

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

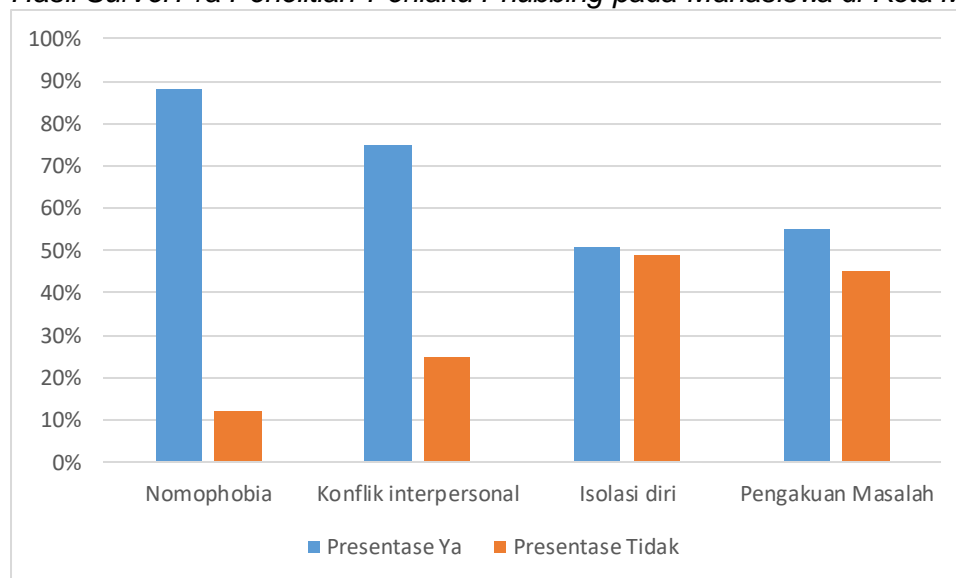
Teknologi telah mengalami pertumbuhan yang berkembang drastis sehingga sudah menjadi hal biasa bagi para mahasiswa. Banyak mahasiswa yang terlihat sibuk menggunakan *smartphone* masing-masing di area kampus, sehingga tanpa sadar mengabaikan orang di sekitarnya. Salah satu pengguna *smartphone* terbanyak di Indonesia adalah Provinsi Jawa Timur dengan jumlah 23 juta orang (Databoks, 2020). Pada tahun 2019 sejumlah 3.706.811 orang di Indonesia terlibat perilaku *phubbing*, sehingga Indonesia berada di peringkat ke-11 dalam hal jumlah kasus *phubbing* paling banyak di dunia (Cecilia, 2019). Menurut Pranarasti (2020) dalam penelitiannya, mahasiswa di Kota Malang menunjukkan perilaku *phubbing* tertinggi dengan presentase sebesar 54,9%, sementara sisanya, yaitu 45,5%, berasal dari siswa SMA. Kondisi ini menyebabkan penggunaan *smartphone* menjadi sangat melekat di kalangan masyarakat, terutama mahasiswa. Namun, hal tersebut sering membuat mereka lupa akan dampak negatif yang ditimbulkan, seperti munculnya perilaku *phubbing*. *Phubbing* adalah gabungan dua kata “*phone*” dan “*snooping*” yang mengacu pada perilaku menyepelkan rekan bicara dengan terlalu fokus memakai ponsel (Hanika, 2015).

Berdasarkan penelitian Frans & Nugrahawati (2024) pada tahun 2018 sekitar 66% orang di Indonesia menunjukkan perilaku *phubbing*. Selanjutnya, pada tahun 2021 angka ini meningkat signifikan hingga mencapai 81,7%, masuk dalam kategori yang

tinggi. Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan yang cukup besar dalam perilaku *phubbing* di Indonesia, yang mencerminkan semakin meluasnya penggunaan *smartphone* di negara ini. Berdasarkan fakta yang diterima oleh penulis melalui wawancara yang telah dilakukan dengan mahasiswa, diketahui bahwa saat ini mahasiswa di Kota Malang sedang mengalami masalah perilaku *phubbing* dalam hal kurangnya komunikasi (X, di wawancarai oleh penulis, 9 Mei 2025). Untuk itu penulis melakukan survei pra penelitian melalui sebaran kuesioner pra penelitian terhadap 30 partisipan menggunakan 4 aspek perilaku *phubbing* menurut Chotpitayasunondh & Douglas (dalam Isrofin, 2020) yang memperoleh hasil sebagai berikut :

Gambar 1

Hasil Survei Pra Penelitian Perilaku Phubbing pada Mahasiswa di Kota Malang



Hasil survei pra penelitian di atas menunjukkan hasil bahwa 88% mahasiswa memilih jawaban merasa gelisah jika tidak melihat *smartphone*, 75% mahasiswa sering mengabaikan teman-teman karena sibuk dengan gadget, 51% mahasiswa sulit berinteraksi dengan teman-teman, dan 55% mahasiswa sulit fokus terhadap sesuatu.

