

BAB V

SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Pada bab ini peneliti menjelaskan inti dari hasil penelitian yang telah dilaksanakan pada Mahasiswa Pendidikan IPS angkatan 2020, 2021, 2022, dan 2023 melalui simpulan untuk menjawab rumusan masalah penelitian dan hasil yang didapatkan. Pada bab ini juga peneliti menyampaikan implikasi dengan menjelaskan manfaat penelitian secara langsung yang diharapkan setelah selesai pelaksanaan penelitian. Peneliti juga memberikan rekomendasi yang berisi saran ataupun masukan yang perlu diperhatikan untuk penelitian selanjutnya.

5.1 Simpulan

5.1.1 Simpulan Umum

Tanpa disadari fenomena *phubbing* di era digitalisasi ini sangat erat kaitannya dan tidak luput dari kebiasaan orang-orang yang hidup di era ini. *Phubbing* memiliki dampak negatif terhadap keterampilan sosial. Ketika seseorang sering melakukan *phubbing*, interaksi tatap muka berkurang, mengakibatkan hilangnya kesempatan untuk berlatih dan mengembangkan keterampilan komunikasi. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kemampuan mendengarkan, memahami isyarat non-verbal, dan membangun hubungan yang mendalam. Selain itu, *phubbing* dapat menimbulkan perasaan tidak dihargai dan diabaikan pada orang lain, yang pada akhirnya merusak kualitas hubungan interpersonal. Dengan demikian, *phubbing* tidak hanya mengurangi kualitas komunikasi, tetapi juga menghambat perkembangan keterampilan sosial yang esensial.

5.1.2 Simpulan Khusus

Fenomena atau perilaku *phubbing* pada mahasiswa Pendidikan IPS yang sering terjadi pada kalangan mahasiswa Pendidikan IPS adalah gangguan komunikasi. Dimana gangguan komunikasi ini terdiri dari menerima maupun

melakukan panggilan ketika berkomunikasi. Penggunaan ponsel yang berlebihan seringkali mengganggu interaksi tatap muka antara mahasiswa, baik di dalam maupun di luar kelas. Saat mahasiswa lebih fokus pada ponsel mereka daripada berkomunikasi dengan teman sekelas atau dosen, kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial seperti berbicara di depan umum, bekerja dalam tim, dan menjalin hubungan interpersonal menjadi terbatas. Ketika mahasiswa sibuk dengan ponsel mereka, kontribusi mereka dalam diskusi dan kerja kelompok menjadi minimal, sehingga mengurangi kesempatan untuk berlatih keterampilan seperti mendengarkan secara aktif, mengekspresikan ide, dan memberikan serta menerima umpan balik konstruktif. Akibatnya, kemampuan mereka untuk berinteraksi dan bekerja sama dengan orang lain dalam lingkungan akademis dan profesional di masa depan dapat terpengaruh.

Pengaruh *phubbing* yang signifikan berdampak negatif pada pengembangan keterampilan sosial, proses pengembangan keterampilan baik secara akademik maupun non-akademik, didalam kelas atau diluar kelas ketika perkuliahan. Perilaku *phubbing* erat kaitannya dengan kehidupan sehari-hari di era digital, sehingga perlu adanya menempatkan diri dan kontrol diri terhadap penggunaan ponsel. Perilaku *phubbing* mencerminkan pergeseran nilai sosial dari kolektivisme ke individualisme, yang dimana individu lebih fokus pada ponsel daripada berinteraksi dengan orang sekitar yang hal ini merupakan selaras dengan toeri modernisasi. Rendahnya social skill seseorang dipengaruhi juga oleh *phubbing* itu sendiri, karena asiknya dengan ponsel dan bersikap seolah-olah tidak peduli. Sehingga, mempengaruhi juga kecakapan hidupnya.

