

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini berisi deskripsi mengenai hal-hal mendasari penelitian seperti latar belakang penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat teoritis dan praktis, serta sistematika penelitian.

A. Latar Belakang Penelitian

Pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial yang hidup bermasyarakat dalam kehidupan kesehariannya yang akan selalu terlibat dalam hubungan yang membutuhkan komunikasi yaitu proses penyampaian suatu informasi dari individu ke individu lainnya (Liantifa dan Siswadhi, 2022). Komunikasi pada era modern saat ini, tidak hanya dapat dilakukan secara langsung atau tatap muka tetapi juga dapat dilakukan secara tidak langsung atau tanpa tatap muka dengan menggunakan perangkat teknologi komunikasi. Salah satu perangkat teknologi komunikasi yang dapat digunakan ialah *smartphone* atau telepon pintar.

Smartphone adalah perangkat telekomunikasi elektronik yang memiliki kemampuan dasar mengirim informasi atau pesan dan berbicara dengan orang lain secara jarak jauh yang dapat dibawa kemana-mana dan tidak memerlukan sambungan jaringan telepon menggunakan kabel (Rustam, 2015; KBBI, 2024). Saat ini, *smartphone* semakin berkembang dengan fungsi mengakses internet yang tidak hanya untuk mengirim informasi atau pesan dan berbincang jarak jauh. Juga dapat digunakan untuk bertukar foto dan video, berkomunikasi lewat sosial media, mengerjakan tugas sekolah (Marini, dkk. 2024), berbelanja, hiburan seperti menonton film, bermain game, dan lainnya di dunia maya (Hinduan, dkk. 2017). Oleh karenanya, *smartphone* menjadi barang yang tidak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari yang menawarkan manfaat informasi, komunikasi, pendidikan, dan hiburan dalam memenuhi tuntutan kebutuhan akan pertukaran informasi yang sangat cepat dan tepat (Basit, dkk. 2022).

Menurut Badan Pusat Statistik Jawa Barat dalam Statistik Kesejahteraan Rakyat Provinsi Jawa Barat Tahun 2023 dari 26.040 rumah tangga. Kota Bandung memiliki 97,92% pengguna *smartphone*, sedangkan 84,39% pengguna internet yang menjadikan Kota Bandung sebagai kota keempat pengguna internet terbesar di Jawa Barat (BPS Jawa Barat, 2023). Jika dilihat berdasarkan usia, pengguna internet memiliki lebih banyak pengguna anak muda. APJII (2024) atau Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia menyatakan pada generasi Z (12-27 tahun) sebanyak 87,02% (sampel 31,40% dari 8.720 orang) menggunakan internet.

Survei Kominfo (2022) juga mencatat generasi Z yaitu usia 13-23 tahun (25% dari 10.000 orang) menggunakan internet lebih lama dibandingkan generasi sebelumnya dan sebanyak 35% memiliki durasi penggunaan internet lebih dari 6 jam. Jika berdasarkan pengkategorian usia menurut Steinberg (2014), usia generasi Z lebih banyak berada diusia remaja yaitu 10 hingga 21 tahun. Penggunaan *smartphone* oleh remaja ini sudah tidak dihindari, sebab Robert, dkk (2004) menyatakan bahwa *smartphone* sudah menjadi perantara atau penghubung interaksi remaja dengan orang-orang disekitarnya.

Berkaitan dengan data sebelumnya, durasi penggunaan lebih dari 6 jam dianggap sebagai melebihi batas aman penggunaan *smartphone*. Hal ini karena Przybylski dan Weinstein (2017) merekomendasikan durasi yang aman menggunakan *smartphone* bagi remaja selama 1 jam 57 menit pada hari kerja dan 4 jam 10 menit pada hari libur. Melebihi dari batas durasi tersebut diartikan sebagai penggunaan yang berlebihan yang dapat mengganggu kinerja otak remaja. Gangguan kinerja otak tersebut seperti gangguan pada fungsi kognitif, memori kerja, atensi, gangguan kognitif-emosional, dan penurunan kemampuan berbahasa (Wacks dan Weinstein, 2021).

Selanjutnya, penggunaan *smartphone* yang aktif dan berlebihan dapat juga memberikan dampak lain seperti dampak terhadap fisik, psikologis, dan perilaku. Secara fisik, penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengakibatkan sakit kepala atau pusing, sakit mata, penglihatan kabur dan pola tidur yang berubah. Lalu secara psikologis mengakibatkan kecanduan/ketergantungan yang menimbulkan

perasaan cemas, gelisah, stress dan tidak nyaman ketika berada dalam kondisi tidak menggunakan atau membawa *smartphone* (Irnawaty dan Agustang, 2019). Kemudian secara perilaku mengakibatkan kurangnya kemampuan *multi-tasking* sehingga remaja kurang dapat melakukan aktivitas luring/*offline* secara bersamaan ketika melakukan aktivitas daring/*online* (Benvenuti, dkk. 2023).

