

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Karakteristik alamiah manusia sebagai makhluk sosial menetapkan bahwa manusia tidak dapat menghindari keterlibatan dalam proses komunikasi. Salah satu bentuk komunikasi adalah melalui interaksi langsung tatap muka yang memungkinkan individu saling mengenal, berbagi informasi, serta bertukar pikiran dan ide. Selama beberapa dekade, komunikasi langsung dianggap sebagai metode komunikasi yang paling efektif dalam berbagai situasi dan kondisi karena tidak melibatkan media perantara dalam penyampaian pesan dari komunikator kepada komunikan. Namun, dengan kemajuan teknologi, terutama internet dan *smartphone*, kegiatan komunikasi tatap muka semakin jarang terjadi karena individu lebih memilih untuk menggunakan *smartphone* mereka daripada berkomunikasi langsung dengan orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan teknologi telah mengubah pola perilaku manusia dalam berinteraksi sosial.

Pada Januari 2023 tercatat sekitar 353,8 juta orang penduduk Indonesia menggunakan perangkat *mobile* yang terhubung (Kemp, 2023). Hal tersebut menunjukkan bahwa saat ini *smartphone* seakan menjadi sebuah kebutuhan yang ada di masyarakat dan hampir semua kalangan masyarakat memilikinya. Dengan banyaknya pengguna *smartphone* tersebut tentunya akan membawa dampak yang cukup besar bagi masyarakat. Pengaruh *smartphone* dapat mencakup beragam bidang dalam kehidupan masyarakat, termasuk pendidikan, bisnis, kesehatan, dan interaksi sosial (Sarwar & Soomro, 2013). Apabila digunakan dengan bijak, *smartphone* membawa banyak dampak positif. Namun, di sisi lain pun membawa dampak negatif. Salah satunya menurunkan kualitas interaksi sosial penggunanya.

Penggunaan *smartphone* pun saat ini banyak digunakan di kalangan peserta didik. Hal tersebut karena peserta didik jenjang Sekolah Menengah sebagian besar sudah diperbolehkan untuk membawa *smartphone* ke sekolah. Didorong oleh adanya wabah Covid-19 yang sampai pada titik tertinggi pada tahun 2020, terjadi kebutuhan untuk menerapkan Pembelajaran Jarak Jauh secara daring (PJJ Daring),

di mana peserta didik menggunakan berbagai perangkat, termasuk *smartphone*, sebagai sarana untuk kegiatan belajar mereka. Merujuk kepada Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2022), adanya peningkatan aktivitas *online* selama masa wabah Covid-19. Jika dilihat dari kelompok usia, sekitar 76,63% dari mereka yang berusia 13-18 tahun aktif menggunakan internet. Hal tersebut menyebabkan penggunaan *smartphone* di kalangan peserta didik Sekolah Menengah semakin kuat. Kemampuan pengendalian diri peserta didik tingkat SMA dan sederajat di Kecamatan Jatinaganor menunjukkan bahwa mereka tidak konsisten dalam mengendalikan diri terhadap keinginan untuk menggunakan *smartphone* (Andriani, dkk., 2019). Kemudian, penelitian Solehah & Ramdani, (2022) menunjukkan peserta didik SMK di Provinsi Banten memiliki kecenderungan yang tinggi dalam menggunakan *smartphone*. Selain itu, penggunaan *smartphone* peserta didik SMA di Kecamatan Langke Rembong memiliki intensitas cukup tinggi dengan durasi penggunaan *smartphone* lebih dari 3 jam sehari, menurunnya kualitas komunikasi dan interaksi tatap muka langsung menjadi dampak yang mereka rasakan (Jamun & Wejang, 2019).

