

Intensitas Mengakses Media Sosial Dengan Perilaku *Phubbing* Pada Mahasiswa

Beauty Bintang Rahayu

Department of Psychology, Mulawarman Samarinda University, Indonesia

Article Info

Article history:

Received 5 Juli 2021

Revised 19 Juli 2021

Accepted 26 Juli 2021

Keywords:

intensity of accessing;

social media;

phubbing behaviour

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between the intensity of accessing the social media with phubbing behavior. This study uses quantitative approach. The subject of this study was 75 Psychology students of Mulawarman University. The sampling technique used was nonprobability sampling, which was purposive sampling. The data collection method used was the scale of phubbing behavior and the intensity of accessing social media. The data analysis techniques use the product moment correlation test with the assistance of Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 21.0 for Windows program. The result of this study indicates that there is no relationship between the intensity of accessing social media and phubbing behavior among the Students, with the value of $r = -0.083$ and $Sig = 0.475$ ($p > 0.05$).

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah 75 mahasiswa Psikologi Universitas Mulawarman. Teknik sampling yang digunakan dengan *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala perilaku *phubbing* dan intensitas mengakses media sosial. Teknik analisa data yang menggunakan uji korelasi *product moment* dengan bantuan program *Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 21.0 for Windows*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa, dengan nilai $r = -0.083$ dan nilai $Sig = 0.475$ ($p > 0.05$).

Kata kunci

intensitas mengakses;
media sosial;
perilaku *phubbing*

Corresponding Author :

Beauty Bintang Rahayu

Program Studi Psikologi

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Mulawarman

Email: beautybr.shop@gmail.com

PENDAHULUAN

Pada zaman era *millennial*, perkembangan teknologi semakin maju dan canggih. Zaman dulu berkomunikasi yang paling sering dilakukan yaitu komunikasi secara langsung dimana orang yang berkomunikasi saling bertemu dan bertatap muka. Orang tidak lagi harus bertemu dengan lawan bicara untuk menyampaikan pesan karena dapat diwakilkan dengan adanya komunikasi secara tidak langsung yaitu gawai (Hanika, 2015).

Berdasarkan hasil riset *Wearesosial* Hootsuite yang dirilis Januari 2019 pengguna media sosial di Indonesia mencapai 150 juta atau sebesar 56% dari total populasi. Jumlah tersebut naik 20% dari survei sebelumnya. Sementara pengguna media sosial (gawai) mencapai 130 juta atau sekitar 48% dari populasi. Besarnya populasi, pesatnya pertumbuhan pengguna internet dan gawai merupakan potensi bagi ekonomi digital nasional. Alhasil, muncul *e-commerce*, transportasi *online*, toko *online* dan bisnis lainnya berbasis internet di tanah air. Ini akan menjadi kekuatan ekonomi digital di kawasan Asia Tenggara.

Media sosial diakses banyak orang sebagai tempat mencari informasi dan komunikasi satu sama lain tetapi disalah gunakan saat berkumpul bersama teman, keluarga maupun saat perkuliahan, yang asik sendiri mengakses media sosial. Perilaku tersebut disebut perilaku *phubbing* yaitu menyakiti seseorang yang sibuk mengakses gawai (media sosial) tidak memperhatikan orang terdekatnya.

Phubbing tidak hanya lebih umum, tetapi juga kemungkinan efeknya. Misalnya, rata-rata 36 kasus *phubbing* diamati di satu restoran selama makan siang, yang setara dengan menghabiskan 570 hari sendirian sambil bersama orang lain. Selain itu, 97% individu merasa makanan mereka terasa lebih buruk saat melakukan *phubbing*. Yang lebih mengejutkan adalah temuan bahwa

87% remaja lebih suka berkomunikasi melalui pesan dari pada komunikasi tatap muka (Karadag, dkk., 2016).

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Franchina, dkk., (2018) survei skala besar di antara 2663 remaja *Flemish*, studi ini mengeksplorasi hubungan antara (*Fear of Missing Out*) FOMO, penggunaan media sosial, penggunaan media sosial yang bermasalah (PSMU) dan perilaku *Phubbing*. Hasilnya remaja yang ketakutannya tinggi lebih mungkin untuk merasa kehilangan ketika menggunakan gawai dan media sosial secara berlebihan, yang pada gilirannya dapat membuat mereka mem-*phub* mitra interaksi *offline* mereka.

