

Intensitas Mengakses Internet dengan Perilaku *Phubbing*

Desnya Pambudi Raharjo

Department of Psychology, University Mulawarman Samarinda, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jan 1, 2021

Revised Jan 6, 2021

Accepted Jan 11, 2021

Keywords:

intensity of accessing the internet
phubbing behavior

ABSTRACT

This study aims to determine whether there was a relation between the intensity of accessing the internet with phubbing behavior. The sampling technique used with non-probability sampling was purposive sampling. The sample was 103 students of school X who were 16 to 18 years old and had smartphone either boy and girl. Data collection methods used were the scale of phubbing behavior and the intensity of accessing the internet. The collected data was analyzed in product moment correlation test and the Statistical Package for Social Sciences (SPSS) program 21.0 for Windows. The result of this study indicated that there was a significant relation between the intensity of accessing the internet with phubbing behavior of students in School X, with a value of $r = 0.730$ and $Sig = 0.000$ ($p < 0.05$), which meant that the higher student's internet accessing intensity the higher level of phubbing behavior will be. Conversely, if the lower intensity of student's internet accessing, the level of phubbing behavior will be lower.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing*. Teknik sampling yang digunakan dengan *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Adapun jumlah sampel yang dijadikan penelitian sebanyak 103 siswa di sekolah X dengan kriteria siswa-siswi yang memiliki *smartphone*, berusia antara 16 sampai dengan 18 tahun dan berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala perilaku *phubbing* dan intensitas mengakses internet. Data yang terkumpul dianalisis dengan uji Korelasi *Product Moment* dengan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 21.0 for Windows*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing* siswa di Sekolah X, dengan nilai $r = 0.730$ dan nilai $Sig = 0.000$ ($p < 0.05$), yang artinya semakin tinggi intensitas mengakses internet seorang siswa maka tingkat perilaku *phubbing* akan semakin tinggi. Sebaliknya jika semakin rendah intensitas mengakses internet seorang siswa maka tingkat perilaku *phubbing* akan semakin rendah.

Kata kunci

Intensitas mengakses internet
Perilaku *phubbing*

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan ruang lingkup masyarakat peran individu sebagai makhluk sosial dalam kehidupan sering terjadi baik secara psikologis ataupun hubungan timbal balik antara individu dengan individu lainnya. Peran hubungan ini mengartikan bahwa dalam kehidupan perlu adanya interaksi yang terjalin, interaksi sosial ini menjadi faktor dalam memulainya sebuah hubungan antar individu.

Bergaul atau berinteraksi pada masa remaja merupakan sebuah proses yang penting karena pada masa ini banyaknya tuntutan-tuntutan yang dimiliki oleh individu dalam mengembangkan kemampuan dan pengalaman. Tidak hanya itu masa perkembangan harus dipenuhi yaitu perkembangan secara fisik, psikis dan yang lebih utama adalah perkembangan secara sosial. Bagi remaja kebutuhan untuk berinteraksi dengan orang lain di luar lingkungan keluarga menjadikan pengalaman serta peranan yang sangat besar, terutama kebutuhan interaksi dengan teman-teman sebayanya.

Menurut Hurlock (dalam Fatnar dan Anam, 2014), secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berinteraksi dengan masyarakat dewasa. Hinigharst (dalam Sarwono, 2006), seorang remaja harus memiliki interaksi sosial yang baik dengan lingkungannya. Interaksi sosial di kalangan remaja yaitu interaksi yang terjadi antara remaja dengan teman sebaya, remaja dengan lingkungan keluarga dan remaja dengan orang tua.

Semakin berkembangnya zaman, berkembang pula teknologi dan informasi. Kehadiran media baru seperti internet, *smartphone*, atau gadget tersebut seakan menjadi kebutuhan pokok bagi masyarakat modern terutama bagi generasi yang hidup di era tahun 1982 hingga lingkungan sekitar ketika bermain *smartphone*, dimana perilaku tersebut

2000an. Bagi mereka kemudahan yang ditawarkan jauh lebih banyak daripada menyadari atas kemungkinan dampak negatif yang ditimbulkan seperti fenomena *phubbing*.

