

## **Hubungan Antara Adiksi *Smartphone* dan Tingkat *Phubbing* Pada Remaja Islam**

**Iin Mestika Maibang<sup>1</sup>, Cut Metia<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Bimbingan Penyuluhan Islam, UIN Sumatera Utara, Indonesia

<sup>2</sup> Fakultas Dakwah dan Komunikasi, UIN Sumatera Utara, Indonesia

Correspondence: email. mestika0102202090@uinsu.ac.id

**Abstrak:** Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* pada remaja Islam Kecamatan Laeparira, Kabupaten Dairi. Penelitian ini dilakukan dengan metode pendekatan kuantitatif, penentuan sampel sebanyak 102 responden menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan dua skala yaitu, skala *phubbing* dan skala adiksi *smartphone*. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan IBM SPSS Statistics 26. Hasil nilai R Square menunjukkan bahwa  $0,697 > 0,05$  terdapat hubungan signifikan antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* pada remaja Islam di Kecamatan Laeparira, Kabupaten Dairi. Dapat disimpulkan bahwa peningkatan adiksi *smartphone* juga dibarengi dengan peningkatan variabel tingkat *phubbing*. Sebaliknya jika variabel adiksi *smartphone* rendah maka diikuti juga dengan variabel *phubbing* yang rendah.

**Kata kunci:** Adiksi *Smartphone*, Tingkat *Phubbing*, Remaja

**Abstract:** The aim of the research was to determine the relationship between smartphone addiction and the level of phubbing among Islamic teenagers in Laeparira District, Dairi Regency. This research was conducted using a quantitative approach method, determining a sample of 102 respondents using purposive sampling techniques. The research instrument used two scales, namely, the phubbing scale and the smartphone addiction scale. Data analysis in this study used simple regression analysis with the help of IBM SPSS Statistics 26. The results of the R Square value show that  $0.697 > 0.05$  there is a significant relationship between smartphone addiction and the level of phubbing among Muslim teenagers in Laeparira District, Dairi Regency. It can be concluded that the increase in smartphone addiction is also accompanied by an increase in the variable level of phubbing. On the other hand, if the smartphone addiction variable is low, this will also be followed by a low phubbing variable.

**Keyword:** Smartphone Addiction, Phubbing Rates, Teenagers

### **PENDAHULUAN**

*Smartphone* telah menjadi bagian integral dari kehidupan kita sehari-hari. Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan *smartphone* meningkat secara signifikan, terutama di kalangan remaja. Situasi ini akan mengakibatkan individu lebih menjadikan telepon genggam sebagai kegiatan aktifnya, sehingga akan menjadi hal yang biasa ketika individu mengabaikan individu lain ketika berbicara yakni melakukan

*phubbing*. Sebagai contoh, kebutuhan untuk bermain game digital, menggunakan email, *tiktok*, *instagram*, *facebook*, kebutuhan koneksi jaringan internet untuk tetap terhubung, telepon seluler dan sosial media untuk berkomunikasi jarak jauh (Gromik & Litz, 2021). Banyak individu melakukan *phubbing* karena teknologi yang dimiliki *smartphone* selalu mengalami perkembangan dan kemajuan yang signifikan, serta sejalan dengan kemajuan teknologi dan

kemajuan di era saat ini (Youarti & Hidayah, 2018).

Berdasarkan survei (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), 2024), mengatakan total keseluruhan akses internet yang digunakan oleh warga Indonesia sebanyak 221.563.479 orang di tahun 2024. Sesuai dengan hasil yang diperoleh dari Survei Internet Indonesia di tahun 2024 mengenai tingkat penetrasi Internet di Indonesia sebanyak 79,5%. Dibandingkan periode sebelumnya, terjadi peningkatan sebesar 1,4%. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016) mengabaikan seseorang di lingkungan sosial dengan lebih fokus terhadap *smartphone* dapat berdampak negatif pada kualitas komunikasi dan kepuasan dalam hubungan (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

*Phubbing* adalah sebuah konsep dengan dinamika ganda (Karadağ et al., 2015). *Phubbing* mengurangi kualitas interaksi sosial antara orang-orang dalam masyarakat karena orang yang menunjukkan perilaku ini dapat tampil sebagai orang yang tidak menghormati orang-orang di sekitar mereka, yang menunjukkan bahwa mereka ingin menghindari komunikasi antarpribadi atau mereka tidak menyadari atau tertarik dengan lingkungannya (Anshari et al., 2016). *Phubbing* merujuk pada perilaku buruk yang terjadi dalam situasi sosial ketika seseorang lebih fokus pada ponselnya sehingga mengabaikan lawan bicaranya yang mungkin merasa diabaikan atau dicemooh (Capilla Garrido et al., 2021). Selain itu, *phubbing* juga dapat terjadi di mana saja dan kapan saja, termasuk saat makan, pertemuan, konferensi atau pertemuan sosial dengan teman dan keluarga (Nazir et al., 2016). Akibatnya, karena struktur ponsel pintar, *phubbing* merupakan gangguan yang berada di persimpangan banyak kecanduan (Karadağ et al., 2015).