Perkembangan penggunaan *smartphone* sejalan dengan banyaknya pengguna internet. Hal itu pun tidak terlepas dengan munculnya beragam aplikasi dan media sosial. Berdasarkan *Hootsuite (We are Social)* menunjukkan laporan data digital per Januari 2023 bahwa individu yang terhubung ke internet di Indonesia mencapai angka 212,9 juta orang mengalami peningkatan sekitar 10 juta orang antara tahun 2022 dan 2023. Adapun tingkat penetrasi internet di Indonesia mencapai 77% dari total populasi pada awal tahun 2023. Dengan pengguna media sosial aktif sekitar 167 juta orang per Januari 2023 (Kemp, 2023). Berdasarkan ragam platform media sosial yang sering digunakan, melibatkan *Whatsapp, Instagram, Facebook, Tiktok, Telegram, Twitter, Facebook Messenger, Snackvideo (Kuaishou), Pinterest, Line, LinkedIn, Discord, Snapchat, Likee*, dan *Skype*.

Media sosial menjadi media yang banyak dihabiskan oleh kalangan masyarakat saat ini untuk berinteraksi. Hal ini membuat interaksi di dunia nyata menjadi menurun. Tidak jarang, pada masa ini banyak individu yang cenderung lebih terfokus perhatiannya menggunakan *smartphone* serta mengabaikan orang yang ada didepannya maupun di sekelilingnya. Studi yang dilakukan terhadap sekitar 50

mahasiswa MIKOM UNDIP mengungkapkan bahwa saat berada dalam momen makan dan berkumpul bersama keluarga, pasangan, sahabat, atau teman, mereka cenderung kurang memperhatikan dan lebih terfokus pada penggunaan *smartphone* (Hanika, 2015). Kemudian, hasil penelitian terhadap 100 peserta didik SMP dan SMA, dengan usia berkisar antara 13 hingga 18 tahun, di Kecamatan Sukarami Palembang menunjukkan bahwa sekitar 40% dari mereka menggunakan *smartphone* tanpa henti ketika berada dalam momen berkumpul bersama keluarga (Islamy, 2021). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian terhadap beberapa anggota keluarga di Amerika Utara memperoleh hasil bahwa mereka merasa frustrasi apabila anggota keluarga lain memainkan *smartphone* saat mereka sedang berhadapan (Oduor, dkk., 2016). Selain itu, penelitian terhadap beberapa pasangan di Jerman menunjukkan bahwa mengabaikan pasangan akibat *smartphone* mampu meningkatkan perasaan cemburu dan mereka merasa terganggu dengan hilangnya perhatian dari pasangannya tersebut (Krasnova, dkk., 2016). Berdasarkan beberapa fenomena tersebut, dikenal dengan istilah *Phubbing*.

Istilah *phubbing* pertama kali mulai berkembang di Australia pada tahun 2007 dan ada dalam kampanye iklan di kamus Macquarie (Nazir & Pişkin, 2016). Pada tahun 2012, sebuah agensi periklanan di Melbourne berinisiatif untuk menanggulangi perilaku ini dengan mengajak beberapa ahli untuk menciptakan kata baru yang menggambarkaninya, yang kemudian menghasilkan istilah "*Phubbing*" berasal dari penggabungan kata "*Phone*" dan "*Snubbing*" (Karadağ, dkk., 2015). Berikutnya, istilah *Phubbing* menyebar ke media di seluruh dunia, menjadi terkenal melalui kampanye "*Stop Phubbing*" yang diprakarsai oleh McCann (Ugur & Koc, 2015).

Fenomena *phubbing* mampu mengurangi kualitas interaksi sosial dan hubungan interpersonal. Orang-orang yang melakukan *phubbing*, mereka terlihat tidak sopan terhadap orang-orang yang ada di sekelilingnya, ingin menghindari komunikasi antar pribadi atau merasa tidak tertarik dengan lingkungannya (Anshari, dkk., 2016). *Phubbing* ini dapat terjadi dimana saja, saat makan, rapat, ataupun saat berkumpul dengan teman dan keluarga (Nazir & Pişkin, 2016). *Phubbing* mengacu pada perilaku mengabaikan seseorang dalam konteks sosial dengan lebih memusatkan perhatian pada *smartphone* daripada pada lawan

bicaranya (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018c). *Phubbing* merupakan gangguan yang erat kaitannya dengan kecanduan *smartphone* (Karadağ, dkk., 2015). Al-Saggaf (dalam Al-Saggaf, 2022, hal. 2) mengemukakan bahwa “*Phubbing is the fleeting engagement with the smartphone during a face-to-face conversation with someone*” [*Phubbing* merupakan penggunaan singkat *smartphone* selama berinteraksi langsung dengan seseorang].