Menurut Pathak (2013) menegaskan bahwa perilaku ini kurang baik dalam lingkup sosial karena *phubbing* adalah menjauhkan lawan bicara dengan sengaja, dan penyalahgunaan ponsel cerdas yang terus berkembang dalam setiap situasi-situasi sosial yang dihadapi individu.

Phubbing muncul atas ketergantungan manusia terhadap *smartphone* sehingga orang menjadi lebih bersikap acuh karena lebih fokus pada gadget atau *handphone* daripada membangun interaksi dengan lingkungan sekitarnya. *Phubbing* yang sekarang terjadi ternyata cukup memprihatinkan karena dilakukan saat momen kebersamaan terjadi. *Phubbing* jika dilakukan sekali dua kali masih bisa saja dimaklumi bagi teman atau orang yang lebih tua dari kita, tapi jika dilakukan secara terus menerus berdampak merusak kualitas hubungan antar individu maupun kelompok.

Penelitian yang dilakukan oleh Lee (2013) menyebutkan bahwa kehadiran fenomena *phubbing* lahir karena besarnya ketergantungan individu terhadap *smartphone* dan internet. Jika pada umumnya kecanduan dihasilkan karena ketergantungan orang dalam mengkonsumsi minuman, obat atau zat tertentu, maka kecanduan terhadap *smartphone* dihasilkan karena adanya ketergantungan manusia pada perangkat mesin tertentu.

Dari hasil skrining yang dilakukan di SMA Negeri X Tenggaraong juga terdapat 34 siswa atau sekitar 68 persen menyatakan bahwa mereka terkadang mengacuhkan

menggambarkan kecenderungan terjadinya perilaku *phubbing*. Sehingga peneliti

tertarik melakukan penelitian di sekolah tersebut. Hal tersebut di diperkuat dengan hasil wawancara pada tanggal 13 Januari 2020 oleh SR yang merupakan guru pengajar di sekolah tersebut, yang menyatakan bahwa karena adanya kebebasan yang diberikan oleh sekolah dalam membawa dan menggunakan gadget, sehingga membuat beberapa siswa jauh lebih memperhatikan *smartphone* yang dimiliki. Dalam waktu istirahat para siswa sangat jarang untuk bertegur sapa malah asik memainkan ataupun aktif bermedia sosial *smartphone*.

Selain itu ada pula pernyataan dari hasil wawancara pada tanggal 13 Januari 2020 oleh NA yang merupakan salah satu staff pengajar sekaligus guru bimbingan konseling di sekolah tersebut menyatakan, bahwa terlalu fokusnya siswa terhadap *smartphone* mengakibatkan beberapa siswa lupa waktu. Ini dapat terlihat dari ada beberapa siswa yang jarang mengerjakan tugas rumah dan lebih asik dengan *game online* atau melihat aktivitas idola atau teman-teman mereka pada media sosial. Menurut Kaeadag (2015), beliau mengatakan dalam penelitiannya bahwa didapatkan hasil dari *exploratory* faktor analisis terhadap 2 aspek dari perilaku *phubbing* yaitu gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* diantaranya adalah adiksi terhadap *smartphone*, adiksi terhadap internet, adiksi terhadap sosial media dan adiksi terhadap game.

Berkenaan dengan penggunaan internet, memang tidak dapat dipungkiri bahwa internet merupakan salah satu fasilitas yang sering digunakan. Terlebih didalam penggunaannya internet meliputi faktor informasi, komunikasi, hiburan, transaksi, dan edukasi sehingga begitu banyak hal yang dapat diakses didalamnya. Intensitas menurut Chalpin (2006) adalah suatu sifat kuantitatif dari suatu pengindra

yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya, kekuatan tingkah laku atau pengalaman seperti intensitas suatu reaksi emosional, kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau suatu sikap.

