

**KECENDERUNGAN PERILAKU *PHUBBING* PADA PESERTA DIDIK  
SEKOLAH MENENGAH ATAS SERTA IMPLIKASINYA BAGI  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara Tahun  
Ajaran 2024/2025)



**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam  
bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling

Oleh:

Ainun Sheilla

2109288

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2025**

**KECENDERUNGAN PERILAKU *PHUBBING* PADA PESERTA DIDIK  
SEKOLAH MENENGAH ATAS SERTA IMPLIKASINYA BAGI  
BIMBINGAN DAN KONSELING**

(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara Tahun  
Ajaran 2024/2025)

Oleh  
Ainun Sheilla

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling

© Ainun Sheilla  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2025

Hak Cipta dilindungi Undang-undang  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak  
ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin penulis.

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PENGESAHAN

AINUN SHEILLA  
NIM 2109288

**KECENDERUNGAN PERILAKU *PHUBBING* PADA PESERTA DIDIK  
SEKOLAH MENENGAH ATAS SERTA IMPLIKASINYA BAGI  
BIMBINGAN DAN KONSELING**  
(Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara Tahun  
Ajaran 2024/2025)

disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing 1



Dr. Dadang Sudrajat, M.Pd.  
NIP 196808281998021002

Pembimbing 2



Rina Nurhudi Ramdhani, M.Pd.  
NIP 920190219930311201

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.  
NIP 197710142001122001

## ABSTRAK

**Ainun Sheilla (2025). Kecenderungan Perilaku *Phubbing* Pada Peserta Didik Sekolah Menengah Atas serta Implikasinya Bagi Bimbingan dan Konseling (Studi Deskriptif Terhadap Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara Tahun Ajaran 2024/2025).**

Perkembangan teknologi informasi yang pesat telah mengubah pola komunikasi dan interaksi sosial, memunculkan perilaku baru seperti *phubbing*. Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran mengenai kecenderungan perilaku *phubbing* pada peserta didik Sekolah Menengah Atas (SMA) serta implikasinya bagi bimbingan dan konseling. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara Tahun Ajaran 2024/2025, dengan sampel 1423 responden yang ditentukan melalui rumus Slovin. Instrumen yang digunakan adalah *Generic Scale of Phubbing* (GSP) dan *Generic Scale of Being Phubbed* (GSBP) berbentuk kuesioner dengan skala Likert 7 poin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peserta didik sebagai *phubber* memiliki kecenderungan pada tingkat *phubbing ringan* menuju *sedang*, sedangkan sebagai *phubbee* berada pada tingkat *being phubbed sedang*. Gambaran tersebut juga dikelompokkan berdasarkan data demografis dan kebiasaan penggunaan *smartphone*. Implikasi penelitian diarahkan pada penyusunan Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok untuk membentuk pola interaksi sosial yang lebih sehat di tengah kemajuan teknologi, sehingga perilaku *phubbing* dapat diminimalkan.

**Kata kunci:** *phubbing*, bimbingan dan konseling, interaksi sosial

## **ABSTRACT**

**Ainun Sheilla (2025). *Phubbing Behavior Tendencies Among Public High School Students and Their Implications for Guidance and Counseling (A Descriptive Study of Public High School Students in Jepara Regency, Academic Year 2024/2025)*.**

*The rapid development of information technology has transformed patterns of communication and social interaction, giving rise to new behaviors such as phubbing. This study aims to provide an overview of phubbing tendencies among senior high school students and their implications for guidance and counseling. The research employed a quantitative approach with a descriptive method. The study population comprised all students from public senior high schools in Jepara Regency for the 2024/2025 academic year, with a sample of 1423 respondents determined using Slovin's formula. Data were collected using the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP), administered in the form of a 7-point Likert scale questionnaire. The results showed that students, as phubbers, tended to fall within the mild to moderate category of phubbing, while as phubbees, they were in the moderate category of being phubbed. These tendencies were further analyzed based on demographic data and smartphone usage habits. The findings imply the importance of developing lesson plan-based guidance services, including classical guidance and group counseling, to foster healthier patterns of social interaction in the digital era and minimize phubbing behavior.*