Adiksi *Smartphone* merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami ketergantungan berlebihan terhadap penggunaan *smartphone*. Seseorang yang menderita kecanduan *smartphone* cenderung menghabiskan banyak waktunya menggunakan ponsel pintar, bahkan dalam situasi yang tidak memungkinkan, seperti berinteraksi dengan orang lain. Dampak yang ditimbulkan tidak hanya dari segi fisik melainkan segi sosial seperti perilaku dan afektif sementara dari segi fisik bisa merusak penglihatan serta mengalami nyeri pada jari dan leher (Chen, L., Wang, Y., & Yuan, 2017).

Teknologi yang semakin pesat berkembang perlahan merubah norma, budaya dan perilaku pada setiap individu. Kebanyakan individu sekarang sudah melupakan norma dan budaya yang berlaku di lingkungannya. Begitu juga perilaku yang cenderung mengarah negatif. Kemunculan *smartphone* menjadikan individu melupakan tujuan hidupnya. Kebanyakan dari mereka lebih senang bermain *smartphone* nya dibandingkan fokus pada masa depannya seperti mengejar pendidikannya (Pratiwi & Alfiana, 2020). Secara keseluruhan, masalah besarnya menyangkut jiwa remaja, yang secara tidak sadar mengenai risiko yang kemungkinan besar timbul dari adiksi *Smartphone* yaitu perilaku *phubbing* (Hasdiana, 2018). *Phubbing* adalah tindakan sengaja mengabaikan orang lain di sekitar kita untuk fokus menggunakan *smartphone*. Hal ini dapat mengganggu hubungan sosial dan pribadi remaja, serta meningkatkan tingkat kesepian dan isolasi (Aditia, 2021).

*Phubbing* muncul dari kecanduan manusia terhadap *smartphone* sehingga membuat masyarakat semakin cuek yang disebabkan oleh kecanduan ponsel dibandingkan bersosialisasi dengan masyarakat di lingkungan sekitarnya (Sulastri et al., 2023). *Phubbing* yang terjadi saat ini rupanya cukup mengkhawatirkan karena terjadi setiap kali ada perkumpulan. Hal tersebut terjadi karena setiap berinteraksi individu tersebut cenderung cuek dan tidak memperdulikan teman sekelompoknya. Meski sekali atau dua kali bisa ditoleransi tapi jika terus menerus akan merusak hubungan antara individu dengan kelompoknya (Raharjo, 2021).

*Phubbing* adalah fenomena di mana seseorang lebih memilih untuk berinteraksi dengan *gadget* mereka daripada dengan orang yang ada di sekitarnya. Dalam perspektif Islam, ini bisa menjadi masalah karena Islam mengajarkan pentingnya membangun dan memperbaiki hubungan dengan sesama manusia. Dalam Islam, *phubbing* adalah tindakan tidak menghargai dan tidak menghargai orang lain. Seperti yang dijelaskan dalam Al-Quran dalam Surat An-Nahl : 125

أَدْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحُكْمِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ  
وَجَادِلْهُمْ بِالَّتِي هِيَ أَحْسَنُ لَنْ رَبِّكَ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنْ ضَلَّ عَنْ  
سَبِيلِهِ وَهُوَ أَعْلَمُ بِالْمُهْتَدِينَ

Artinya: Serulah (manusia) ke jalan Tuhanmu dengan hikmah dan pengajaran yang baik serta debatlah mereka dengan cara yang lebih baik. Sesungguhnya Tuhanmu Dialah yang

paling tahu siapa yang tersesat dari jalan-Nya dan Dia (pula) yang paling tahu siapa yang mendapat petunjuk.