Thaeras (2017) melakukan penelitian mengenai fenomena *phubbing* dengan melibatkan 143 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekitar 70% dari responden sulit melepaskan diri dari penggunaan *smartphone* dan cenderung melakukan *phubbing* saat berinteraksi sosial. Perilaku *phubbing* dianggap rendah saat individu bersedia mendengarkan apa yang disampaikan oleh lawan bicaranya, memberikan tanggapan, serta menjaga kontak mata selama berkomunikasi. Sebaliknya, perilaku *phubbing* meningkat ketika seseorang tidak mampu melepaskan diri dari ponselnya dan interaksi menjadi sangat terbatas, sehingga tidak ada umpan balik dari pendengar (Kurnia et al., 2020). David dan Roberts (2017) menjelaskan bahwa perilaku *phubbing* dikasifikasikan sebagai kecenderungan individu yang menghabiskan mayoritas waktunya dengan bermain *smartphone* dan cenderung memilih menghindari komunikasi interpersonal serta acuh terhadap lingkungan sekitarnya. Perilaku *phubbing* dapat mengurangi rasa simpati seseorang terhadap lawan bicaranya dan menimbulkan reaksi sosial negatif, seperti kemarahan dari lawan bicara yang merasa diacuhkan. Selain dampak yang dialami individu, *phubbing* juga memberikan dampak terhadap lingkungan sekitar individu tersebut (Ridho, 2019).

Menurut Reski (2020), perilaku *phubbing* dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti mengalihkan perasaan bosan, menghindari topik pembicaraan yang tidak disukai, dan teman di sekitar juga melakukan perilaku *phubbing*. Sedangkan, menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (dalam Isrofin, 2020) yaitu kecanduan *smartphone*, *fear of missing out* dan kontrol diri. Selain itu, perilaku *phubbing* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kecanduan pemakaian *smartphone*, kecanduan internet, kecanduan media sosial dan kecanduan permainan (Karadağ et al., 2015).

Terdapat hubungan yang kuat antara harga diri seseorang dan perilaku *phubbing*, yaitu kebiasaan mengabaikan orang di sekitarnya karena terlalu sibuk dengan *smartphone*. Kesehatan mental seseorang dapat terjaga dengan baik jika ia memiliki harga diri yang tinggi didukung oleh pengalaman sosial yang menyenangkan. Individu dengan harga diri rendah cenderung lebih mudah terpengaruh dampak negatif. Ketika seseorang menjadi korban *phubbing*, seseorang mungkin merasa ditolak dan menganggap interaksi melalui ponsel penting dibandingkan diri sendiri. Kondisi ini dapat memperkuat rasa tidak dihargai yang mereka rasakan (Branden, 2010). Rendahnya rasa percaya diri dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan saat menghadapi masalah hidupnya, sehingga hal ini mendorong mereka untuk menarik diri dari lingkungan sosial (Ivanka & Astuti, 2023). Seseorang yang merasa kesepian, mengalami rendahnya rasa percaya diri dan mengalami tekanan psikologis cenderung lebih mudah mengalami masalah terkait penggunaan internet secara berlebihan (Ivanka & Astuti, 2023).

Hasil penelitian Ivanka (2023) pada remaja menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan *phubbing*. Selain itu, hasil penelitian Nuraini (2023) pada remaja di Kota Semarang menunjukkan terdapat hubungan antara harga diri dengan *smartphone addiction*. Namun, hasil penelitian Safitri (2024) pada remaja di SMAN 3 Kota Padang menunjukkan terdapat hubungan antara perilaku *phubbing* dengan tingkat harga diri.

Generasi Z saat ini berpotensi besar melakukan *phubbing* karena mereka sangat terbiasa menggunakan *gadget* (Youarti et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Najah et al. (2013), data memperlihatkan bahwa generasi X paling sedikit

melakukan *phubbing* jika dibandingkan dengan generasi Y dan generasi Z. Sebaliknya, generasi Z menunjukkan tingkat *phubbing* tertinggi. Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian lain yang menunjukkan bahwa kelompok usia lebih muda, seperti generasi Z, cenderung lebih sering melakukan *phubbing* dibandingkan dengan generasi yang lebih tua, termasuk generasi X. Oleh karena itu, pernyataan bahwa generasi X memiliki tingkat *phubbing* tertinggi tidak didukung oleh hasil penelitian tersebut, karena justru generasi Z yang mendominasi tingkat *phubbing* tertinggi.

Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan, meskipun fakta lain juga memperlihatkan hasil yang bertentangan yakni menunjukkan hubungan negatif. Ketidakkonsistenan hasil ini diakibatkan oleh perbedaan populasi dan jumlah sampel penelitian. Oleh karena itu, mendorong peneliti untuk menguji ulang kedua variabel tersebut dengan memfokuskan populasi mahasiswa di Kota Malang. Malang adalah salah satu kota yang berada di wilayah Provinsi Jawa Timur. Annisa (2018) mengemukakan Kota Malang dikenal sebagai Kota Pendidikan, juga pusat pendidikan di Jawa Timur, hal tersebut dapat diketahui dari jumlah perguruan tinggi dan mahasiswa baru yang mendaftar setiap tahunnya di Kota Malang. Mahasiswa dipilih sebagai populasi penelitian karena berdasarkan survei awal yang menunjukkan sebagian besar dari 30 partisipan terindikasi mengalami masalah perilaku *phubbing*.

Berdasarkan latar belakang dengan disertai fenomena di atas, penulis memiliki ketertarikan guna melaksanakan penelitian yang berjudul “Hubungan antara Harga Diri dengan Perilaku *Phubbing* pada Mahasiswa”.

B. Rumusan Masalah

Sebagaimana latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Diharapkan dalam penelitian ini mampu bermanfaat secara teoritis maupun praktis, yaitu :

a. Secara teoritis

Harapannya hasil penelitian ini bisa dijadikan informasi dan memperluas wawasan berpikir mahasiswa mengenai harga diri dan perilaku *phubbing* serta dapat menjadi referensi pada penelitian selanjutnya.

b. Secara praktis

Harapannya hasil penelitian ini bisa dijadikan informasi dan memperluas wawasan berpikir mahasiswa mengenai harga diri dan perilaku *phubbing* serta dapat menjadi referensi pada penelitian sejenisnya.