Intensitas menggunakan internet berdasarkan kualitas merupakan bentuk perhatian dan ketertarikan yang dilakukan seseorang dalam menggunakan internet serta perasaan emosional dimana didalamnya terlibat minat dan penghayatan. yang timbul ketika mengakses internet. Sedangkan berdasarkan kuantitas banyaknya kegiatan yang dilakukan seseorang berdasarkan frekuensinya. Aspek-aspek yang digunakan dalam skala intensitas penggunaan internet menurut Chaplin (dalam Muna, 2014) yaitu frekuensi, lama waktu, perhatian penuh dan emosi. Dan Shatuti (dalam Muna, 2016) menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi intensitas menggunakan internet adalah *emotional coping*, keluar dari dunia nyata, lingkungan dan pemuas kebutuhan sosial dan interpersonal.

Internet juga mengubah pola hidup seseorang. Akses internet cepat ditambah telepon genggam yang layar lebar menjadikan semua mudah. Banyak hal bisa dikerjakan menggunakan telepon genggam terkoneksi internet. Aplikasi di telepon genggam menjadikan seseorang dimudahkan namun di sisi lain juga menjadi ketergantungan. Pola hidup berubah menjadi kecanduan dengan internet.

Aplikasi yang memudahkan orang bertukar pesan, menyebarkan informasi, eksistensi kadang menjadikan penggunaannya kecanduan. Interaksi dengan lingkungan sekitar berubah. Interaksi tatap muka kini dimudahkan dengan adanya aplikasi yang bisa mengatasi jarak. Namun penggunaannya justru mayoritas bergeser porsinya pada interaksi menggunakan telepon genggam. Dampak yang tidak disadari dari pengaruh penggunaan telepon genggam yang memiliki akses internet

adalah kecanduan dan berkurangnya kualitas interaksi dengan sekitar.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang banyak menggunakan angket, dimulai dari pengumpulan data hingga penafsiran terhadap data serta penampilan data dari hasilnya (Arikunto 2010). Rancangan penelitian deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan hubungan intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing*. Sedangkan penelitian korelasional digunakan untuk mengetahui ada tidaknya dinamika hubungan antara intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMA Negeri X Tenggarong.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti menggunakan rancangan penelitian deskriptif korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara dua fenomena atau lebih (Arikunto, 2010).

Subjek Penelitian

Populasi penelitian adalah siswa-siswi SMA Negeri X Tenggarong dengan jumlah 915 orang. Sampel penelitian berjumlah 100 orang. Adapun ciri-ciri dari subyek penelitian yaitu Siswa-siswi yang memiliki *smartphone* dan berusia 16 tahun sampai dengan 18 tahun. Menurut Hurlock (2006) masa remaja akhir adalah berusia 16

atau 17 tahun hingga 18 tahun, pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa awal.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu alat pengukuran atau instrumen. Instrumen penelitian yang digunakan ada dua yaitu skala perilaku *phubbing* dan intensitas mengakses internet. Menurut Keadag (2015), terdapat 2 aspek dari perilaku *phubbing* yaitu gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Sedangkan aspek yang digunakan dalam skala intensitas penggunaan internet menurut Chaplin (dalam Muna, 2014) yaitu frekuensi, lama waktu, perhatian penuh dan emosi. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan teknik uji coba atau *try out*. Menurut Hadi (2004) uji coba digunakan untuk menguji hipotesis penelitian dan hanya data dari aitem atau butir sah saja yang di analisis.

Teknik Analisa Data

Sebelum dilakukan uji analisis hipotesis terlebih dahulu akan diadakan uji asumsi yaitu terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasi parsial, keseluruhan teknik analisa data menggunakan SPSS versi 21.

HASIL PENELITIAN

Hasil Uji Validitas

Tabel 1. Hasil Uji Validitas Perilaku *Phubbing*

Aspek	Jumlah butir			r terendah – tertinggi	Sig terendah – tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
1	16	5	11	0.390 – 0.658	0.015 – 0.000
2	16	3	13	0.304 – 0.594	0.008 – 0.000

Skala perilaku *phubbing* terdiri dari 32 butir dan terbagi atas dua aspek yaitu

gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Berdasarkan data hasil analisis butir

didapatkan dari r hitung > 0.300 . sehingga berdasarkan hasil uji validitas terdapat 8 aitem yang gugur atau dinyatakan tidak valid.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Intensitas Mengakses Internet