Pada ayat diatas umat Muslim sebagai manusia baik diajarkan untuk saling bersikap baik dengan menerapkan perilaku yang baik seperti sopan, perhatian dan saling menghormati satu sama lain. Selain itu terdapat prinsip-prinsip yang baik saat berkomunikasi dengan sesama manusia. Dari penjelasan itu agar bisa diterapkan oleh remaja dengan bekerjasama yang baik, saling menghormati dan tidak cuek pada orang disekitarnya (Setiawan, 2019).

Semakin meningkatnya teknologi atau kecanggihan *smartphone* maka durasi penggunaan *smartphone* pun akan semakin meningkat yang berpengaruh pada perilaku *phubbing* yang juga ikut meningkat. Jika dijelaskan perilaku *phubbing* adalah perilaku yang harus diperhatikan secara cermat agar perilaku remaja yang dianggap tak peduli bisa teratasi dengan mudah. Remaja yang sering dianggap tidak peduli mengalami konflik sosial dan sulit hidup dilingkungannya yang menyebabkan penurunan prestasi. penurunan indeks prestasi mengarah pada kualitas pendidikan (Sanjeev D, et al, 2018).

Dalam penelitian (Billieux et al., 2015) menyimpulkan bahwa *smartphone* mempunyai keunggulan sebagai media pembelajaran, pusat informasi, alat komunikasi dan alat untuk meningkatkan pengetahuan. Namun, penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat membuat seseorang bergantung pada teknologi ini. Hal ini dapat menimbulkan perilaku *phubbing*, yaitu perilaku mengabaikan orang lain karena terlalu fokus pada *handphonenya* (Hura et al., 2021).

Penelitian mengenai *phubbing* pernah dilakukan oleh penelitian sebelumnya, namun penelitian dengan membangun konsep teori *phubbing* yang dipengaruhi oleh adiksi *smartphone* pada remaja Muslim masih belum banyak dikaji. Dari kajian *literaturereview*, banyak penelitian terdahulu yang menggunakan responden remaja secara umum, seperti pada penelitian (Abivian, 2022; Hanika, 2015; Hasanah & Santi, 2020; Ivanka & Astuti, 2024; Mu'adzah & Rusli, 2024; Putri & Rusli, 2021).

Penelitian saat ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara adiksi *smartphone* dan perilaku *phubbing*. Hasil ini mengkonfirmasi hubungan yang dihipotesiskan dan menunjukkan adiksi *smartphone* berhubungan positif dengan tingkat *phubbing*. Sebuah penelitian menemukan bahwa

penggunaan *smartphone* berlebihan dan PHUB sama-sama disebabkan oleh FoMO pada remaja. Penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana hubungan adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* di kalangan remaja Islam di Kecamatan Laeparira, Kabupaten Dairi. Sebuah penelitian juga menyoroti faktor lingkungan keluarga dan pengendalian diri yang mempengaruhi perilaku *phubbing*. Studi-studi ini memberikan wawasan penting mengenai dampak negatif kecanduan ponsel pintar dan perilaku *phubbing* pada remaja Islam, yang mungkin berguna dalam mengembangkan strategi intervensi yang tepat.

Fokus pada penelitian ini merupakan salah satu elemen kebaruan utama. Sebagian besar penelitian sebelumnya tentang adiksi *smartphone* dan *phubbing* tidak memperhitungkan konteks keagamaan, padahal nilai-nilai dan ajaran agama Islam dapat mempengaruhi perilaku dan penggunaan teknologi di kalangan remaja. Dengan menyoroti remaja Islam, penelitian ini memberikan perspektif baru yang belum banyak dieksplorasi dalam literatur akademik. Penelitian ini mengeksplorasi dampak sosial dan psikologis dari adiksi *smartphone* dan *phubbing* pada kesehatan mental, hubungan sosial, dan prestasi akademik remaja Islam. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang dampak-dampak ini, penelitian ini dapat membantu mengembangkan intervensi yang lebih tepat untuk mengurangi penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan meningkatkan interaksi sosial yang sehat di kalangan remaja Islam.

Secara keseluruhan, penelitian ini memberikan kontribusi baru dan signifikan dalam literatur tentang adiksi *smartphone* dan *phubbing*, khususnya dalam konteks remaja Islam. Dengan menawarkan wawasan yang relevan dan berbasis data, penelitian ini dapat menjadi dasar untuk kebijakan dan intervensi yang lebih efektif di masa depan.