Berdasarkan hasil riset *Wearesosial* Hootsuite yang dirilis Mei 2020, media sosial dengan pengguna aktif terbanyak April 2020. *Facebook* menjadi media sosial paling populer di dunia, dengan total pengguna aktif yang mencapai 2,49 miliar pada April 2020. *YouTube* dan *WhatsApp* berada di posisi kedua dan ketiga dengan 2 miliar pengguna aktif. *Instagram*, dan *TikTok* menyusul setelahnya. Sementara, *Twitter* tidak masuk dalam 10 besar media sosial dengan pengguna terbanyak sepanjang bulan lalu (*We Are Social*, 2020).

Media sosial yang sangat banyak digunakan oleh kalangan remaja terutama kalangan mahasiswa. Media sosial berdasarkan fitur dan fungsinya, diantaranya sebagai jaringan hubungan, jaringan berbagi media, ulasan *online*, forum diskusi, *platform* penerbitan sosial, *bookmarking sites*, jaringan berbasis minat, dan *e-commerce*. Bentuk aplikasinya yang sangat *familiar* berupa *Facebook*, *Instagram*, *YouTube*, *Google Plus*, *Twitter*, *Tumblr*, *Pinterest* dll. Sedangkan media sosial chat ini bersifat lebih pribadi dan biasanya hanya ada di aplikasi gawai *WhatsApp*, *Line*, *Bbm* adalah yang paling akrab di Indonesia (Anshori, dkk., 2019).

Hasil wawancara peneliti ke mahasiswa: Subjek DA mengatakan bahwa setiap hari ia menggunakan media sosial, kecuali pada saat tidak mempunyai kuota internet, gawai rusak atau kehilangan gawai. Ia juga mengatakan bahwa mengakses media sosial (internet) untuk mengerjakan tugas serta YouTube untuk mencari bahan dalam membuat tugas tetapi kurang mendapatkan informasi sehingga lebih berminat untuk mengakses konten artis untuk menambah wawasan. Subjek DA juga mengatakan media sosial seperti *WhatsApp* untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman. Sedangkan *Instagram*, *Facebook* dan media sosial lainnya digunakan untuk melihat *feed*, informasi, *Stories* teman-teman, artis dan selebgram. Terkadang subjek DA sedang berjalan bersama teman, sahabat atau berkumpul di waktu perkuliahan saat jam kosong sebelum pandemi COVID-19 subjek DA dan teman-temannya sibuk mengakses media sosial *Instagram*, membalas *chat WhatsApp*.

Ketika berkumpul bersama teman-teman, salah satu teman subjek DA sering melihat ke arah gawai. Akhirnya mereka semua menggunakan gawai tetapi hanya fokus dengan gawai mereka masing-masing dan tidak saling melanjutkan cerita. Subjek DA mengatakan, mengabaikan pembicaraan Ibu yang sedang bercerita tetapi matanya sesekali melihat ke arah gawai membalas *chat* atau sambil menonton YouTube yang menyebabkan ibunya marah. Ketika sedang berkumpul di rumah bersama keluarga, semua sibuk memegang gawai, Ibu dan Kakak menonton YouTube sedangkan Adik dan subjek terkadang membalas *chat WhatsApp*, membuka *Instagram* maupun YouTube. Semenjak adanya pandemi COVID-19 semakin susah untuk lepas dari media sosial karena menghabiskan waktu di rumah bisa membuat seseorang bosan, ketika semua pekerjaan di rumah telah selesai

dilakukan sehingga dapat menghabiskan waktu berjam-jam untuk mengakses media sosial.