Aspek	Jumlah butir			r terendah – tertinggi	Sig terendah – tertinggi
	Awal	Gugur	Sahih		
1	10	1	9	0.421 – 0.567	0.000 – 0.000
2	10	3	7	0.319 – 0.506	0.000 – 0.000
3	6	-	6	0.314 – 0.631	0.001 – 0.000
4	6	2	4	0.492 – 0.622	0.007 – 0.000

Skala intensitas mengakses internet terdiri dari 32 butir dan terbagi atas empat aspek yaitu frekuensi, durasi, perhatian dan emosi. Berdasarkan data hasil analisis butir

didapatkan dari r hitung > 0.300 . sehingga berdasarkan hasil uji validitas terdapat 6 aitem yang gugur atau dinyatakan tidak valid.

Hasil Uji Asumsi

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogrov-Smirnov Z	p	Keterangan
Perilaku <i>phubbing</i>	0.884	0.125	Normal
Intensitas mengakses internet	0.951	0.200	Normal

Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel perilaku *phubbing* menghasilkan nilai $Z = 0.884$ dan $p = 0.125$ ($p > 0.05$). Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir perilaku *phubbing* adalah normal. Hasil uji asumsi

normalitas sebaran terhadap variabel intensitas mengakses internet menghasilkan nilai $Z = 0.951$ dan $p = 0.200$ ($p > 0.05$). Hasil uji berdasarkan kaidah menunjukkan sebaran butir-butir intensitas mengakses internet adalah normal.

Hasil Uji Linieritas

Tabel 4. Hasil Uji Linieritas Hubungan

Variable	F Hitung	F Tabel	p	Keterangan
Perilaku <i>phubbing</i> – Intensitas mengakses internet	1.016	3.93	0.303	Linear

Hasil uji asumsi linieritas antara variabel intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing* menunjukkan nilai *deviant from linierity* $p = 0.303$ ($p >$

0.05) dan F hitung = $1.016 < F$ tabel = 3.93 . Hal ini menunjukkan hubungan antara variabel intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing* dinyatakan linear

Uji Deskriptif

Tabel 5. Hasil Uji Deskriptif

Variabel	Mean Empirik	SD Empirik	Mean Hipotetik	SD Hipotetik	Status
Perilaku <i>phubbing</i>	103.34	6.871	80	16	Tinggi
Intensitas mengakses internet	99.50	5.047	80	16	Tinggi

Pada tabel diatas didapatkan hasil secara umum pada siswa di sekolah X. Dengan nilai mean empirik 103.34 dan mean hipotetik 80 pada variabel perilaku *phubbing*, sedangkan pada variabel intensitas mengakses internet didapatkan

nilai mean empirik 99,5 dan mean hipotetik 80. Hal tersebut mengindikasikan bahwa subjek memiliki perilaku *phubbing* dan intensitas mengakses internet pada tingkat tinggi di sekolah X.

Uji Hipotesis

Tabel 6. Hasil Uji Analisis Pearson R Correlation

Variable	r pearson	p	Keterangan
Perilaku <i>phubbing</i> (Y) Intensitas mengakses internet (X)	0.730	0.000	Hubungan positif

Berdasarkan analisis *pearson r correlation* pada tabel di atas didapatkan hasil terdapat hubungan positif antara intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing*, dengan nilai $r = 0.730$ dan nilai Sig = 0.000 ($p < 0.05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat intensitas mengakses internet

dengan perilaku *phubbing*. Artinya, semakin tinggi intensitas mengakses internet seorang siswa maka tingkat perilaku *phubbing* akan semakin tinggi. Sebaliknya jika semakin rendah intensitas mengakses internet seorang siswa maka tingkat perilaku *phubbing* akan semakin rendah.