Orang yang melakukan *phubbing*, disaat yang bersamaan juga bisa menjadi orang yang di-*phub* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018a). Hal itu terjadi karena mengabaikan lawan bicara dengan terfokus terhadap *smartphone* berpotensi *phubbing* dibalas (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Orang yang melakukan *phubbing* ternyata mereka pun merasa terganggu apabila orang lain melakukan hal serupa (Hanika, 2015).

Generasi Z memiliki kecenderungan tertinggi untuk melakukan *phubbing* (Youarti & Hidayah, 2018), karena mereka tumbuh dan mengikuti perkembangan teknologi seperti penggunaan *smartphone*. Dengan dasar fakta dari Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia (APJII), sekitar 99.55% rentang usia 13-18 tahun menggunakan *smartphone* untuk mengakses internet (APJII, 2023). Mereka mengakses berbagai konten internet, termasuk media sosial, *chatting online*, belanja *online*, *game online*, portal berita, dan aplikasi dompet elektronik. Dalam dunia pendidikan, peserta didik sekolah menengah termasuk kedalam generasi Z. Generasi ini lahir pada rentang tahun 1997-2012, memiliki potensi untuk terlibat dalam *phubbing*, termasuk di antara peserta didik di tingkat sekolah menengah. Dalam kalangan generasi Z, fenomena *phubbing* tercermin dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Ilma'nunah (2021) pada remaja kelas XI SMAN di seluruh wilayah Kota Bandung. Temuan tersebut menunjukkan bahwa hampir semua peserta didik terlibat dalam *phubbing*, dengan kecenderungan umum *phubbing* yang berkisar antara sedang hingga ringan, dan faktor terkuat individu melakukan *phubbing* tersebut yaitu *nomophobia* yang mencerminkan ketakutan akan keterpisahan dengan *smartphone*. Selaras dengan hal tersebut, temuan dari penelitian yang dilakukan oleh (Salsabila, 2023) terhadap peserta didik SMP Negeri di seluruh Kota Banjar menunjukkan bahwa mayoritas peserta didik terlibat dalam *phubbing*, dengan kecenderungan umum *phubbing* yang berskala dari ringan

menuju sedang, dan faktor terkuat individu melakukan *phubbing* tersebut pun sama yaitu *nomophobia*. Selain itu, penelitian di SMAN 14 Pekanbaru memperoleh hasil bahwa peserta didik tergolong memiliki kecenderungan *phubbing sedang* sekitar 35, 2% (Suhendriani & Nugroho, 2022). Kemudian, penelitian di SMAN 4 Tuban menunjukkan peserta didik memiliki kecenderungan *phubbing sedang* sekitar 73,5% (Fitri, 2019). Lalu, penelitian terhadap 100 peserta didik SMAN 34 Jakarta Selatan menunjukkan kecenderungan *phubbing* berada di kategori sedang sekitar 51% (Taufik, dkk., 2020). Beberapa fenomena tersebut menunjukkan bahwa gejala *phubbing* semakin mewabah di kalangan generasi Z.

Perkembangan yang perlu dicapai peserta didik sesuai dengan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD), menunjukkan bahwa *phubbing* memiliki dampak pada ranah pribadi, sosial, belajar, dan karier. Dalam ranah pribadi, *phubbing* dapat mempengaruhi dasar-dasar perilaku etis pada peserta didik sebagai individu, anggota masyarakat, dan pengembangan minat manusia. Dalam bidang sosial, *phubbing* dapat mempengaruhi kematangan hubungan sosial dengan teman sebaya, dengan akibat yang merugikan diri serta individu lain. Maka, peserta didik perlu memiliki keahlian pengambilan keputusan dan kesadaran akan konsekuensi dari *phubbing* yang terkait dengan kematangan intelektual dalam proses pembelajaran. Di bidang karier, peserta didik perlu memiliki pemahaman dan kesiapan mengenai karier. Tidak dapat diabaikan bahwa *phubbing* memiliki potensi untuk menyebabkan prokrastinasi dan mengalihkan fokus peserta didik pada *smartphone*, yang dapat menghambat perkembangan perencanaan karier mereka.