**Keywords:** *phubbing, guidance and counseling, social interaction*

## DAFTAR ISI

|                                                                                                                        |             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>                                                                                         | <b>ii</b>   |
| <b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....</b>                                                                              | <b>iii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                                                                             | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                                                                   | <b>vii</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                                                                                  | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                                                                                 | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                                                                              | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                                                                           | <b>xiii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                                                                          | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang Penelitian.....                                                                                     | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                                                                              | 6           |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                                                                                             | 7           |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                                                                                            | 8           |
| 1.5 Ruang Lingkup Penelitian .....                                                                                     | 8           |
| <b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>                                                                                       | <b>9</b>    |
| 2.1 Konsep Dasar <i>Phubbing</i> .....                                                                                 | 9           |
| 2.2 Lima Domain Keterampilan Digital.....                                                                              | 16          |
| 2.3 <i>Phubbing</i> dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling.....                                                      | 17          |
| 2.4 Bimbingan dan Konseling untuk Mereduksi Kecenderungan Perilaku<br><i>Phubbing</i> .....                            | 18          |
| 2.5 Penelitian Terdahulu dan Posisi Penelitian.....                                                                    | 21          |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                                                                                 | <b>25</b>   |
| 3.1 Desain Penelitian .....                                                                                            | 25          |
| 3.2 Responden Penelitian .....                                                                                         | 26          |
| 3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....                                                                                | 27          |
| 3.4 Definisi Operasional Variabel.....                                                                                 | 29          |
| 3.5 Instrumen Penelitian.....                                                                                          | 30          |
| 3.6 Prosedur Penelitian.....                                                                                           | 36          |
| 3.7 Analisis Data .....                                                                                                | 37          |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>                                                                                | <b>43</b>   |
| 4.1 Hasil Penelitian .....                                                                                             | 43          |
| 4.2 Hasil Penelitian sebagai <i>Phubber</i> (Pelaku) .....                                                             | 43          |
| 4.3 Hasil Penelitian sebagai <i>Phubbee</i> (Korban) .....                                                             | 56          |
| 4.4 Hasil Penelitian Keterlibatan Peserta Didik dalam <i>phubbing</i> .....                                            | 68          |
| 4.5 Hasil Penelitian Keterlibatan Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> dan <i>Phubbee</i><br>Berdasarkan Wilayah ..... | 69          |
| 4.6 Pembahasan Hasil Penelitian sebagai <i>Phubber</i> (Pelaku) .....                                                  | 70          |
| 4.7 Pembahasan Hasil Penelitian sebagai <i>Phubbee</i> (Korban) .....                                                  | 80          |