Akhirnya remaja akan terfokus pada aktivitas daring yang menyebabkan terjadinya perilaku *phubbing*. *Phubbing* dijelaskan sebagai perilaku seseorang atau individu yang berfokus pada *smartphone* sehingga ketika sedang berbicara dengan orang lain, individu tersebut akan melihat *smartphone* dan melarikan diri dari komunikasi interpersonalnya (Karadag, dkk. 2015). Dengan kata lain, *phubbing* adalah perilaku yang mengabaikan orang lain dengan memilih untuk menggunakan *smartphone*.

Selain itu, pengabaian ini juga terjadi karena pelaku *phubbing* atau disebut *phubber* lebih menyukai berinteraksi dengan yang jauh darinya seperti berkecimpung dalam dunia maya dan mengabaikan komunikasi *primer* atau komunikasi langsung (Ridho, 2019). Alhasil perilaku *phubbing* menyebabkan reaksi negatif dari penerima *phubbing* (*phubee*). Reaksi negatif tersebut seperti ditegur, tidak dipercaya, tidak disukai (Aditia, 2021), tidak ada interaksi lebih lanjut, dimarahi, dan dimusuhi (Ridho, 2019).

Reaksi negatif juga timbul karena perilaku *phubbing* dianggap perilaku yang menjengkelkan dan tidak penting. Sebab *phubee* tidak dapat mengetahui dan mengerti apa yang *phubber* sedang lakukan dengan *smartphonenya* yang menyita perhatian mereka dan mengapa *phubee* diabaikan dalam komunikasi tatap muka (Mantere, dkk. 2021). Penelitian Marlin (2024) menjelaskan bahwa *phubber* sendiri mengetahui bahwa perilaku *phubbing* dapat menyakiti orang lain. Namun alasan mereka melakukan *phubbing* disebabkan faktor ketidaksengajaan dan kesengajaan.

Faktor ketidaksengajaan ini disebabkan adanya urusan yang lebih mendesak ataupun terganggu dengan notifikasi *smartphone*. Sedangkan faktor kesengajaan disebabkan untuk menghindari pembicaraan yang kurang menarik

(Marlin, 2024). Berdasarkan penjelasan di atas baik sengaja atau tidak sengaja, faktor melakukan perilaku *phubbing* tersebut memiliki kesamaan yaitu adanya prioritas atau mengutamakan komunikasi lewat *smartphone* dibandingkan memperhatikan komunikasi secara langsung.

Fenomena *phubbing* ini telah sering terjadi secara meluas disekitar kehidupan sehari-hari. Pada awalnya *phubbing* dilakukan secara tidak sadar, namun semakin lama perilaku ini menjadi sebuah kebiasaan yang sering dianggap normal yang dapat menyebabkan penurunan relasi sosial antara pelaku dan penerima *phubbing* (Aditia, 2021). Penelitian Lestari & Priyanggasari (2022) dan Izzati (2019) membuktikan bahwa perilaku *phubbing* dapat memengaruhi interaksi sosial. Sebab semakin tinggi *phubbing* maka semakin rendah interaksi sosial yang terjadi dan begitupula dengan sebaliknya.

Heriandy dkk (2023) juga menemukan bahwa tingginya perilaku *phubbing* menyebabkan penurunan kualitas dalam persahabatan/pertemanan pada remaja. Sedangkan Papalia dan Feldman (2014) menyebutkan bahwa remaja membutuhkan hubungan interaksi dengan lingkungan sekitar. Salah satunya seperti kelompok sebaya yang berfungsi sebagai sumber penting dari dukungan emosi (afeksi dan simpati), penuntun moral, tempat bagi bereksperimen/mencoba hal baru, pembentukan otonomi/kemandirian dari orang tua, dan tempat untuk membentuk intimasi bagi tahap perkembangan selanjutnya yaitu masa dewasa.

Penurunan kualitas hubungan sosial ini menjadi hal yang berisiko karena dapat menurunkan aspek kualitas komunikasi seperti keterbukaan, empati, kesetaraan, kepercayaan, dan sikap mendukung pada individu. Bila terus berlanjut menimbulkan ketidakmampuan dalam menjalankan kehidupan sosial yang normal. Dampaknya individu menjadi pemalu, menarik diri, mengalami kecemasan, dan kesepian (Aditia, 2021).