Selain subjek DA peneliti juga mewawancarai subjek AS. Subjek AS mengatakan hal yang hampir serupa dengan yang dikatakan oleh subjek DA. Setiap hari ia membuka media sosial, kecuali pada saat tidak mempunyai kuota internet, gawai rusak atau kehilangan gawai. Ia juga mengatakan bahwa mengakses media sosial (internet) untuk mengerjakan tugas. Subjek AS juga menggunakan media sosial seperti *WhatsApp* untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman. Sedangkan *Instagram*, *Facebook* dan media sosial lainnya digunakan untuk berkomunikasi secara singkat. Subjek AS mengakses media sosial >3 jam dalam sehari hanya untuk melihat *feed*, *story* teman maupun selebgram saja. Pada saat berinteraksi langsung bersama teman-teman, salah satu teman subjek AS sering melihat ke arah gawai dan ia pun menegur agar mendengarkan ia bercerita. Ketika berkumpul di rumah bersama keluarga seperti Adik, Ibu dan Bapak mereka menaruh gawai agar bisa saling bercerita satu sama lain.

Banyaknya media sosial saat ini membuat para pengguna betah untuk mengakses jejaring sosial tersebut. Intensitas penggunaan media sosial sendiri sangat beragam bagi anak-anak, remaja, maupun orang dewasa. Tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang di dasari rasa senang terhadap kegiatan secara berulang-ulang. Menurut Fahmi (2019) intensitas merupakan tingkat keadaan atau ukuran dalam melakukan suatu kegiatan. Intensitas dapat dikatakan sebagai bentuk ketertarikan seseorang berdasarkan kualitas dan kuantitas yang ditunjuk individu tersebut (Taqwa, 2018).

Media sosial merupakan sebuah sarana media *online*, dimana para penggunanya bisa dengan mudah saling

berbagi informasi yang digunakan untuk bersosialisasi dalam berhubungan, baik secara personal, kelompok antar pengguna. Media sosial menjadi lebih mudah diakses dengan gawai dan didukung jaringan internet dimana saja. Remaja yang menggunakan media sosial secara berlebihan menjadi remaja yang kurang *perform*. Penelitian sebelumnya oleh Chantika (2018) siswa-siswa yang memiliki tingkat intensitas penggunaan media sosial *Line* yang tinggi, merupakan siswa-siswa yang memiliki hasil prestasi belajar yang rendah, dan begitu pula sebaliknya. Dan menurut Sariyani (2017) semakin rendah kontrol diri dan semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka semakin rendah kemampuan sosialisasi yang dimiliki oleh siswa SMA Negeri 5 Samarinda.

Berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Annisa, dkk., (2020), Tingkat kepercayaan diri dan intensitas penggunaan media sosial aplikasi pesan singkat *WhatsApp* pada mahasiswa program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta Angkatan 2018 memiliki hubungan negatif yang kuat.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada mahasiswa, tidak semua mahasiswa yang sedang duduk berkumpul bersama teman, sahabat maupun keluarga cenderung sibuk sendiri dengan gawai masing-masing untuk mengakses media sosial. Intensitas mengakses media sosial seperti *YouTube*, *Instagram*, *WhatsApp*, *Facebook* tinggi dan ada juga yang berinteraksi dengan teman lainnya. Seseorang merasa tidak dihargai saat bercerita ketika teman atau orang yang berada di dekatnya sibuk dengan gawai mengakses media sosialnya. Hasil penelitian ini menunjukkan perilaku *phubbing* berhubungan dengan intensitas mengakses media sosial.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka diperoleh rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah ada hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa?

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian pada penelitian ini adalah Untuk mengetahui dan menganalisis hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa.

Berdasarkan uraian teroris yang telah dikemukakan diatas, maka hipotesis awal dari penelitian ini yaitu, Ha: Adanya hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa. Ho: Tidak adanya hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Pengambilan subjek menggunakan teknik *purposive sampling* yang terlibat dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif, dewasa awal yang berusia 18-24 tahun. Alasannya *Crowdtap*, *Ipsos MediaCT*, dan *The Wall Street Journal* pada tahun 2014 melibatkan 839 responden dari usia 16 hingga 36 tahun jumlah waktu yang di habiskan untuk mengakses internet dan media sosial mencapai 6 jam 46 menit per hari, melebihi aktivitas untuk mengakses media tradisional, aktif menggunakan media sosial dalam intensitas rata-rata lebih dari 3 jam. Alasannya pada tahun 2019 Andi Saputra dalam *jurnal nya Mahasiswa memanfaatkan media sosial tidak dalam waktu khusus dengan rata-rata durasi penggunaan selama 1 – 6 jam sehari.*

Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif, sebagaimana yang dikemukakan oleh Sugiyono (2016), dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas skala *phubbing* dan skala intensitas mengakses media sosial. Pengumpulan

data digunakan menggunakan skala *likert* yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

Teknik Analisis Data

Analisa data yang dilakukan untuk pengolahan data penelitian adalah dengan menggunakan teknik analisis *parametrik* dengan Uji Korelasi *Product Moment*. Hal ini dilakukan untuk mengetahui hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa. Kemudian semua hasil data yang diperoleh akan di olah menggunakan aplikasi SPSS (*Statistical Package for The Sciences*). Sebelum dilakukan uji analisis hipotesis terlebih dahulu akan diadakan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas.

HASIL PENELITIAN

Hasil Uji Asumsi: Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	P	Keterangan
<i>Phubbing</i>	0.077	0.200	Normal
Intensitas Mengakses Media Sosial	0.105	0.056	Normal

Hasil uji asumsi normalitas sebaran terhadap variabel *phubbing* menghasilkan nilai $Z = 0.077$ dan $p = 0.200$. Hasil uji normalitas berdasarkan kaidah menunjukkan bahwa sebaran butir-butir *phubbing* adalah normal. sebaran terhadap variabel intensitas

mengakses media sosial menghasilkan nilai $Z = 0.105$ dan $p = 0.056$. Hasil uji normalitas berdasarkan kaidah menunjukkan bahwa sebaran butir-butir intensitas mengakses media sosial adalah normal.

Hasil Uji Asumsi: Uji Linearitas

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F Hitung	F Tabel	P	Keterangan
Intensitas Mengakses Media Sosial <i>Phubbing</i>	1.185	3.25	0.303	Linier

Hasil uji asumsi linearitas antara variabel intensitas mengakses media sosial dengan *phubbing* mempunyai nilai F hitung = 1.185 < F tabel 3.25, dan nilai signifikan $p = 0.303$ ($p > 0.05$) yang berarti keduanya memiliki hubungan yang linier.

Hasil Uji Hipotesis

Tabel 3. Hasil Uji Analisis Pearson Product Moment

Variable	r pearson	P	Keterangan
Perilaku <i>phubbing</i> (Y) Intenstias mengakses media sosial (X)	-0.083	0.475	Tidak signifikan

Berdasarkan analisis *pearson r* pada tabel di atas didapatkan hasil tidak terdapat hubungan antara intenstias mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing*, dengan nilai $r = -0.083$ dan nilai $\text{Sig} = 0.475$ ($p > 0.05$), dimana angka ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini tidak diterima artinya tidak terdapat hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel intensitas mengakses media sosial dengan variabel *phubbing*, ditemukan nilai $r = -0.083$ dan nilai $\text{Sig} = 0.475$ ($p > 0.05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini tidak diterima artinya tidak terdapat hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa.

Berdasarkan analisis *pearson r* pada tabel di atas didapatkan hasil tidak terdapat hubungan antara intenstias mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing*, dengan nilai $r = -0.083$ dan nilai $\text{Sig} = 0.475$ ($p > 0.05$), dimana angka ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini tidak diterima artinya tidak terdapat hubungan intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa mahasiswa yang berinisial DA mengatakan bahwa setiap hari ia menggunakan media sosial, kecuali pada

saat tidak mempunyai kuota internet, gawai rusak atau kehilangan gawai. Ia juga mengatakan bahwa mengakses media sosial (internet) untuk mengerjakan tugas serta YouTube untuk mencari bahan dalam membuat tugas tetapi kurang mendapatkan informasi sehingga lebih berminat untuk mengakses konten artis untuk menambah wawasan. Subjek DA juga mengatakan media sosial seperti WhatsApp untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman. Sedangkan Instagram, Facebook dan media sosial lainnya digunakan untuk melihat *feed*, informasi, *Stories* teman-teman, artis dan selebgram. Terkadang subjek DA sedang berjalan bersama teman, sahabat atau berkumpul di waktu perkuliahan saat jam kosong sebelum pandemi COVID-19 subjek DA dan teman-temannya sibuk mengakses media sosial Instagram, membalas *chat* WhatsApp.