Hasil Uji Hipotesis Tambahan

Tabel 7. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial dengan gangguan komunikasi (Y₁)

Faktor	r Hitung	r Tabel	p	Keterangan
Frekuensi (X ₁)	0.173	0.194	0.081	Berkorelasi signifikan
Durasi (X ₂)	0.469	0.197	0.000	Berkorelasi signifikan
Perhatian (X ₃)	0.624	0.197	0.000	Berkorelasi signifikan
Emosi (X ₄)	0.487	0.197	0.000	Berkorelasi signifikan

Berdasarkan tabel 7 aspek perhatian (X₃) dengan gangguan komunikasi (Y₁) diperoleh nilai r Hitung = 0.624 > r tabel = 0.194, dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek perhatian mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek gangguan komunikasi yang dialami siswa di sekolah X. Kemudian emosi (X₄) dengan gangguan komunikasi (Y₁) diperoleh nilai r Hitung = 0.487 > r tabel = 0.194, dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal

ini menunjukkan aspek emosi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek gangguan komunikasi yang dialami siswa di sekolah X, dan aspek durasi (X₂) dengan gangguan komunikasi (Y₁) diperoleh nilai r Hitung = 0.479 > r tabel = 0.194, dengan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek durasi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek gangguan komunikasi yang dialami siswa di sekolah X.

Tabel 8. Hasil Uji Analisis Korelasi Parsial dengan obsesi terhadap ponsel (Y₂)

Faktor	r Hitung	r Tabel	p	Keterangan
Frekuensi (X ₁)	0.310	0.194	0.001	Berkorelasi signifikan
Durasi (X ₂)	0.533	0.197	0.000	Berkorelasi signifikan
Perhatian (X ₃)	0.610	0.197	0.000	Berkorelasi signifikan
Emosi (X ₄)	0.541	0.197	0.000	Berkorelasi signifikan

Berdasarkan tabel 8 aspek perhatian (X₃) dengan obsesi terhadap ponsel (Y₂) diperoleh nilai r Hitung = 0.610 > r tabel = 0.194, dengan nilai p = 0.000 (p < 0.05). Hal ini menunjukkan aspek perhatian mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek obsesi terhadap ponsel yang dialami siswa di sekolah X, Aspek durasi (X₂) dengan obsesi terhadap ponsel (Y₂) diperoleh nilai r Hitung = 0.553 > r tabel = 0.194, dengan nilai p = 0.000 (p < 0.05). Hal ini menunjukkan aspek durasi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek obsesi terhadap ponsel yang dialami siswa di sekolah X. Kemudian emosi (X₄) dengan obsesi terhadap ponsel (Y₂) diperoleh nilai r Hitung = 0.541 > r tabel = 0.194, dengan nilai p = 0.000 (p < 0.05). Hal ini menunjukkan aspek emosi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek obsesi terhadap ponsel yang dialami siswa di sekolah X dan aspek frekuensi (X₁) dengan obsesi terhadap ponsel (Y₂) diperoleh nilai r Hitung = 0.310 > r tabel = 0.194, dengan nilai p = 0.001 (p < 0.05). Hal ini menunjukkan aspek frekuensi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek obsesi terhadap ponsel yang dialami siswa di sekolah X.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada analisis *Person R Correlation* menunjukkan bahwa intensitas mengakses internet didapatkan hasil hubungan positif dengan perilaku *phubbing*, dengan nilai r hitung = 0.730 dan nilai Sig = 0.000 (p < 0.05), maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis H₁ “ada hubungan antara intensitas mengakses

internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMA Negeri X Tenggaraong” diterima dan Ho “Tidak ada hubungan antara intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing* pada siswa SMA Negeri X Tenggaraong” ditolak artinya terdapat pengaruh intensitas mengakses internet dengan terjadinya perilaku *phubbing* SMA Negeri X Tenggaraong.

Hal ini sesuai dengan hasil uji deskriptif dan kategorisasi dari penelitian ini yang menunjukkan hasil pengukuran melalui skala intensitas mengakses internet yang telah diisi diperoleh mean empirik sebesar 99.50 lebih tinggi dari mean hipotetik sebesar 80 dan termasuk kategori tinggi. Hal ini membuktikan bahwa siswa berada pada kategori tingkat intensitas mengakses internet yang tinggi, adapun sebaran frekuensi data untuk skala intensitas mengakses internet bahwa siswa cenderung memiliki rentang nilai skala intensitas mengakses internet yang berada pada kategori sangat tinggi dengan rentang nilai 88-104 dan frekuensi sebanyak 85 siswa atau sekitar 82.5 persen.