Menurut Karadag (2015) *phubbing* disebabkan oleh adanya kecanduan yang berhubungan dengan *smartphone* seperti kecanduan *smartphone*, kecanduan internet, kecanduan sosial media, dan kecanduan bermain *game*. Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) juga menambahkan selain kecanduan

smartphone, *phubbing* juga dapat disebabkan oleh *fear of missing out* atau ketakutan akan melewatkan sesuatu (pengalaman, peristiwa, atau perbincangan) yang terjadi dilingkungan sosial dan adanya kontrol diri yang rendah.

Menurut Lapierre, dkk (2019) remaja akhir (usia 18-21 tahun) mudah memiliki ketergantungan terhadap *smartphone*. Hal itu disebabkan adanya perubahan-perubahan yang terjadi selama masa transisi remaja ke dewasa, yang dapat memengaruhi kontrol diri remaja akhir yang mengakibatkan penggunaan *smartphone* berlebihan dan bermasalah (Benvenuti, dkk. 2020). Penelitian Maharani (2020) juga menemukan bahwa remaja akhir di Kota Bandung memiliki perilaku *phubbing* yang tinggi. Beberapa penelitian lain juga menunjukkan penggunaan *smartphone* berlebihan dan bermasalah selain berhubungan dengan perilaku *phubbing*, juga berhubungan dengan *boredom proneness* (kebosanan) dan kesepian.

Boredom atau kebosanan adalah emosi yang tidak menyenangkan yang biasanya terjadi dalam situasi yang tidak menarik, tidak bermakna, dan kurang menantang (Tam, dkk. 2021). Sedangkan, *boredom proneness* merupakan konsep individu memiliki kecenderungan atau rentan mengalami kebosanan akibat kurangnya rangsangan internal atau rangsangan eksternal (Vodanovich dan Kass, 1990). Individu dengan *boredom proneness* (kecenderungan bosan) yang tinggi sering kali mengalami bosan, karena sensitivitas persepsi yang rendah terhadap rangsangan dilingkungan dan kurangnya minat intrinsik (Gao, dkk. 2023). Contohnya kecenderungan bosan akibat pekerjaan yang monoton atau repetitif dan tidak mampu mempertahankan kegembiraan atau minat didalam dirinya.

Menurut Duradoni dkk (2023) berdasarkan teori gratifikasi yang menyatakan bahwa individu secara aktif mencari media dan teknologi disebabkan untuk memenuhi kebutuhan atau kepuasan tertentu. Kebosanan dianggap sebagai keadaan ketidaknyamanan akibat kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi. Untuk menanggapi keadaan ini individu secara aktif menggunakan *smartphone* sebagai sarana melarikan diri, mengalihkan perhatian, dan mencari kesenangan atau pemenuhan kepuasan. Penelitian sebelumnya Elhai, dkk (2018) dan Matic, dkk

(2015) menjelaskan *boredom proneness* dapat menjadi faktor penyebab penyalahgunaan pemakaian *smartphone* untuk meredakan kebosanan mereka.

Berdasarkan hal itu, *Boredom proneness* juga dapat menjadi faktor terjadinya perilaku *phubbing* yang muncul karena penyalahgunaan *smartphone* yang dilakukan oleh individu. Hal ini karena penggunaan *smartphone* berlebihan untuk menurunkan kebosanan dan pemenuhan kepuasan, mendorong individu untuk melakukan *phubbing*. Beberapa penelitian seperti Doumit dkk (2023), Gao dkk (2023), dan Amiro & Laka (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *boredom proneness* dan perilaku *phubbing*. Tingginya *boredom proneness* secara signifikan diasosiasikan dengan tingginya perilaku *phubbing*.

Faktor lain yang berhubungan dengan penggunaan *smartphone* berlebihan dan perilaku *phubbing* ialah kesepian. Kesepian dapat didefinisikan sebagai pengalaman tidak menyenangkan dan tidak nyaman yang dialami seseorang ketika adanya ketidakcocokan antara hubungan sosial yang dimiliki individu dengan hubungan sosial yang diharapkan akibat adanya penurunan atau adanya sedikit interaksi baik dalam hal kualitas atau kuantitas (Peplau dan Perlman, 1982). Menurut Liu dkk (2020) anak muda yang merasa kesepian memiliki kecenderungan lebih besar untuk terlibat dalam penggunaan *smartphone* yang bermasalah.

Penggunaan internet dalam *smartphone* yang baik dapat memberikan hubungan pertemanan yang mendukung (teman *online*) dan kenaikan kualitasnya yang dapat mengurangi kesepian. Namun, pada penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengakibatkan penurunan kualitas hubungan dan berdampak buruk pada komunikasi tatap muka yang menyebabkan meningkatnya kesepian (MacDonald dan Schermer, 2021; Karsay, dkk. 2019). Penggunaan *smartphone* dianggap sebagai upaya melarikan diri untuk meringankan atau menghilangkan perasaan kesepian dan menghindari sumber stress di kehidupan nyata (Gao, dkk. 2023), yang disebabkan kecemasan sosial (Darcin, dkk. 2016) dan penghindaran kontak sosial (Perlman dan Peplau, 1982).

