikan apapun yang ada didepannya. *Phubbing* juga berdampak pada kurangnya rasa hormat terhadap seseorang dan upaya yang harus dilakukan adalah seseorang harus bisa membagi dan membatasi perilaku *phubbing* itu sendiri. Dan lingkungan memainkan peran penting dalam perilaku *phubbing* ini.



Gambar 1.



Gambar 2.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di beberapa perguruan tinggi di Rantauprapat, dengan melakukan wawancara mendalam secara acak diambil 10 responden dari 150 responden yang tersedia. Setelah dilakukan wawancara, ternyata peneliti hanya mendapatkan jawaban dari 10 responden saja, 2 responden menolak untuk melakukan wawancara. Menurut hasil penelitian, mayoritas narasumber memiliki pengetahuan terbatas tentang *phubbing*. Mereka mendefinisikan *phubbing* sebagai tindakan mengabaikan seseorang yang bertunangan dengan kita karena mereka lebih sibuk telepon mereka. Beberapa informan merasa asing ketika mendengar kata *phubbing*, mereka merasa mendengar hal baru, padahal kenyataannya mereka telah melakukan *phubbing* tanpa mereka sadari. Seperti yang dituturkan informan pertama berinisial Monica berasal dari Universitas Al Washliyah Labuhanbatu yang menganggap *phubbing* adalah hal baru dan masih sangat asing baginya. “Saya tidak mengerti *phubbing* karena ini adalah hal baru saya Dengar, mungkin saja itu tindakan komunikasi yang mempengaruhi komunikasi antara kedua belah pihak”. Hal ini sejalan dengan pendapat bahwa fenomena *phubbing* sudah melekat Di semua kalangan terutama mahasiswa, perilaku *phubbing* menunjukkan perilaku yang tidak sopan dan berdampak pada komunikasi. antar individu saat berkomunikasi.

Informan kedua yang berinisial CA berasal dari Universitas Al Washliyah Labuhanbatu mengungkapkan bahwa : “*Phubbing* adalah peristiwa yang berkembang secara bertahap dari waktu ke waktu dia tidak hanya terjadi dalam semalam. Seseorang harus berulang kali menggunakan *gadget* dengan intensitas yang semakin meningkat. Pengulangan ini dilakukan secara tidak sengaja untuk mengembangkan kebiasaan yang menghasilkan *phubbing*.” Tidak jauh dari pendapat informan pertama yang merasa *phubbing* dapat mempengaruhi komunikasi kedua belah pihak, informan ketiga berinisial SP yang berasal dari Universitas Al Washliyah Labuhanbatu dan informan keempat berinisial NC berasal dari Universitas Labuhanbatu berbeda. Mereka mengungkapkan bahwa Perilaku yang dikenal sebagai *phubbing* ini wajar, karena itu bisa jadi saat ada yang berbicara bisa ada teman yang berbicara lagi ada pekerjaan yang tidak bisa ditinggal di *smartphonenya*. Komunikasi yang efektif hanyalah dua orang yang saling berkomunikasi, tetapi komunikasi yang efektif adalah ketika keduanya memaknai pesan yang diterima dan memiliki arti dan tujuan yang sama dari kedua belah pihak.

Islam Memandang Phubbing

Phubbing perlu diakhiri untuk menjaga hubungan interpersonal karena, alih-alih memfasilitasi komunikasi, teknologi kini menghalangi. Terapi Islam dengan demikian dapat digunakan sebagai pengganti untuk mengurangi fenomena *phubbing* yang menjangkiti remaja saat ini. Sesuai dengan firman Allah SWT dalam surah Ar-Ra'dayat 11: “Bagi manusia ada malaikat yang mengikutinya secara bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum hingga mereka mengubah keadaan mereka sendiri. Dan ketika Allah menghendaki kerusakan pada suatu kaum, maka tidak ada seorang pun. siapa yang bisa menolaknya; dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”. Dengan berbagi pengalaman Nabi Muhammad, para sahabat, dan individu lain yang mengatasi kesulitan, Konselor dapat membantu orang mengatasi