Sebenarnya penelitian terdahulu dengan penelitian yang dilakukan memiliki kesamaan hanya saja penelitian yang dilakukan oleh peneliti mengenai hubungan antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* pada remaja Islam. Peneliti ingin mengetahui bagaimana penggunaan *smartphone* berlebihan mempengaruhi tingkat *phubbing* remaja Islam dan dampaknya terhadap hubungan sosial mereka. Dengan lebih memahami hubungan antara antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* di kalangan remaja Islam, diharapkan

remaja dapat mengambil tindakan yang tepat untuk mengurangi penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan mendorong interaksi sosial yang sehat di kalangan remaja Islam.

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap pengaruh teknologi, terutama *smartphone*. Dengan semakin berkembangnya teknologi dari *smartphone* di kalangan remaja, penting untuk memahami bagaimana penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat memengaruhi interaksi sosial dan hubungan antarindividu. Dan jika penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* pada remaja Islam, maka akan mendesak untuk mengembangkan program intervensi yang dapat membantu remaja mengelola penggunaan *smartphone* mereka dengan lebih baik dan meningkatkan keterlibatan sosial secara langsung.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini terdiri dari dua variabel penelitian yaitu adiksi *smartphone* sebagai variabel independen (variabel X) dan tingkat *phubbing* sebagai variabel dependen (variabel Y). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel adiksi *smartphone* dengan tingkat *phubbing* pada remaja Islam.

Populasi dalam penelitian ini remaja di kecamatan laeparira, kabupaten dairi, Sumatera Utara sebanyak 342 remaja, Pengambilan sampel yang dilakukan menggunakan metode *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Dengan karakteristik sampel 1). Beragama Islam, 2) Memiliki dan menggunakan *smartphone*, 3). Berusia 19-22 tahun, 4). Tinggal Bersama orangtua utuh (lengkap). Berdasarkan karakteristik di atas, terpilih jumlah sampel sebanyak 102 responden. Deskripsi responden di uaikan pada tabel 1.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan pilihan ganda, dimana tersedia beberapa pilihan jawaban dari nilai yang paling positif hingga yang paling negatif, yang kemudian dijawab oleh responden (Sugiyono, 2021, 2010). Skala kuesioner ini disebar secara *online* melalui *google form* dan terdiri dari 41 pertanyaan yang dirancang untuk mengukur persepsi responden terhadap topik yang diteliti. Disusun dengan menggunakan empat pilihan

jawaban yaitu, sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju. (STS).

Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari instrumen penelitian sebelumnya (Aisyah, 2020). Tujuan penggunaan kuesioner ini adalah untuk mengeksplorasi hubungan antara variabel-variabel yang diteliti dalam konteks populasi yang sedang diteliti. Penggunaan kuesioner ini sudah terbukti validitas dan reliabilitasnya untuk mendapatkan data yang akurat dan dapat diandalkan untuk analisis penelitian. Pada skala *phubbing* terdapat 7 pertanyaan tidak valid dan 14 lainnya dinyatakan valid dan didapatkan nilai Cronbach's alpha = 0,902 > 0,70 maka H0 tidak ditolak atau skor variabel berkorelasi positif dengan komposit faktornya, sehingga variabel tersebut dikatakan reliable. Dan pada skala adiksi *smartphone* terdapat 7 pertanyaan tidak valid dan 13 item lainnya dinyatakan valid dan didapatkan nilai Cronbach's alpha = 0,908 > 0,70 maka H0 tidak ditolak atau skor variabel berkorelasi positif dengan komposit faktornya, sehingga variabel tersebut dikatakan reliable.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik analisis *descriptive statistik*, uji asumsi dan analisis regresi sederhana untuk mengetahui hubungan antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* pada remaja. Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linieritas menggunakan IBM SPSS Statistics 26. Kemudian setelah melakukan uji normalitas, dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi dan kemudian analisis regresi sederhana menggunakan IBM SPSS Statistics 26.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini dilakukan uji normalitas dan linearitas terhadap variabel adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing*. Uji normalitas *kolmogorov-Smirnov* menunjukkan hasil *Asymp. Sig. (2 tailed)*  $0.062 > \alpha = 0.05$ , sehingga H0 tidak ditolak atau dapat dikatakan data sudah berdistribusi normal. Kemudian uji linearitas dengan hasil bahwa titik-titik pada *scatterplot* di atas berada di sekitar garis linear yang artinya terdapat hubungan linearitas antara variabel dependen dan masing-masing variabel independent.