Meskipun *phubbing* umumnya berdampak negatif terhadap keterampilan sosial, ada beberapa dampak positif yang dapat diidentifikasi. *Phubbing* dapat meningkatkan keterampilan digital dan adaptasi teknologi seseorang, memungkinkan mereka untuk berkomunikasi lebih efektif melalui platform digital dan memperluas jaringan sosial online. Selain itu, dalam beberapa kasus, *phubbing*

dapat membantu individu untuk lebih selektif dalam interaksi sosial mereka, fokus pada hubungan yang mereka anggap lebih bermakna atau relevan. Namun, penting untuk menyeimbangkan manfaat ini dengan kesadaran akan potensi dampak negatifnya terhadap interaksi tatap muka.

Sejatinya tidak dapat dipungkiri bahwa tidak bisa menolak akan hadirnya teknologi yang semakin berkembang, namun tiap-tiap individu bisa mengatur dirinya dalam penggunaannya. Digitalisasi yang terjadi saat ini akan menjadi anugrah apabila dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya, namun akan menjadi musibah apabila digunakan dengan semestinya seperti fenomena *phubbing* ini.

5.2 Implikasi

5.2.1 Implikasi Teoritis

Implikasi dari perspektif teoritis yakni teori perkembangan Erik Erikson. Menurut Erikson, perkembangan keterampilan sosial (*social skill*) adalah bagian integral dari setoap tahap perkembangan psikososial. *Phubbing* mengganggu interaksi tatap muka yang penting untuk penyelesaian krisis pada setiap tahap, mulai dari kepercayaan vs ketidakpercayaan hingga integritas vs keputusasaan. Misalnya, remaja yang sering mengalami *phubbing* mungkin kesulitan membentuk identitas yang kuat dan merasa terisolasi, menghambat kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang sehat di masa dewasa.

Phubbing dapat menghambat pengembangan keterampilan komunikasi yang efektif, yang merupakan komponen penting dari kecakapan hidup. Teori-teori ini menyoroti pentingnya komunikasi tatap muka dalam membangun hubungan yang sehat dan efektif. Untuk meningkatkan kecakapan hidup, penting untuk mengurangi *phubbing* dan mendorong komunikasi yang lebih langsung dan bermakna. Keterampilan emosional dan empati sangat penting untuk kecakapan hidup. *Phubbing* mengurangi kesempatan untuk mengembangkan keterampilan ini melalui interaksi tatap muka. Program pelatihan yang berfokus pada pengembangan kecerdasan emosional dan empati dapat membantu individu meningkatkan

keterampilan sosial mereka meskipun di tengah maraknya *phubbing*.

Memahami dampak negatif dari penggunaan ponsel yang berlebihan adalah bagian penting dari kecakapan hidup di era digital. Pendidikan tentang literasi digital dan kesadaran digital dapat membantu individu menggunakan teknologi dengan lebih bijaksana dan mengurangi perilaku *phubbing*, yang pada akhirnya meningkatkan keterampilan sosial dan kecakapan hidup. Keterampilan hidup yang baik melibatkan kemampuan untuk membangun dan memelihara hubungan interpersonal yang sehat. Teori-teori ini menunjukkan bahwa *phubbing* merusak dasar dari hubungan yang sehat. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada meningkatkan kualitas interaksi tatap muka dan mengurangi ketergantungan pada ponsel dapat membantu dalam membangun hubungan yang lebih kuat dan sehat.

Implikasi teoritis dari *phubbing* terhadap keterampilan sosial dan kecakapan hidup menunjukkan bahwa *phubbing* memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap perkembangan sosial dan emosional individu. Teori perkembangan psikososial Erikson, teori keterikatan, dan teori kecerdasan sosial semuanya menekankan pentingnya interaksi tatap muka yang berkualitas dalam pengembangan keterampilan sosial dan kecakapan hidup. Untuk meningkatkan kecakapan hidup di tengah maraknya *phubbing*, penting untuk fokus pada pengembangan keterampilan komunikasi, keterampilan emosional, kesadaran digital, dan hubungan interpersonal yang sehat. Dengan demikian, individu dapat lebih baik dalam menghadapi tantangan kehidupan dan membangun hubungan yang bermakna serta memuaskan.