Tujuan dari layanan bimbingan dan konseling adalah memfasilitasi peserta didik dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya sesuai dengan ketentuan yang terdapat pada Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD). Salah satu aspeknya adalah dalam bidang pribadi, di mana peserta didik diharapkan mencapai landasan perilaku etis. Ini melibatkan pemahaman terhadap sistem etika dan prinsip-prinsip nilai yang menjadi panduan dalam kehidupan selaku pribadi, anggota masyarakat, serta minat manusia. Fenomena pengabaian seseorang dengan lebih terfokus dengan *smartphone*-nya seharusnya menjadi fokus perhatian khusus bagi konselor atau guru BK (Youarti & Hidayah, 2018). Salah satu upaya intervensi

psikologis terhadap *phubbing* adalah dengan bantuan bimbingan dan konseling yang berfokus terhadap aspek perilaku, individu dapat menggunakan *smartphone* secara bijak (Afdal, dkk., 2019).

Fenomena *phubbing* memiliki dampak negatif. Dengan mengesampingkan perhatian kepada orang lain dan lebih memusatkan perhatian pada *smartphone*, remaja dapat dianggap tidak peduli, dan situasi ini dapat menimbulkan konflik dengan teman sebaya serta orang dewasa, termasuk guru. Bagi individu yang bersangkutan, perilaku tersebut dapat menyulitkannya untuk beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya (Youarti & Hidayah, 2018). Selain itu, orang yang diabaikan pun merasa tidak nyaman, terganggu, bahkan mereka merasa frustrasi. Dengan dampak signifikan yang disebabkan oleh *phubbing*, penelitian terkait fenomena ini menjadi penting untuk menggali pemahaman yang lebih mendalam tentang kondisi sebenarnya pada peserta didik. Hal ini memungkinkan adanya tindak lanjut yang efektif dalam pencegahan maupun pengurangan gejala *phubbing* pada peserta didik, sehingga perilaku tersebut tidak berlangsung secara berkelanjutan. Di lingkungan pendidikan, khususnya di sekolah, peran konselor atau guru BK sangat signifikan untuk menyediakan fasilitas layanan preventif dan kuratif terhadap gejala *phubbing* pada peserta didik.

Penelitian-penelitian sebelumnya terkait *phubbing* cenderung terfokus kepada pelaku *phubbing*. Sejauh ini belum ditemukannya penelitian yang mengkaji selain pelaku *phubbing/phubber* juga dari sisi seseorang yang memiliki pengalaman di-*phub*/ objek *phubbing/phubbee*, sedangkan pada kenyataannya baik *phubber* maupun *phubbee* mendapatkan dampak yang cukup signifikan. Demikian pula, belum ada penelitian yang mencakup *phubbing* terhadap peserta didik SMAN di Kabupaten Ciamis. Dengan demikian, fokus utama dari penelitian ini untuk melengkapi kekurangan penelitian sebelumnya. Berdasarkan hal tersebut, fokus penelitian adalah untuk menyelidiki dengan lebih rinci gambaran *phubbing* dan memberikan tindak lanjut terhadap gambaran *phubbing* tersebut, baik dari perspektif *phubber* maupun *phubbee* di kalangan peserta didik SMAN di Kabupaten Ciamis.

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Generasi Z yaitu peserta didik sekolah menengah memiliki kecenderungan terlibat dalam tindakan *phubbing*, karena generasi ini hidup secara bersamaan dengan keberadaan *smartphone*. *Phubbing* memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap peserta didik. *Phubbing* memiliki dampak pada perkembangan pribadi peserta didik, khususnya dalam membentuk landasan perilaku etis mereka dan memahami etika serta nilai-nilai yang menjadi panduan kehidupan sebagai individu, anggota masyarakat, dan pengembangan minat manusia. *Phubbing* berdampak tidak hanya terhadap pelaku *phubbing* (*phubber*) tetapi juga objek *phubbing* (*phubbee*). *Phubbing* dapat menurunkan kualitas interaksi sosial, dan membuat objek *phubbing* merasa tidak nyaman, terganggu, terabaikan, hingga merasa frustrasi. Dengan fokus pada penggunaan *smartphone*, pelaku *phubbing* sering dianggap kurang peduli dan berpotensi memicu konflik dengan rekan sebaya, pendidik, dan orang dewasa lainnya. Mereka juga menghadapi kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitar mereka (Youarti & Hidayah, 2018). Selain itu, *phubbing* dapat menyebabkan peserta didik mengalami prokrastinasi, kesulitan berkonsentrasi, dan akhirnya mencapai prestasi akademik yang rendah (Afdal, dkk., 2019).