Ketika berkumpul bersama teman-teman, salah satu teman subjek DA sering melihat ke arah gawai. Akhirnya mereka semua menggunakan gawai tetapi hanya fokus dengan gawai mereka masing-masing dan tidak saling melanjutkan cerita. Subjek DA mengatakan, mengabaikan pembicaraan Ibu yang sedang bercerita tetapi matanya sesekali melihat ke arah gawai membalas *chat* atau sambil menonton YouTube yang menyebabkan ibunya marah. Ketika sedang berkumpul di rumah bersama keluarga, semua sibuk memegang gawai, Ibu dan Kakak menonton YouTube sedangkan Adik dan subjek terkadang membalas *chat* WhatsApp, membuka Instagram maupun YouTube. Semenjak adanya pandemi COVID-19 semakin susah untuk lepas dari media sosial karena menghabiskan waktu di rumah bisa membuat seseorang bosan, ketika

semua pekerjaan di rumah telah selesai dilakukan sehingga dapat menghabiskan waktu berjam-jam untuk mengakses media sosial.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa mahasiswa yang berinisial AS mengatakan hal yang hampir serupa dengan yang dikatakan oleh subjek DA. Setiap hari ia membuka media sosial, kecuali pada saat tidak mempunyai kuota internet, gawai rusak atau kehilangan gawai. Ia juga mengatakan bahwa mengakses media sosial (internet) untuk mengerjakan tugas. Subjek AS juga menggunakan media sosial seperti *WhatsApp* untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman. Sedangkan *Instagram*, *Facebook* dan media sosial lainnya digunakan untuk berkomunikasi secara singkat. Subjek AS mengakses media sosial >3 jam dalam sehari hanya untuk melihat *feed*, *story* teman maupun *selebgram* saja. Pada saat berinteraksi langsung bersama teman-teman, salah satu teman subjek AS sering melihat ke arah gawai dan ia pun menegur agar mendengarkan ia bercerita. Ketika berkumpul di rumah bersama keluarga seperti Adik, Ibu dan Bapak mereka menaruh gawai agar bisa saling bercerita satu sama lain.

Kadarag, dkk., (2015) *phubbing* merupakan perilaku atau tindakan melecehkan seseorang dalam cakupan lingkungan sosial dengan terfokus pada gawai bukannya memperhatikan lawan bicara dan berinteraksi dengannya. Serta, mengarahkan pandangan ke gawai selama percakapan memiliki dampak negatif afiliasi, kedekatan, dan percakapan menjadi kurang intim.

Phubbing memiliki pengaruh untuk menjadikan mahasiswa menjadi kurang berinteraksi sosial seperti tatap muka dengan orang lain dan terkesan kurang menghargai orang di lingkungan sekitar, sehingga bisa berdampak negatif pada kehidupan sosial. Perilaku *phubbing* paling

sering terjadi pada mahasiswa karena seringnya mengakses gawai (Rosdiana & Hastituningtias, 2020).

Phubbing dianggap sebagai sesuatu yang negatif karena mahasiswa cenderung menyepelekan lawan bicara dan tidak memberikan apresiasi. Padahal di dalam perspektif komunikasi antar pribadi disebutkan oleh Devito, (2015) bahwa syarat komunikasi dapat berjalan dengan efektif adalah manajemen interaksi dan orientasi pada orang lain dimana harus dapat menghargai lawan bicara sehingga lawan bicara tidak merasa diabaikan dan diharapkan bahwa komunikasi dua arah pun akan tercipta.

Berdasarkan penjelasan tersebut ada variabel lain yang dapat mempengaruhi munculnya *phubbing* seperti penggunaan gawai dan terjadinya *fear of missing out*. Mahasiswa yang memiliki *phubbing* cenderung lebih aktif intensitasnya mengakses gawai sehingga kurang peduli pada kehidupan nyata (Karadag, dkk., 2016).