5.2.2 Implikasi Praktis

Phubbing yang merupakan tindakan mengabaikan orang lain demi berfokus pada ponsel, memiliki implikasi praktis yang signifikan terhadap keterampilan sosial (*social skill*) dan kecakapan hidup (*life skill*) bagi mahasiswa, masyarakat dan instansi. Bagi mahasiswa, Mahasiswa yang sering melakukan *phubbing* mungkin mengalami penurunan kualitas hubungan dengan teman sebaya dan dosen,

yang dapat menghambat pembentukan jaringan sosial yang kuat dan mendukung. *Phubbing* dapat mengganggu fokus dan partisipasi dalam kelas, diskusi kelompok, dan kegiatan ekstrakurikuler, mengurangi kesempatan untuk mengembangkan keterampilan komunikasi dan kerja tim. Ketika mahasiswa lebih sering terlibat dengan ponsel daripada dengan orang di sekitarnya, kemampuan mereka untuk memahami dan merespons emosi orang lain bisa berkurang, menghambat perkembangan empati dan keterampilan sosial lainnya.

Selanjutnya, bagi masyarakat dapat mengurangi kualitas hubungan keluarga, persahabatan, dan komunitas, menciptakan perasaan keterasingan dan kurangnya dukungan sosial. Orang yang sering mengalami atau melakukan *phubbing* mungkin merasa lebih terisolasi secara sosial, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan kesejahteraan. *Phubbing* dapat mengurangi partisipasi dalam kegiatan komunitas dan keterlibatan sosial, menghambat pembangunan jaringan sosial yang kuat dan kohesif.

Bagi intansi, *Phubbing* dapat mengganggu proses belajar-mengajar, mengurangi keterlibatan mahasiswa dalam kelas, dan menghambat pencapaian akademik. Kampus yang tidak menangani masalah *phubbing* mungkin melihat penurunan dalam pengembangan keterampilan sosial mahasiswa, yang penting untuk kesuksesan karir dan kehidupan pribadi. *Phubbing* juga dapat menciptakan lingkungan belajar yang kurang kondusif, di mana mahasiswa merasa kurang dihargai dan kurang termotivasi untuk berpartisipasi aktif.

Untuk mengatasi pengaruh negatif *phubbing*, diperlukan langkah-langkah praktis seperti menetapkan batasan penggunaan ponsel, meningkatkan kesadaran tentang dampak *phubbing*, mengembangkan keterampilan sosial melalui pelatihan, mempromosikan aktivitas sosial tanpa ponsel, dan menciptakan lingkungan yang mendukung interaksi sosial. Dengan pendekatan ini, keterampilan sosial dan kecakapan hidup dapat ditingkatkan, yang pada gilirannya akan meningkatkan kesejahteraan dan kualitas hidup individu serta komunitas secara keseluruhan.

1.3 Rekomendasi

Hasil penelitian ini memberikan rekomendasi kepada pihak-pihak sebagai berikut:

5.3.1 Pengambilan Kebijakan

- 1) Program studi mengintegrasikan pelajaran tentang etika digital dan keterampilan komunikasi interpersonal dan interaksi tatap muka.
- 2) Memberikan dukungan untuk mengembangkan inovasi teknologi yang dapat membantu mengurangi phubbing

5.3.2 Mahasiswa

- 1) Menetapkan batasan penggunaan ponsel selama waktu belajar, diskusi kelompok dan pertemuan-pertemuan sosial lainnya
- 2) Meningkatkan kesadaran tentang dampak *phubbing* dengan mengisi waktu dengan hal-hal positif
- 3) Mengembangkan keterampilan sosial, seperti *public speaking*, kerja tim, dan sebagainya.

5.3.3 Peneliti

- 1) Peneliti selanjutnya, semestinya menjadikan penelitian ini sebagai referensi atau gambaran informasi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan dan menyempurnakan penelitian.
- 2) Untuk peneliti sendiri, semestinya menjadi acuan dalam bertindak dan juga menjadi termotivasi untuk mengembangkan keterampilan sosial di era gencarnya perilaku *phubbing*.