Apabila *phubbing* terus terjadi, akan berdampak berkelanjutan terhadap bidang pribadi, sosial, belajar maupun karier sehingga penelitian ini menjadi esensial guna mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai *phubbing* di kalangan peserta didik. Namun, fokus penelitian tidak hanya pada pelaku *phubbing*, melainkan juga pada objek *phubbing* tersebut. Hal ini dilakukan untuk menjalankan penelitian yang komprehensif, memungkinkan implementasi tindak lanjut yang efektif dalam pencegahan dan pengurangan *phubbing*. Peserta didik yang tidak terlibat dalam *phubbing* memiliki kemampuan untuk secara bijaksana mengelola penggunaan *smartphone* mereka. Dalam situasi ini, peran guru BK menjadi krusial untuk menyediakan sarana yang memungkinkan peserta didik dapat mencegah serta mengurangi *phubbing* melalui intervensi layanan bimbingan dan konseling.

Dengan mengidentifikasi permasalahan, dengan demikian rumusan masalah penelitian dapat dipaparkan sebagai berikut:

- 1) Seperti apa gambaran *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubber*?
- 2) Seperti apa gambaran *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubber* berdasarkan faktor-faktornya?
- 3) Seperti apa gambaran *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubbee*?
- 4) Seperti apa gambaran *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubbee* berdasarkan faktor-faktornya?
- 5) Bagaimana layanan bimbingan dan konseling pribadi yang dapat dikembangkan untuk mereduksi *phubbing* (sebagai *phubber*) pada peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis?

1.3 Tujuan Penelitian

Secara keseluruhan, sasaran dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan gambaran *phubbing*, baik sebagai pelaku/*phubber* maupun sebagai orang yang memiliki pengalaman di-*phub*/*phubbee* di kalangan peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis.

Adapun tujuan khususnya seperti berikut:

- 1) Mendeskripsikan *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubber*.
- 2) Mendeskripsikan *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubber* berdasarkan faktor-faktornya.
- 3) Mendeskripsikan *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubbee*.
- 4) Mendeskripsikan *phubbing* peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis sebagai *phubbee* berdasarkan faktor-faktornya.
- 5) Merancang layanan bimbingan dan konseling pribadi untuk mereduksi *phubbing* (sebagai *phubber*) pada peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Manfaat teoretis dari temuan penelitian ini melibatkan sumbangan pengetahuan yang dapat memperkaya pengembangan di ranah bimbingan dan konseling, terutama pada aspek pribadi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat dari penelitian melibatkan beberapa pihak, antara lain:

- 1) Bagi Guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri di Kabupaten Ciamis
Penelitian ini berfungsi menjadi panduan untuk guru BK dalam menyediakan layanan dasar dan responsif kepada peserta didik.
- 2) Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang berharga bagi peneliti yang akan melakukan studi selanjutnya.
- 3) Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling
Penelitian ini berkontribusi dengan menyediakan fakta terkait *phubbing*, baik sebagai pelaku maupun orang yang memiliki pengalaman *di-phub* pada peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Ciamis.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Skripsi ini disusun dengan struktur organisasi yang terdiri dari lima bab, yakni:

- 1) Bab I: Pendahuluan mencakup latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
- 2) Bab II: Kajian Pustaka, membahas konsep teoretis yang relevan.
- 3) Bab III: Metode Penelitian, merinci desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, analisis data, dan penyusunan rancangan layanan.
- 4) Bab IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan.
- 5) Bab V: Kesimpulan dan Rekomendasi.