fenomena *phubbing* melalui pendekatan keteladanan dan pemikiran logis. Pada kelima informan berinisial AI berasal dari Universitas Al Washliyah Labuhanbatu mengatakan: Menurut Islam, mengabaikan lawan bicara sementara berkomunikasi merupakan sikap yang tidak terpuji, sesuai dengan anjuran Allah SWT, sesama manusia harus selalu menghormati dan menghormati dalam keadaan dan kondisi apapun. Karena manusia adalah makhluk sosial yang perlu menjalin hubungan positif satu sama lain dan saling peduli, Islam memerintahkan mereka untuk melakukan hal itu. Smartphone merupakan salah satu perangkat yang akan memberikan pengaruh bagi masyarakat, apalagi di era kita saat ini dimana masyarakat lebih memilih untuk berinteraksi melalui *smartphone* daripada secara langsung atau tatap muka.

Penyebab Perilaku Phubbing

Tanpa disadari, semua orang pernah melakukan *phubbing*, bahkan perilaku tersebut tidak disengaja untuk dilakukan. Saat berkomunikasi, pelaku *phubbing* merasa topik pembicaraan kurang menarik dan cenderung tidak nyaman sehingga mereka melakukan *phubbing*. Bahkan orang yang dianggap sebagai "aktor *phubbing*" tidak akan melakukannya menghargai jika orang lain mengabaikannya. Informan keenam berinisial MS berasal dari Universitas Islam Indonesia, dengan alasan : "*Phubbing* bisa terjadi karena beberapa alasan, pertama karena mahasiswa kecanduan ponselnya, kedua karena ada hal atau berita penting yang masuk melalui notifikasi ponselnya" Sejalan dengan penelitian yang mengungkapkan interaksi sosial menjadi penyebab dalam perilaku *phubbing*, dengan berkurangnya interaksi yang terjadi antar individu menjadikan mahasiswa menjadi individu dan mengandalkan kecanggihan *smartphone*.

Ketika seseorang mengandalkan *smartphone* atau teknologi lain untuk memengaruhi lingkungan sosialnya dan mencegahnya berinteraksi dengan orang lain, mereka mengembangkan perilaku antisosial. Informan keenam kembali membeberkan alasan seseorang melakukan *phubbing*. "Kecenderungan kebosanan yang berkembang selama bersosialisasi interaksi merupakan salah satu penyebab perilaku *phubbing*. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya perbedaan pendapat antara kedua belah pihak mengenai pokok bahasan yang sedang dibicarakan. Ditambah lagi komunikasi tidak efektif karena dua orang yang berkomunikasi langsung harus fokus satu sama lain, pandangan juga harus fokus karena bisa menimbulkan kesalahpahaman" Menghormati orang lain adalah salah satu syarat untuk komunikasi yang efisien, karena mencegah orang lain merasa diabaikan dan mendorong percakapan dua arah. Ketika interaksi sosial siswa bermasalah, komunikasi dikatakan terganggu dan gagal mencapai tujuan yang diinginkan. Oleh karena itu, komunikasi yang dibangun tidak dengan tujuan yang sama akan mengalami kegagalan, hal ini disebabkan keefektifan komunikasi yang dapat diukur dari intensitasnya, komunikasi dua arah, mendengarkan orang lain, kepedulian, dan empati dalam diskusi, dapat berdampak negatif. dipengaruhi oleh penggunaan *smartphone*.

Yang ke ketujuh informan berinisial DH dari Universitas Al Washliyah Labuhanbatu terungkap: "*Phubbing* itu tidak menyebarkan, karena orang lain juga bisa mengerti bahwa ada pesan yang lebih penting, karena sebelum orang lain berkomunikasi, saya sudah memegang ponsel" Menurutnya, *phubbing* tidak selalu mengganggu bahkan merusak proses komunikasi antar lawan bicara. Di sisi lain, pelaku atau korban *phubbing* tidak merasa dirugikan bahwa pada saat itu mereka melakukan *phubbing* dengan alasan yang wajar dan mendesak.

Dampak Perilaku Phubbing

Dampak dari perilaku *phubbing* bukanlah sesuatu yang dapat ditoleransi secara sadar. *Phubbing* memengaruhi semua grup yang tidak bisa dibiarkan sendiri. Sejalan dengan informan kedelapan berinisial RA berasal dari Universitas Islam Indonesia. "Perilaku *Phubbing* memiliki konsekuensi negative karena membuat seseorang merasa tidak dihargai, yang dapat merusak hubungan dan memperparah masalah sosial lainnya. Itu juga dapat menurunkan kepuasan hubungan dalam pernikahan dan persahabatan."