Sehingga menunjukkan siswa di sekolah X memiliki intensitas mengakses internet yang tinggi, sedangkan perilaku *phubbing* yang dimiliki siswa di sekolah X. dikategorikan tinggi, dengan nilai mean empirik 103.34 dan mean hipotetik 80, hal ini mengindikasikan bahwa siswa mendapatkan perilaku *phubbing* pada tingkat yang tinggi, adapun sebaran frekuensinya menyatakan bahwa siswa di sekolah X memiliki rentang nilai skala perilaku *phubbing* yang berada pada

kategori sangat tinggi dengan rentang nilai 88-104 dan frekuensi sebanyak 71 siswa atau sekitar 68,9 persen. Hal ini menunjukkan siswa di sekolah X memiliki perilaku *phubbing* yang tinggi.

Perilaku *phubbing* sebagai akibat kemunculan *smartphone* dapat dianalisa menggunakan teori ketergantungan mengakses internet dimana secara sederhana teori ini ingin menegaskan bahwa semakin seseorang tergantung pada kebutuhannya dalam mengakses internet, maka semakin penting peranan internet dalam kehidupan seseorang, dan hal tersebut akan memberikan lebih banyak pengaruh kepada individu yang bersangkutan terutama perilaku *phubbing* dalam mengakses internet (Barran. 2010). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Syifa (2020) bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan karena mengakses internet secara terus menerus berpengaruh terhadap perilaku *phubbing* mahasiswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan wawancara yang peneliti lakukan dengan SR yang merupakan guru pengajar di sekolah tersebut, yang menyatakan bahwa karena adanya kebebasan yang diberikan oleh sekolah dalam membawa dan menggunakan *smartphone*, sehingga membuat beberapa siswa jauh lebih memperhatikan *smartphone* yang dimiliki. Dan diperkuat kembali dengan hasil wawancara dengan salah satu siswa yang berinisial AN yang menyatakan bahwa diwaktu istirahat ia lebih memilih mengakses internet untuk sekedar membuka sosial media atau bermain game, dan sepulangnya dari sekolah ia mampu bermain game hingga larut malam sedangkan besok paginya kembali bersekolah.

Siswa yang memiliki perilaku *phubbing* cenderung tidak lagi memiliki kesopanan dan menghargai orang lain, dengan lebih menyukai lingkungan virtual

yang terdapat pada *smartphone* daripada kehidupan nyata (Karadeg et al., 2016). Perilaku *phubbing* berpotensi memiliki pengaruh pada interaksi sosial. Efek yang dapat timbul dari perilaku *phubbing* adalah berkurangnya perasaan memiliki sehingga dapat mempengaruhi persepsi kualitas komunikasi dan kepuasan dalam bersosial (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

Seseorang yang memiliki perilaku *phubbing*, tentunya memiliki pula gangguan pada pola komunikasi interpersonal. Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang dilakukan secara tatap muka antar pribadi yang dapat memberikan efek dan umpan balik baik secara verbal ataupun juga nonverbal (Haomasanan & Nofharina, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Sariani, (2014) menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* mempengaruhi komunikasi interpersonal secara signifikan. Hal tersebut dikarenakan *smartphone* telah menjadi bagian baru dalam kehidupan manusia, sehingga manusia kini lebih merasa harus membuka dan mengecek *smartphone* walaupun sedang dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Seseorang yang berperilaku *phubbing* memiliki kualitas hubungan dengan orang lain menurun. Hal tersebut telah dibuktikan berdasarkan hasil dari korelasi parsial dimana aspek frekuensi terdapat hubungan yang signifikan dengan aspek gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Artinya jika siswa mengakses internet dengan intensitas yang tinggi menyebabkan terjadinya interaksi yang berlebihan terhadap *smartphone* nya maka, yang terjadi siswa tersebut akan asik dengan dunianya sendiri dan mengabaikan orang lain disekitarnya.