|                                                                                                                                |            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.8 Pembahasan Hasil Penelitian Keterlibatan Peserta Didik dalam <i>Phubbing</i> .....                                         | 88         |
| 4.9 Pembahasan Hasil Penelitian Keterlibatan Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> dan <i>Phubbee</i> Berdasarkan Wilayah ..... | 88         |
| 4.10 Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Mreduksi <i>Phubbing</i> pada Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara .....    | 89         |
| 4.11 Keterbatasan Penelitian .....                                                                                             | 91         |
| <b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>                                                                                          | <b>93</b>  |
| 5.1 Simpulan .....                                                                                                             | 93         |
| 5.2 Saran .....                                                                                                                | 94         |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                                                                                                     | <b>96</b>  |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                                                                                                          | <b>104</b> |
| <b>RIWAYAT HIDUP PENULIS .....</b>                                                                                             | <b>195</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Daftar Populasi .....                                                                                                                | 26 |
| Tabel 3.2 Jumlah Sampel Penelitian .....                                                                                                       | 27 |
| Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen <i>Generic Scale of Phubbing</i> (GSP) .....                                                                     | 29 |
| Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen <i>Generic Scale of Being Phubbed</i> (GSBP) .....                                                               | 30 |
| Tabel 3.5 Kategori Nilai <i>Alpha Cronbach</i> .....                                                                                           | 32 |
| Tabel 3.6 Kategori Nilai <i>Person Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i> .....                                                           | 32 |
| Tabel 3.7 Reliabilitas Instrumen <i>Generic Scale of Phubbing</i> (GSP) .....                                                                  | 33 |
| Tabel 3.8 Perbandingan Reliabilitas Instrumen <i>Generic Scale of Phubbing</i> (GSP).....                                                      | 33 |
| Tabel 3.9 Hasil Reliabilitas Instrumen <i>Generic Scale of Being Phubbing</i> (GSBP) .....                                                     | 34 |
| Tabel 3.10 Perbandingan Reliabilitas Instrumen <i>Generic Scale of Being Phubbing</i> (GSBP) .....                                             | 34 |
| Tabel 3.11 Skor Instrumen <i>Generic Scale of Phubbing</i> (GSP) dan Instrumen <i>Generic Scale of Being Phubbed</i> (GSBP) .....              | 36 |
| Tabel 3.12 Kategorisasi <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Skala .....                                                         | 36 |
| Tabel 3.13 Kategorisasi <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Skala.....                                                          | 37 |
| Tabel 3. 14 Interpretasi Kategorisasi <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubber</i> .....                                                             | 37 |
| Tabel 3. 15 Interpretasi Kategorisasi <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubbee</i> .....                                                             | 39 |
| Tabel 4.1 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubber</i> Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara .....                    | 42 |
| Tabel 4.2 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Faktor <i>Nomophobia</i> .....              | 42 |
| Tabel 4.3 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Faktor <i>Interpersonal Conflict</i> .....  | 43 |
| Tabel 4.4 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Faktor <i>Self-Isolation</i> .....          | 44 |
| Tabel 4.5 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Faktor <i>Problem Acknowledgement</i> ..... | 44 |
| Tabel 4.6 Faktor Tertinggi dan Terendah <i>Phubbing</i> Sebagai <i>Phubber</i> Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara .....              | 45 |
| Tabel 4.7 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....                                                | 46 |
| Tabel 4.8 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....                         | 46 |
| Tabel 4.9 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Letak Geografis Sekolah .....                                     | 47 |
| Tabel 4.10 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Dari Masing-Masing Sekolah .....                       | 47 |

|                                                                                                                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 4.11 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Jenjang Kelas.....                                                                 | 49 |
| Tabel 4.12 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Jenjang Kelas .....                                          | 49 |
| Tabel 4.13 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> Sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> .....                                          | 50 |
| Tabel 4.14 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Berdasarkan Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> .....                    | 51 |
| Tabel 4.15 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Ditinjau dari Kondisi <i>Smartphone</i> Ketika Pengisian Baterai .....   | 52 |
| Tabel 4.16 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> Ditinjau dari Kebiasaan Menyalakan dan Mematikan <i>Smartphone</i> ..... | 53 |
| Tabel 4.17 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubbee</i> Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara .....                                     | 54 |
| Tabel 4.18 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Faktor <i>Perceived Norms</i> .....                          | 55 |
| Tabel 4.19 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Faktor <i>Feeling Ignored</i> .....                          | 55 |
| Tabel 4.20 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Faktor <i>Interpersonal Conflict</i> .....                   | 56 |
| Tabel 4.21 Faktor Tertinggi dan Terendah <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubbee</i> Peserta Didik SMA Negeri se-Kabupaten Jepara .....                               | 56 |
| Tabel 4.22 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Jenis Kelamin.....                                                                 | 57 |
| Tabel 4.23 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Jenis Kelamin .....                                          | 57 |
| Tabel 4.24 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Letak Geografis Sekolah .....                                                      | 58 |
| Tabel 4.25 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> dari Masing-Masing Sekolah .....                                         | 59 |
| Tabel 4.26 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> Sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Kelas .....                                                                        | 60 |
| Tabel 4.27 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Kelas .....                                                  | 61 |
| Tabel 4.28 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> .....                                          | 62 |
| Tabel 4.29 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Berdasarkan Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> .....                    | 62 |
| Tabel 4.30 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Ditinjau dari Kondisi <i>Smartphone</i> Saat Pengisian Baterai .....     | 64 |