Dorongan meringankan atau menghilangkan perasaan kesepian tersebut dapat memiliki arti bahwa kesepian juga dapat menyebabkan penggunaan

smartphone yang berlebihan. Selain itu, Individu yang mengalami kesepian lebih merasa aman menggunakan *smartphone* untuk menghindari pembicaraan, kontak mata, dan bahasa tubuh pada komunikasi tatap muka (Dikec, dkk. 2017). Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan penghindaran komunikasi interpersonal, menunjukkan kesepian dapat menjadi faktor penyebab terjadinya *phubbing*. Hal itu dibuktikan dalam penelitian (Yaseen, dkk. 2020; Ang, dkk. 2019) bahwa tingginya kesepian memengaruhi pada tingginya *phubbing*.

Berdasarkan penjelasan diatas, diketahui *boredom proneness* dan kesepian masing-masing secara tunggal memiliki pengaruh pada perilaku *phubbing*. Sedangkan secara bersamaan, belum ada penelitian yang mengkaji mengenai hal ini. Namun, pada penelitian Skues, dkk (2015) menunjukkan bahwa keduanya yaitu *boredom proneness* dan kesepian secara bersamaan memiliki hubungan dengan penggunaan internet bermasalah.

Penggunaan internet yang bermasalah bila terus dibiarkan dapat berkembang menjadi kecanduan internet yang merupakan faktor terjadinya perilaku *phubbing* (Karadag, 2015). Oleh sebab itu, penulis mengasumsikan bahwa *boredom proneness* dan kesepian secara bersamaan dapat menjadi prediktor perilaku *phubbing*. Akhirnya, peneliti bermaksud untuk meneliti pengaruh *boredom proneness* dan kesepian terhadap perilaku *phubbing*.

Tujuan meneliti hal tersebut juga diperkuat karena peneliti belum adanya penelitian mengenai kesepian terhadap perilaku *phubbing* di Indonesia. Serta remaja akhir di Kota Bandung memiliki perilaku *phubbing* dalam kategori tinggi (Maharani, 2020). Sebab itulah, penelitian ini berjudul “Pengaruh *Boredom Proneness* dan Kesepian Terhadap Perilaku *Phubbing* Pada Remaja Akhir di Kota Bandung.”

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan penjelasan dilatar belakang, pertanyaan utama penelitian ini, yaitu: Apakah terdapat pengaruh *boredom proneness* dan kesepian terhadap perilaku *phubbing* pada remaja akhir?

C. Tujuan PenelitianManfaat Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian, tujuan utama penelitian ini adalah untuk memperoleh data dan menguji apakah terdapat pengaruh *boredom proneness* dan kesepian terhadap perilaku *phubbing* pada remaja akhir.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini bermanfaat untuk memberikan informasi dan pengetahuan sehingga menambah wawasan pembaca mengenai perilaku *phubbing* dan dampaknya pada remaja. Serta dapat dimanfaatkan sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya untuk membantu memperluas penelitian mengenai perilaku *phubbing* di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini bermanfaat untuk berbagai pihak, yaitu:

a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran akan dampak dan risiko dari perilaku *phubbing* sehingga remaja dapat lebih bijak menggunakan *smartphone*.

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau gambaran untuk meningkatkan kesadaran akan dampak *phubbing* pada remaja sehingga orang tua dapat mengawasi dan mencegah perilaku *phubbing* dimulai di lingkungan sekitar tempat tinggal remaja.

c. Bagi Organisasi dan Pemerintah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau gambaran sebagai landasan dalam perencanaan program pencegahan perilaku *phubbing* pada remaja.

E. Sistematika Penelitian

Penelitian ini terdiri dari lima bab yang membahas mengenai:

1. Bab I Pendahuluan yang membahas dasar penelitian ini yaitu latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.
2. Bab II Kajian Pustaka yang membahas kajian teori dari tiga variable penelitian ini yaitu pembahasan mengenai perilaku *phubbing*, *boredom proneness*, dan kesepian. Selain itu, berisi mengenai kerangka berpikir dan hipotesis penelitian ini.
3. Bab III Metode Penelitian yang membahas mengenai metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini seperti desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, variable penelitian, definisi operasional, instrument penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.
4. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan yang berisi mengenai hasil penelitian ini dan pembahasan dari hasil penelitian tersebut.
5. Bab V Kesimpulan dan Saran yang membahas kesimpulan dari penelitian ini dan saran untuk pembaca dan peneliti selanjutnya mengenai penelitian berhubungan dengan penelitian ini.