Pada hipotesis tambahan aspek durasi dengan gangguan komunikasi memiliki hubungan yang signifikan. Artinya lama waktu yang digunakan tiap kali mengakses internet dapat menyebabkan terjadinya gangguan komunikasi pada

siswa. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hanika (2015) ditemukan bahwa lama waktu dalam menggunakan gadget terutama mengakses internet untuk berselancar di media sosial dapat menyebabkan komunikasi dengan orang sekitar menjadi terganggu, sehingga akan berpotensi menyebabkan munculnya perilaku *phubbing* dari diri siswa.

Pada aspek perhatian dengan gangguan komunikasi memiliki hubungan yang signifikan. Artinya jika siswa hanya berfokus saja atau berkonsentrasi terhadap gadget yang dimiliki, sehingga akan menyebabkan siswa tersebut tidak menghiraukan lingkungan sekitarnya. Siswa yang memiliki perilaku untuk terlalu fokus terhadap gadget dengan mengakses internet seperti bermain *game online*, akan fokus ke hal tersebut, sehingga tidak akan menghiraukan orang lain. Jika hal tersebut terjadi maka hubungan dengan teman sebaya akan kurang harmonis (Haigh, 2012)

Pada aspek emosi dengan gangguan komunikasi memiliki korelasi yang signifikan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan siswa berinsial MR bahwa ia lebih senang berbicara dengan teman online nya (teman yang berada didalam game) ketimbang berbicara secara langsung. Gangguan komunikasi yang terjadi di dalam hal ini adalah gangguan komunikasi yang disebabkan karena hadirnya ponsel sebagai faktor yang mengganggu komunikasi face to face di lingkungan (Karadeg et al., 2016).

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan positif antara intensitas mengakses internet dengan perilaku *phubbing* di SMA Negeri X Tenggarong. Artinya, semakin tinggi intensitas mengakses internet seorang siswa maka tingkat perilaku *phubbing* akan semakin tinggi. Sebaliknya jika semakin rendah

intensitas mengakses internet seorang siswa maka tingkat perilaku *phubbing* akan semakin rendah.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Pihak sekolah diharapkan membuat kebijakan untuk mengatur penggunaan gadget disekolah, memberikan batasan waktu dan kapan saja gadget boleh dipergunakan dalam proses pembelajaran dikelas atau di lingkungan sekolah.
2. Guru diharapkan membuat aturan tentang larangan penggunaan *smartphone* di lingkungan sekolah dan memberikan tindakan yang tegas jika terbukti membawa *smartphone*. Dan disarankan untuk tetap ikut berperan dalam meningkatkan kepedulian sosial dengan terus memperhatikan, membimbing, dan mengawasi perilaku siswa disekolah. Dengan cara melakukan langkah persuasif seperti, diskusi dengan para siswa penggunaan internet yang positif serta dampak negatif yang mungkin timbul bila seringnya berinternet. Salah satunya dampak negatif yang timbul yaitu, cenderung tidak lagi memiliki kesopanan dan menghargai orang lain dan gangguan pada pola komunikasi interpersonal.
3. Siswa-siswi diharapkan dapat melibatkan diri untuk mengikuti kegiatan positif di sekolah misalnya mewajibkan siswa agar memilih salah satu dari kegiatan ekstrakurikuler serta mengadakan kegiatan sosial untuk meningkatkan rasa kepedulian terhadap sesama, sehingga tidak berfokus kepada gadget saja. Misalnya mengadakan kegiatan bakti sosial, mengunjungi panti sosial dan lain-lain.
4. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan hal sebagai berikut :