|                                                                                                                                                                  |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 4.31 Frekuensi Kecenderungan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubbee</i> Ditinjau dari Kebiasaan Menyalakan dan Mematikan <i>Smartphone</i> ..... | 65 |
| Tabel 4.32 Frekuensi Keterlibatan <i>Phubbing</i> Peserta Didik sebagai <i>Phubber</i> dan <i>Phubbee</i> .....                                                  | 65 |
| Tabel 4.33 Rata-Rata Skala <i>Phubbing</i> Berdasarkan Keterlibatan sebagai <i>Phubber</i> dan <i>Phubbee</i> .....                                              | 66 |
| Tabel 4.34 Rata-Rata Skala <i>Phubber</i> dan <i>Phubbee</i> Berdasarkan wilayah .....                                                                           | 67 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1 Administrasi .....                                | 105 |
| Lampiran 2 Instrumen Penelitian .....                        | 122 |
| Lampiran 3 Pengolahan Data .....                             | 129 |
| Lampiran 4 Rambu-Rambu Rencana Pelaksanaan Layanan RPL ..... | 144 |
| Lampiran 5 Dokumentasi .....                                 | 193 |

## DAFTAR PUSTAKA

- Aagaard, J. (2019). Digital Akraisa: A Qualitative Study of Phubbing. *AI & Society*, 35, 237-244. doi: <https://doi.org/10.1007/s00146-019-00876-0>.
- Abivian, M. (2022). Gambaran Perilaku Phubbing dan Pengaruhnya terhadap Remaja Pada Era Society 5.0. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(2), 155–164.
- Aden, D. A. S., Fadhli, M., Jumarni, J., & Satria, B. (2023). Hubungan antara kecerdasan moral dengan perilaku phubbing pada Generasi Z di Pekanbaru. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 3(3), 5590–5599.
- Adisti, A. R., & Rozikan, M. (2021). Fostering The Alpha Generation: A Character Education Based on Javanese Ungguh Ungguh (Etiquette) Culture in Madrasah Ibtidaiyah. *Al-Bidayah: Jurnal Pendidikan Dasar Islam*, 13(1), 179–198. doi: <https://doi.org/10.14421/al-bidayah.v13i1.256>.
- Aditia, R. (2021). Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *KELUWIH: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 2(1), 8-14. doi: <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>.
- Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Ardi, Z., Sukmawati, I., Zikra, Z., Ilyas, A., Fikri, M., Syahputra, Y., & Hariyani, H. (2019). An Analysis of Phubbing Behaviour: Preliminary research from counseling perspective. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 295, 270-273. doi: <https://doi.org/10.2991/icetep-18.2019.65>.
- Al-Saggaf, Y. (2022). *The Psychology of Phubbing*. Springer: Singapore.
- Al-Saggaf, Y., & MacCulloch, R. (2018). Phubbing: How frequent? Who is Phubbed? In Which Situation? And Using Which Apps? *International Conference on Information Systems 2018*, 1-9.
- Al-Saggaf, Y., & Macculloch, R. (2019). Phubbing and Social Relationships: Results from an Australian Sample. *Journal of Relationships Research*. doi: <https://doi.org/10.1017/jrr.2019.9>.
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132–140. doi: <https://doi.org/10.1002/hbe2.137>.
- American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP). (2025). *Screen Time and Children*. Diakses dari: [https://www.aacap.org/AACAP/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/FF-Guide/Children-And-Watching-TV-054.aspx?utm](https://www.aacap.org/AACAP/Families_and_Youth/Facts_for_Families/FF-Guide/Children-And-Watching-TV-054.aspx?utm).
- Andiana, Y. T., & Barida, M. (2021). Mengenal Fenomena Perilaku *Phubbing* Dikalangan Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan*