Kontak sosial mahasiswa dapat terganggu karena aktivitas *phubbing*. Hal ini dimungkinkan karena individu yang melakukan *phubbing* akan mengabaikan lawan bicaranya saat melakukan hobinya. Sebagai akibat, penutur merasa terasing, bahkan dapat membuat penderitanya merasa kesepian. Berbeda dengan informan berinisial NJ yang berpendapat: "*Phubbing* punya dampak positif atau negatif, setiap perubahan harus memiliki dampak, begitu juga dengan aktivitasnya" Jika *phubbing* diselidiki lebih lanjut, itu bisa memiliki efek menguntungkan. Secara alami ada dua alternatif ketika seseorang menunjukkan perilaku *phubbing* terhadap orang lain. Yang pertama adalah dia akan melakukan *phubbing* atau, sebaliknya, menyadari betapa berisikonya hal itu. Untuk menyemangati mereka yang ada menyadari fenomena ini untuk terlibat dalam interaksi sosial yang lebih besar dan membangun hubungan di dunia nyata. Seseorang akan semakin terikat dengan media, semakin *terekspos*.

Upaya Mengatasi Perilaku Phubbing

Mahasiswa dituntut untuk dapat mengatur manajemen waktunya, agar terhindar dari perilaku *phubbing*. Orang-orang yang pandai mengatur waktu mereka lebih penting dan dihormati, memiliki keterampilan organisasi yang lebih baik, dan dapat melakukan yang terbaik. Senada dengan informan berinisial AF, ia mengungkapkan: “Harus bisa membagi waktu, membuat jadwal kegiatan yang beragam sehari-hari bahkan hingga berbulan-bulan sehingga ada target yang harus dicapai agar dapat mengurangi ketergantungan terhadap gadget. Biasakan juga untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitar, sering berkomunikasi dengan orang lain agar fokus tidak hanya pada gadget. Luangkan waktu sebentar untuk membela diri. Pertama, matikan suara dering gadget Anda untuk melindungi telinga Anda dari suara "ping" pesan. Kedua, nongkrong di lokasi terpencil. Ketiga, buat hangout Anda tetap menarik.” Seringkali normal untuk mengabaikan seseorang dengan berbicara. Tanpa disadari, individu lebih asyik dengan *smartphone* mereka. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan meninggalkan *smartphone*, batasi penggunaan *smartphone* dan jangan gunakan *smartphone*.