Kemudian teknik analisis yang dilakukan adalah analisis regresi sederhana untuk menghasilkan hubungan antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* pada remaja

Islam di kecamatan Laeparira, Kabupaten Dairi diuraikan pada tabel 2.

**Tabel 1.** Deskripsi Responden

Karakteristik	Kategori	Persentase
Usia	19 tahun	23 (22,7%)
	20 tahun	22 (21,7%)
	21 tahun	30 (29,8%)
	22 tahun	27 (26,5%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	47 (46,1%)
	Perempuan	55 (53,9%)
	Sangat tidak penting	4 (3,9%)
Seberapa penting HP	Tidak penting	1 (1%)
	Penting	31 (30,4%)
	Sangat penting	66 (64,7%)
Durasi menggunakan HP	24Jam/hari	10 (9,8%)
	18Jam/hari	58 (56,9%)
	10Jam/hari	27 (26,5%)
	<5Jam/Hari	14 (13,7%)

**Tabel 2.** Deskriptif Statistik Variabel Penelitian

	N	Min	Max	Mean	Std. deviation
X	102	29	70	54.67	5.601
Y	102	43	70	57.11	4.353
Valid N (listwise)	102				

Berdasarkan hasil dari deskriptif statistik diperoleh, variabel Y (tingkat *phubbing*) memiliki rentang nilai antara 43 hingga 70. Rata-rata tingkat *phubbing* adalah 57,11, dengan standar deviasi sebesar 4.353. Standar deviasi yang lebih rendah dibandingkan dengan variabel X menunjukkan bahwa tingkat *phubbing* cenderung memiliki variasi yang lebih terkonsentrasi di sekitar nilai rata-rata.

Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa variabel X (adiksi *smartphone*) memiliki variasi yang lebih besar dan lebih tersebar dibandingkan dengan variabel Y (tingkat *phubbing*), yang cenderung memiliki variasi yang lebih terkonsentrasi di sekitar nilai rata-rata. Variabel X dan Y memiliki karakteristik yang berbeda dalam hal variasi dan sebaran nilai.

Berdasarkan model summary pada tabel 3 dapat diketahui bahwa nilai R Square menunjukkan bahwa  $0,697 > 0,05$  dari variabel dependen (tingkat *phubbing*) dapat dijelaskan oleh variabel independen (adiksi *smartphone*), sedangkan sisanya dijelaskan oleh sebab-sebab lain. Kemudian dari data Anova pada tabel 2

dapat diketahui dari nilai F hitung = 225.744 dengan nilai probabilitas signifikan terhadap nilai 0.000. Kemudian berdasarkan data *coefficient* pada tabel 2, diketahui Koefisien variabel X terhadap Y menunjukkan bahwa nilai signifikansi X terhadap Y adalah  $0.000 < 0.05$  dan nilai t hitung 15.025 lebih besar dari t tabel 1.983, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat pengaruh X terhadap Y secara signifikan.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, dapat disimpulkan variabel X (adiksi *smartphone*) memiliki variasi yang lebih besar dan lebih tersebar dibandingkan dengan variabel Y (tingkat *phubbing*), yang cenderung memiliki variasi yang lebih terkonsentrasi di sekitar nilai rata-rata. Variabel X dan Y memiliki karakteristik yang berbeda dalam hal variasi dan sebaran nilai. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang sejauh mana adiksi *smartphone* remaja berkontribusi terhadap perilaku *phubbing*. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan yang lebih komprehensif tentang dampak adiksi

*smartphone* pada interaksi sosial dan hubungan antar remaja (Mawarpury et al., 2020).

Kuatnya hubungan dalam penelitian ini disebabkan oleh nilai rata-rata kedua variabel yang relatif tinggi. Variabel adiksi *smartphone*

mempunyai nilai rata-rata sebesar 54,67 dan variabel tingkat *phubbing* mempunyai nilai rata-rata sebesar 57,11. Berdasarkan nilai rata-rata kedua variabel, ditemukan hubungan adiksi *smartphone* dengan tingkat *phubbing*.