- Konseling Islami* (hlm. 1485–1493). Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Ariyanti, E. O., Nurhadi, & Trinugraha, Y. H. (2022). Makna Perilaku Phubbing di Kalangan Mahasiswa Universitas Sebelas Maret. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(2), 915–928.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2024). *APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang*. Diakses dari <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>.
- Aygar, H., Tozun, M., Unsal, A., Arslantas, D., Oktar, D., & Dagtekin, G. (2021). Determination Of the Prevalence of Phubbing and Its Possible Relations with Personality Characteristics and With the Other Factors Among the Students of The Faculty of Medicine from Western Turkey. *International Research Journal of Social Sciences*, 10(1), 20–27.
- Barbed-Castrejón, N., Navaridas-Nalda, F., Mason, O., & Ortuño-Sierra, J. (2024). Prevalence of Phubbing Behavior in School and University Students in Spain. *Frontiers in Psychology*, 15, 1396863. doi: 10.3389/fpsyg.2024.1396863.
- Bryant, M. (2024). *No Screens Before Age of Two, Swedish Health Authority Tells Parents*. Diakses dari : <https://www.theguardian.com/world/article/2024/sep/02/no-screens-before-age-of-two-swedish-health-authority-tells-parents?utm>
- 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. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*, 88(June), 5–17. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020>.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The Effects Of “Phubbing” On Social Interaction. *Journal Of Applied Social Psychology*, 304-316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>.
- Cizmeci, E. (2017). Disconnected, Though Satisfied: Phubbing Behavior and Reallationship Satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364-375. doi: 10.7456/10702100/018.

- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (5th ed.). London: SAGE Publications.
- Damayanti, L. N., & Arviani, H. (2024). Fenomena Phubbing Remaja Kota Surabaya dan Jakarta. *Dawatuna: Journal of Communication and Islamic Broadcasting*, 3(4), 1722-1735. doi: <https://doi.org/10.47467/dawatuna.v3i4.3142>.
- Dapodik. (2025). *Data Pokok Pendidikan*. Diakses dari <https://dapo.kemendikdasmen.go.id/>.
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and Alone: Phone Snubbing, Social Exclusion, and Attachment to Social Media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155–163. doi: <https://doi.org/10.1086/690940>.
- Ditriani, A., Hatim, M., & Abdullah, Bz. Septeyawan. (2024). Perilaku Phubbing Siswa Kelas V Sekolah Dasar dalam Perspektif Etika. *Jurnal Inovasi, Evaluasi, dan Pengembangan Pembelajaran(JIEPP)*, 4(3), 356-362. doi: <https://doi.org/10.54371/jiepp.v4i3.523>.
- Dwijayanti, M., Fauzan, L., & Flurentin, E. (2021). Fenomena *Phone Snubbing* pada Siswa Menengah Pertama. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 1(3), 170-177. doi: <https://doi.org/10.17977/um065v1i32021p170-177>.
- employee engagement. In *Computers in Human Behavior* (Vol. 75). Elsevier B.V. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.021>
- Farkhah, L., Saptyani, P. M., & Syamsiah, R. I. (2023). Dampak Perilaku Phubbing: Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic e-ISSN 2988-3709 (online)*, 1(2), 1-18.
- Feng, W., Peibo Wu, Shuai Lv, & Fan, Z. (2025). The Relationship Between Meaning in Life and Self-Regulated Learning Among College Students: The Mediating Effect of Psychological Capital and The Moderating Effect of Phubbing. *BMC Psychology*, 566, 1-13. doi: <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02859-x>.
- Fitri, A. N. L. (2019). *Gambaran Perilaku Phubbing pada Remaja Pengguna Ponsel di SMAN 4 Tuban*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Fitriyadi, M. Y., dkk. (2023). Pengaruh Dunia IT Terhadap Perilaku Remaja Generasi Z. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 2(2). doi: <https://doi.org/10.55606/religion.v1i2.61>.
- Gumilar, A. (2023). *Layanan Bimbingan dan Konseling Sosial untuk Mencegah dan Mereduksi Kecenderungan Perilaku Phubbing: Studi Deskriptif Terhadap*