Peran Lingkungan

Diperkirakan bahwa teknologi *smartphone* akan mengubah cara orang bergerak, bahwa perubahan perilaku orang sendiri dibentuk oleh alat yang mereka ciptakan. Kemudian, secara implisit, karena ketergantungan mereka terhadapnya, teknologi menjadi motor penggeraknya peradaban manusia. Pada informan berinisial NC, menurutnya hal ini sudah biasa sehingga menjadi kebiasaan. “Perilaku *phubbing* terjadi karena sudah terbiasa dilakukan, berpartisipasi dalam kegiatan yang merupakan kegiatan yang lebih langsung. Semakin canggih teknologi di lingkungan siswa, maka kemungkinan besar akan terjadi perilaku tersebut. Lingkungan yang hangat mungkin dapat meminimalkan perilaku ini” Perilaku mengabaikan seseorang saat berkomunikasi dapat terjadi karena faktor pembiasaan yang terus menerus dilakukan dan dianggap biasa hingga menjadi perilaku *phubbing*. Jelas bahwa tradisi penggunaan ponsel yang berlebihan telah mengubah cara orang berkomunikasi. Mahasiswa saat ini memiliki akses cepat ke sarana komunikasi tanpa harus berbicara langsung dengan seseorang. Ia harus lebih mengembangkan literasi digitalnya sebagai mahasiswa yang tinggal di era digital agar mampu memanfaatkan teknologi komunikasi secara tepat dan efisien serta memberikan pengaruh yang lebih besar, baik sebagai lawan buruk.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, perilaku Phubbing dapat meningkatkan aktivitas seseorang dengan *smartphone* tanpa memperhatikan lingkungan sekitar. Siswa setuju secara tidak sadar bahwa mereka telah melakukan *phubbing*. *Phubbing* dapat menarik fokus seseorang saat melakukan proses komunikasi dengan orang lain sehingga ia merasa tidak dihargai menyebabkan kurangnya interaksi sosial antar manusia. Dampak yang ditimbulkan seseorang merasa kurang dihargai dan terkesan kurang sopan jika seseorang dengan sengaja melakukan *phubbing* baik dalam dunia keluarga, pertemanan hingga percintaan. Peran lingkungan sangat berpengaruh dalam perilaku *phubbing*, seiring dengan perkembangan zaman tidak dipungkiri bahwa *smartphone* merupakan sahabat sejati setiap orang dalam menjalankan aktivitasnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinugroho, I., & Paramaiswari, R.S. (2022). Toleransi Beragama dan Kaitannya dengan Pola Asuh Orang Tua: Ditinjau dari Empat Dimensi. *Jurnal Psikologi Pendidikan, Kesehatan dan Komunitas*, 11(4), 698. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v11i4.21971>
- Aditia, R. (2021). Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 8–14. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Amelia, T., Despitari, M., Sari, K., Sisca, D., & Putri, K. (2019). PHUBBING, PENYEBAB DAN DAMPAKNYA PADA MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT, UNIVERSITAS INDONESIA. *Phubbing, Penyebab dan Dampak Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia. Ekologi Kesehatan*, 18(2), 122–134.
- Brier, J., & Iliawati, J. (2020). Buku Ajar STATISTIK DASAR. 21(1), 1–9. <http://journal.umsurabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>
- Dwijayanti, M., Fauzan, L., & Flurentin, E. (2021). Fenomena Phone Snubbing pada Siswa Menengah Pertama. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(3), 170–177. <https://doi.org/10.17977/um065v1i32021p170-177>

- Eva Yuliza, E.Y. (2021). Intensitas Penggunaan Gawai, Per “HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN GAWAI DENGAN PERILAKU PHUBBING PADA MAHASISWA. *Nathiqiyah*, 4(2), 15–26. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v4i2.356>
- García-Castro, F.J., Abreu, A.M., Rando, B., & Blanca, M.J. (2022). Skala Phubbing (PS-8) pada populasi Portugis: sifat psikometrik. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 35(1). <https://doi.org/10.1186/s41155-022-00209-z>
- Gea, A.A. (2014). Time Management: Menggunakan Waktu Secara Efektif dan Efisien. *Humaniora*, 5(2), 777. <https://doi.org/10.21512/humaniora.v5i2.3133>
- Handayani, A.P., & Husnita, H. (2021). Pengaruh Perilaku Phubbing terhadap Kurangnya Intensitas Komunikasi Keluarga pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Komunikatif*, 10(2), 167–184. <https://doi.org/10.33508/jk.v10i2.3370>
- Hanika, I.M. (2015). Fenomena Phubbing di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya). *Jurnal Interaksi*, 4(1), 42–51. <http://teknologi.news.viva.co.id/news/read/54>
- Hasanah, M.D., & Putri, A.S. (2021). Peran Konseling Islam Dalam Mengatasi Fenomena Phubbing Pada Remaja Milenial. *Konferensi Virtual Internasional tentang Bimbingan dan Konseling Islam*, 1(1), 13–21. <https://doi.org/10.18326/iciegc.v1i1.49>
- Ihsan, H.K., Ferdiansyah, D.S., & Yani, M. (2021). Perubahan Sosial Dan Tradisi Phubbing: Telaah Perilaku Komunikasi Masyarakat Digital Di Kelurahan Suryawangi, Lombok Timur. *Komunike*, 13(2), 133–146. <https://doi.org/10.20414/jurkom.v13i2.4419>
- Isrofin, B. (2020). Validasi Generic Scale of Phubbing (GSP) Versi Bahasa Indonesia dengan Rasch Model. *Riset Nusantara: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 7(1), 9–18. <https://doi.org/10.29407/nor.v7i1.13883>
- Isrofin, B., & Munawaroh, E. (2021). Pengaruh Kecanduan Smartphone dan Pengendalian Diri Terhadap Perilaku Phubbing. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 15–23. <https://doi.org/10.17977/um001v6i12021p015>