Berdasarkan pembahasan diatas, maka dapat di simpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara intensitas mengakses media sosial dengan perilaku *phubbing* pada Mahasiswa, artinya ada variabel lain yang mempengaruhi terjadinya *phubbing* bagi mahasiswa seperti penggunaan gawai, terjadinya ketakutan, kekhawatiran, dan kegelisahan yang mungkin dimiliki mahasiswa jika tidak memegang gawainya, serta intensitas mengakses media sosial. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan, mereka tidak merasa terganggu jika pada saat berkumpul temannya dominan memegang gawai sambil mengakses media sosial. Karena ketika mereka menggunakan media sosial, mereka masih saling berinteraksi satu sama lain di media sosial tersebut. Di era globalisasi, semakin canggih teknologi sehingga intensitas penggunaan gawai semakin tinggi. Sehingga meningkatnya

penggunaan gawai bukan lagi menjadi suatu masalah pada saat berinteraksi sosial karena semua orang mempunyai gawai dan sudah pasti mempunyai media sosial.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara intensitas mengakses media sosial dengan *phubbing* pada Mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran yaitu, Bagi mahasiswa diharapkan untuk dapat menempatkan diri dengan keadaan sosial masa kini, karena tidak semua lingkungan sosial mampu menerima perilaku *phubbing*. Meskipun dengan beragamnya fitur gawai yang mampu mempermudah komunikasi sehingga setiap individu disibukkan dengan gawainya masing-masing. Namun demikian komunikasi yang lebih efektif adalah komunikasi secara langsung yang dimana saling merespon percakapan untuk menciptakan hubungan sosial yang lebih terarah.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut dengan tema yang sama, diharapkan untuk menggunakan teknik pengumpulan data dan analisis data yang berbeda seperti menggunakan metode kualitatif maupun eksperimen agar memperkaya kajian mengenai *phubbing* dan intensitas mengakses media sosial, melakukan survei awal terlebih dahulu untuk menyempurnakan hasil penelitian dengan memperdalam latar belakang masalah dan memperluas responden mahasiswa serta penelitian secara langsung tanpa menggunakan *google form*.

DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, A, S, A, N., Yuliadi, I., & Nugroho, D. (2020). Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan intensitas penggunaan media sosial WhatsApp pada Mahasiswa Kedokteran 2018. *Wacana*. 12(1). 103.
- Anshori, H. M., Sulistiani, R. I., & Mustafida, F. (2019). Hubungan self-efficacy dan adiksi media sosial dengan prestasi akademik Mahasiswa Fakultas Agama Islam. *Jurnal Pendidikan Islam*, 4(5), 94.
- Chantika, P. D. (2018). Hubungan intensitas penggunaan media sosial LINE dan motivasi belajar dengan prestasi belajar. *Journal UNIP*, 7.
- Devito, J. A. (2015). *Human Communication. The Basic Course. Thirteenth Edition. Pearson Education.*
- Fahmi, A, I. (2019). Kematangan sosial dengan intensitas media sosial pada remaja. *Jurnal*. 6. Doi: 10.13140/RG.2.2.224.07365
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena *phubbing* di era Milenia. *Jurnal Interaksi*, 4(1), 45.
- Karadag, E., Tosuntas, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Sahin, B. O., Culha, I., & Babadag, B. (2015). Determinants of *phubbing*, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60. DOI: 10.1556/2006.4.2015.005
- Karadag, E., Tosuntas, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Sahin, B. O., Culha, I., & Babadag, B. (2016). The virtual world 's current addiction: *phubbing*. *The Turkish Journal On Addictions*, 1(1), 1–20. Diakses Dari <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Rosdiana, Y., & Hastituningtiyas, W. R. (2020). Hubungan perilaku *phubbing* dengan interaksi sosial pada generasi z mahasiswa keperawatan universitas tribhuwana tunggadewi malang.

- Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(1), 42-47.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung:
- Taqwa, I. M. (2018). *Intensitas penggunaan instagram stories dengan kesehatan mental*. (Skripsi). Universitas Muhammadiyah, Malang.
- We Are Social. (2020, Mei 25). *10 media sosial dengan pengguna aktif terbanyak april 2020*. Diakses dari <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/05/25/ini-media-sosial-paling-populer-sepanjang-april-2020>