- Peserta Didik kelas XI Sekolah Menengah Atas Se-Kota Tasikmalaya Tahun Ajaran 2022/2023*). (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Gunawan, R., Aulia, S., Supeno, H., Wijanarko, A., Uwiringiyimana, J. P., & Mahayana, D. (2021). Adiksi Media Sosial dan Gadget Bagi Pengguna Internet di Indonesia. *Techno-Socio Ekonomika*, 14(1), 1-14. doi: <https://doi.org/10.32897/techno.2021.14.1.544>.
- Houser, R. A. (2020). *Counseling and educational research: Evaluation and application* (4th ed.). SAGE Publications.
- IBM. (2022). *Downloading IBM SPSS Statistics 25*. IBM.Com. <https://www.ibm.com/support/pages/downloading-ibm-spss-statistics-25>.
- Ilma'nunah, L. (2021). *Layanan Bimbingan dan Konseling Pribadi untuk Mereduksi Kecenderungan Perilaku Phubbing: Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri se-Kota Bandung Tahun Ajaran 2020/2021*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Izzani, T. A., Octaria, S., & Linda. (2024). Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Ilmu Sosial, Pendidikan dan Humaniora*, 3(2), 259-273. doi: <https://doi.org/10.56910/jispendiora.v3i2.1578>.
- Karadag, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2016). The Virtual World's Current Addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), 223–269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>.
- Karadag, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, I., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. doi: <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.
- Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah (Kemendikdasmen). (2025). *Kemendikdasmen Perkuat Peran Bimbingan dan Konseling Bagi Guru Guna Mewujudkan Sekolah Aman, Nyaman, dan Menggembirakan*. Diakses dari <https://gurudikdas.dikdasmen.go.id/news/kemendikdasmen-perkuat-peran-bimbingan-dan-konseling-bagi-guru-guna-mewujudkan-sekolah-aman-nyaman#nav-mobile>.
- Knausenberger, J., Giesen-Leuchter, A., & Echterhoff, G. (2022). Feeling Ostracized by Others' Smartphone Use: The Effect of Phubbing on Fundamental Needs, Mood, And Trust. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 883901. doi: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.883901>.
- Lestari, B. D., & Suratmini, D. (2024). The Relationship FoMO (Fear of Missing Out) and Nomophobia with Phubbing Behavior among Adolescent Instagram Users. *Indonesian Contemporary Nursing Journal (ICON Journal)*, 8(2), 82–89. <https://doi.org/10.20956/icon.v8i2.30750>.