- a. Peneliti yang tertarik melakukan penelitian dengan tema yang sama disarankan menggunakan variabel bebas yang berbeda seperti interaksi sosial, kecerdasan emosi dan kontrol diri.
- b. Memilih subyek penelitian dengan karakteristik responden yang lebih spesifik berdasarkan usia atau jenis kelamin dan menambahkan lagi jumlah responden penelitian yang lebih banyak dari ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajo. (2014). Kemkominfo: Pengguna internet capai 82 juta. *Kemkominfo.Com*, 1-2. http://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3980/Kemkominfo%3A+Pengguna+Internet+di+Indonesia+Capai+82+Juta/0/berita_satker#.VQaCovmUf3E.
- Ali, M., & Asrori. (2011). *Psikologi remaja – Perkembangan peserta didik*. Cetakan ketujuh. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek Edisi V*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus lengkap Psikologi*. Diterjemahkan: Kartini Kartono. Jakarta: PT. Radja Grafindo Persada.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Dayaksini, T., & Hudaniah. (2009). *Psikologi social*. Malang: UMM Press.
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal Connected World*, 2(2), 1–10. <https://doi.org/10.1086/690940>
- Fatnar, V. N., & Anam, C. (2014). Kemampuan interaksi sosial antara remaja yang tinggal di pondok pesantren dengan yang tinggal bersama keluarga. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 2(2), 71-75.
- Haigh, N. (2012). *Stop phubbing*. Diakses pada 15 Desember 2019 dari stopphubbing.com.
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena phubbing di era milenial. *Jurnal Interaksi*, 4(1), 42–51.
- Haomasanan, P., & Nofharina, N. (2018). Pengaruh penggunaan smartphone terhadap pola komunikasi interpersonal siswa smp negeri 50 bandung. *Jurnal Komunikasi*, 12(1), 1–7.
- Istiqomah, S. N. (2015). *Pengaruh kematangan emosi dan kecerdasan social terhadap interaksi sosial siswa program akselerasi*. (Skripsi) Malang: Universitas Islam Malang.
- Jannah, M. (2016). *Pengaruh metode applied behavior analysis terhadap peningkatan kemampuan interaksi sosial pada anak autis*. (Tesis). UIN Sunan Ampel Surabaya.
- 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.
- Karadeg, 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>
- Kelley, J., Evans, M. D. R., & Sikora, J. (2014). Scholarly culture and academic

- performance in 43 nations. *Social Forces*, 92(4), 1573-1605.
- Mahmudah, S. (2010). *Psikologi sosial*. Malang: UIN Maliki Press.
- Normawati, M. S., & Priliantini, A. (2018). Pengaruh kampanye “let’s disconnect to connect” terhadap sikap anti phubbing (survei pada followers official account line starbucks indonesia). *Jurnal Komunikasi, Media Dan Informatika*, 7(3), 155–164.
- Pathak, S. (2013). McCann Melbourne made up a word to sell a print dictionary: New campaign for Macquarie birthed ‘phubbing’. Diakses pada 3 Februari 2020, dari https://www.researchgate.net/publication/322682365_the_effect_of_phubbing_on_social_interaction.
- Phincot. (2010). *How mobile technology is changing out culture*. CONISAR Proceedings USA: Conference on Information Systems Applied Research.
- Raho, B. (2004). *Sebuah pengantar sosiologi*. Surabaya: Sylvia.
- Santoso, S. (2015). *SPSS20 Pengolahan data statistik di era informasi*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo.
- Santrock, J. W. (2010). *Remaja (edisi Kesebelas)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, J. (2006). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sariani, D. (2014). Pengaruh penggunaan smartphone terhadap komunikasi interpersonal masyarakat kota batam. *CBIS Journal*, 2(2), 10–31.
- Sujidno, A. (2010). *Pengantar Statistik Pendidikan*. PT Radja Grafindo Persada.
- Syifa, A. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 83–96. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6309>
- Slamet. S. (2010). *Teori—teori psikologi sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Susanto, A. D. (2014). *Pertumbuhan penjualan smartphone di Indonesia*. Di akses 12 Desember 2019, dari <https://www.merdeka.com/teknologi/pertumbuhan-penjualan-smartphone-di-indonesia-10-15-persen.html>
- Varoth, C., & Karen, M. D. (2017). The effects of phubbing on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 2-40.
- Walgito, B. (1980). *Bimbingan dan penyuluhan di Sekolah*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Youarti, Indah, E., & Hidayah, N. (2018). Perilaku phubbing sebagai karakter remaja generasi z. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 143-151.
- Zhang, K. Z., Chen, C., & Lee, M. K. (2014). Understanding the role of motives in smartphone addiction. *Pacific Asia Conference on Information System*, 1(1),10-31.