Ainun Sheilla, 2025

**KECENDERUNGAN PERILAKU PHUBBING PADA PESERTA DIDIK SEKOLAH MENENGAH ATAS SERTA IMPLIKASINYA BAGI BIMBINGAN DAN KONSELING**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- Mantere, E., Savela, N., & Oksanen, A. (2021). Phubbing and Social Intelligence: Role-Playing Experiment on Bystander Inaccessibility. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19). doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph181910035>.
- Meilan, T. S. A., Fitria, N., & Amira, I. D. A. (2024). Gambaran tingkat perilaku phubbing pada mahasiswa sarjana Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(9), 4370–4384.
- Miller-Ott, A. E., & Kelly, L. (2017). A Politeness Theory Analysis of Cell-Phone Usage in the Presence of Friends. *Communication Studies*, 68(2), 190–207. doi: <https://doi.org/10.1080/10510974.2017.1299024>.
- Najah, M., Fadilah, A. F., Rachmi, I., & Iskandar, I. (2022). Perilaku Phone Snubbing (Phubbing) pada Generasi X, Y, dan Z. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 14(2), 25–38. doi: <https://doi.org/10.15294/intuisi.v14i2.38883>.
- Nalendra, A. R. A., Rosalinah, Y., Priadi, A., Subroto, I., Rahayuningsih, R., Lestari, R., Kusamandari, S., Yuliasari, R., Astuti, D., Latumahina, J., Purnomo, M. W., & Zede, V. A. (2021). *Statistika seri dasar dengan SPSS* (1st ed.). CV Media Sains Indonesia.
- Nurihsan, A. J. (2018). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Oktaviani, S. (2024). *Gambaran Phubbing Peserta Didik serya Implikasinya Bagi Layanan Bimbingan dan Konseling Pribadi: Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri di Kabupaten Ciamis Tahun Ajaran 2023/2024*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- OSF HealthCare. (2024). *Kids' screen time: How much is too much?* Diakses dari:
- Pletzer, K., Pengpid, S., & Apidechkul, T. (2014). Heavy Internet Use and Its Associations with Health Risk and Health-Promoting Behaviours Among Thai University Students. *Int J Adolesc Med Health*, 26(2), 187-194. doi: <https://doi.org/10.1515/ijamh-2013-0508>.
- POP BK SMA. 2016. *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Pramudani, A. R., Himawan, A. B., Wardani, N. D., & Santosa, Y. I. (2020). Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial dengan Kecemasan pada Remaja: Studi Kasus SMAN 1 Jepara dan SMAN 1 Donorojo. *Jurnal Kedokteran Diponegoro (Diponegoro Medical Journal)*, 9 (4), 336-342. doi: <https://doi.org/10.14710/dmj.v9i4.27665>.
- Pranoto, B., & Walisyah, T. (2023). Analisis Fenomena Perilaku Phubbing terhadap Rendahnya Kualitas Pergaulan Remaja di Kecamatan Hinai. *JIIP - Jurnal*

- Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(7), 5077–5084. doi: <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i7.2212>.
- Prasetyo, R. A. (2017). *Hubungan Antara Kecanduan Gadget (Smartphone) Dengan Empati pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*. (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Pratiwi, S. L. (2024). *Layanan Bimbingan dan Konseling Pribadi untuk Mereduksi Kecenderungan Phubbing Siswa SMA Negeri di Kabupaten Bandung*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Pratiwi, T. A., & Nuryono, W. (2021). Studi Kepustakaan tentang Profil Pecandu Internet, Faktor dan Penanganan Terhadap Kecanduan Internet. *Jurnal BK UNESA*, 12, 197–212.
- Rachman, A., Setiawan, M. A., Bawimbang, J. E., & Rachman, F. (2019). Layanan Bimbingan Klasikal Dampak Phubbing pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 25 Banjarmasin. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(3), 293–298. doi: <https://doi.org/10.30653/002.201943.156>.
- Raharjo, D. P. (2021). Intensitas Mengakses Internet dengan Perilaku Phubbing. *Psikoborneo: jurnal ilmiah psikologi*, 9(1), 1–11. doi: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5662>.
- Ramdhani, R. N., Salsabila, N. T., & Sudrajat, D. (2025). Fenomena Perilaku Phubbing Remaja dan Implikasinya Pada Layanan Bimbingan dan Konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 15(1). doi: <https://doi.org/10.25273/counsellia.v15i1.22374>.
- Reiter, T., Sakel, S., Scharbert, J., ter Horst, J., Back, M., van Zalk, M., Buehner, M., & Schoedel, R. (2024). Investigating Phubbing in Everyday Life: Challenges & Lessons for Future Research. In *Extended Abstracts of the CHI Conference on Human Factors in Computing Systems (CHI EA '24)*, 11–16. doi: <https://doi.org/10.1145/3613905.3651009>.
- Rismiyan, Buchori, S., & Umar, N. F. (2024). Analisis Perilaku Phubbing (Phone Snubbing) dan Penanganannya. *Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya*, 5(3), 75–79. doi: <https://journal.ilinstitute.com/konseling>.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2017). Put down your phone and listen to me: How
- Sahin, S., Tozun, M., & Unsal, A. (2024). *Assessment of the Relationship Between Demographic, Familial, Usage and Personality Factors with Phubbing Vulnerability Among University Students*. *DergiPark Journal*.

- Saloom, G., & Veriantari, G. (2022). Faktor-Faktor Psikologis Perilaku Phubbing. *Jurnal Studia Insania*, 9(2), 152–167. doi: <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i2.4517>.
- Salsabila, N. T. (2023). *Kecenderungan Perilaku Phubbing pada Peserta Didik SMP Negeri se-Kota Banjar serta Implikasinya Bagi Layanan Bimbingan dan Konseling Pribadi*. (Skripsi). Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence: Perkembangan Remaja* (Edisi Kesebelas). Jakarta: Erlangga.
- Sari, A. P., Ilyas, A., & Ildil, I. (2018). Tingkat Kecanduan Internet pada Remaja Awal. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 3(2), 110–117. doi: <https://doi.org/10.29210/02018190>.
- Setiawan, B. (2024). Dampak Bimbingan Kelompok Teknik Self Management dalam Mengurangi Perilaku Phubbing Siswa SMK 17 Agustus 1945 Genteng. *Consilium: Education and Counseling Journal*, 5(1), 1–12. doi: <https://doi.org/10.36841/consilium.v5i1.5190>.
- Sheperis, C. J., Young, J. S., & Daniels, M. H. (2010). *Counseling Research: Quantitative, Qualitative, and Mixed Methods* (1st ed.). Upper Saddle River, NJ: Pearson Education Inc.
- Shoukat, S. (2019). Cell Phone Addiction and Psychological and Physiological Health in Adolescents. *EXCLI Journal*, 18, 47–50.
- Silmia, A. Z., Salira, A. B., & Holilah, M. (2024). Pengaruh Phubbing Terhadap Minat Belajar IPS Siswa Kelas IX SMP di Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(16), 123–131. doi: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13761369>.
- Siregar, S. W. (2024). Fenomena Phubbing pada Mahasiswa. *Al-Murabbi Jurnal Pendidikan Islam*, 2(1), 235–247. doi: <https://doi.org/10.62086/al-murabbi.v2i1.679>.
- Sulastris, T., Khairunnisa, K., Setiawati, S., Tambunan, E. S., Supartini, Y., & Ningsih, R. (2023). Perilaku Phubbing dengan Kecerdasan Emosional Remaja pada Remaja SMA. *Jurnal Keperawatan (JKEP)*, 8(1), 15–27.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi Model Rasch untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*. Trim Komunikata Publishing House.
- Tapscott, D. (2009). *Grown up Digital: How the Net Generation Is Changing the World*. New York: McGraw Hill.
- Ugur, N. G., & Koc, T. (2015). Time for Digital Detox: Misuse of Mobile Technology and Phubbing. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 195, 1022–1031. doi: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.06.491>.

- Umam, K., Quthny, A. Y. A., & Badruttamam, C. A. (2023). Phubbing: Suatu Degredasi Minat Belajar Siswa sebagai Dampak Media Sosial di MI Dlauul Islam. *Journal on Education*, 5(3), 8717-8724. doi: <https://doi.org/10.31004/joe.v5i3.1666>.
- UNESCO. (2018). *ICT Competency Framework for Teachers* (Version 3). Paris: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
- We Are Social. (2024). *Digital 2024: 5 Billion Social Media Users*. Diakses dari <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/>.
- Widiputera, F., Perdana, N. S., & Zamjani, I. (2021). *Digital Kids Asia-Pasific (DKAP): Insight into Children's Digital Citizenship, Country Report-2021 Indonesia*. Jakarta: Ministry of Education and Culture, Republic of Indonesia & UNESCO.
- Winstep. (2023). *Rasch Analysis and Rasch Measurement Software*. Winstep.Com. <https://www.winsteps.com/winsteps.htm>.
- Youarti, I. E., & Hidayah, N. (2018). Perilaku Phubbing Sebagai Karakter Remaja Generasi Z. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 143-152. doi: <https://doi.org/10.52657/jfk.v4i1.553>.