**Tabel 3.** Hasil Uji Analisis Regresi Sederhana

#### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.835 <sup>a</sup>	.697	.694	4.008

#### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3625.714	1	3625.714	225.744	.000 <sup>b</sup>
	Residual	1573.996	98	16.061		
	Total	5199.710	99			

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-.012	2.642		-.005	.996
	adiksi_smartphone	.922	.061	.835	15.025	.000

Hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini memiliki nilai koefisien (r) 0,835. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang erat antara variabel kecanduan *smartphone* dengan variabel tingkat *phubbing* pada remaja Islam. Remaja Islam yang memiliki adiksi *smartphone* tinggi, maka tingkat *phubbing* dalam dirinya juga akan meningkat pula. Maka, jika terjadi peningkatan pada adiksi *smartphone* pada remaja akan terjadi pula peningkatan pada tingkat *phubbing*. Namun, sebaliknya jika adiksi *smartphone* pada remaja islam rendah atau negatif, maka tingkat *phubbingnya* juga rendah.

Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana terhadap data penelitian, disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara adiksi *smartphone* dengan tingkat *phubbing* pada remaja Islam. Hal tersebut dinyatakan dari hasil analisis regresi sederhana yang menunjukkan hasil R Square 0,697. Artinya terdapat hubungan

antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* sebesar 69,7% dan sisanya dipengaruhi oleh sebab-sebab lain.

Penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara adiksi *smartphone* dengan tingkat *phubbing* di kalangan remaja Islam. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan semakin besar kemungkinan seseorang menjadi kecanduan *smartphone*. Dalam hal ini kecanduan *smartphone* mempengaruhi seseorang untuk melakukan *phubbing* (Kurnia et al., 2020). Adiksi *smartphone* dikatakan menjadi faktor yang mempengaruhi *phubbing* selain kecanduan internet, kecanduan media sosial, kecanduan judi, *Fear of Missing Out (FoMO)*, pengendalian diri dan konformitas. Seperti yang ditunjukkan oleh setiap penelitian, kecanduan *smartphone* merupakan salah satu variabel yang sangat mempengaruhi *phubbing*, karena kecanduan *smartphone* merupakan salah satu faktor yang

paling besar pengaruhnya terhadap *phubbing* dan ada berbagai macam faktor yang mempengaruhinya (Pemayun, 2019).

Faktor lain yang berpengaruh terhadap terjadinya perilaku *phubbing* adalah konformitas. Dalam konteks *smartphone*, penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* untuk mendapatkan identifikasi dan menghindari ketidaksetujuan diantara teman-temannya (Saloom & Veriantari, 2022). Meskipun faktor ini tidak mencakup seluruh variasi dalam tingkat *phubbing*, namun hal ini menunjukkan bahwa adiksi *smartphone* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat *phubbing* dalam konteks model regresi yang digunakan. Dengan demikian, hasil tersebut memberikan wawasan yang berharga tentang hubungan antara adiksi *smartphone* dan tingkat *phubbing* serta sejauh mana adiksi *smartphone* dapat menjelaskan variasi dalam tingkat *phubbing* yang diteliti.

Perilaku *phubbing* akibat munculnya *smartphone* dapat dianalisis menggunakan teori kecanduan akses internet. Secara sederhana teori ini bertujuan untuk menekankan bahwa semakin seseorang bergantung pada kebutuhannya akan akses Internet, maka semakin penting peran Internet dalam kehidupan seseorang, dan hal ini akan memberikan dampak yang lebih besar pada orang yang terkena dampaknya, terutama pada *phubbing* perilaku saat mengakses Internet (Baran, 2012).

Berdasarkan penelitian oleh (Syifa, 2020) Penggunaan *smartphone* yang berlebihan akibat akses internet yang terus-menerus mempengaruhi perilaku *phubbing* dalam interaksi sosial. Dampak yang dapat timbul dari perilaku *phubbing* adalah berkurangnya rasa memiliki yang dapat berdampak pada persepsi terhadap kualitas komunikasi dan kepuasan dalam kehidupan bermasyarakat (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). *Smartphone* kini telah menjadi media yang terjangkau untuk melakukan berbagai aktivitas dan membuat individu bergantung pada *smartphone* (Marpaung, 2018)

Adiksi *smartphone* adalah penggunaan gadget secara berlebihan dan dapat mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari atau adanya dorongan yang tidak terkendali dan disertai dengan gejala seperti perubahan *mood* (efek emosional dari perilaku individu sebagai strategi coping atau “pelarian”) dan penarikan diri. gejala dari keadaan yang tidak menyenangkan seperti adanya ketidaknyamanan fisik,

kemurungan, mudah tersinggung), toleransi (meningkatnya intensitas keinginan dan bersifat destruktif) dan menonjolkan/perilaku yang mendominasi pikiran, perasaan dan perilaku pada remaja (Rosenberg, K. P. and Feder, 2014).

Saat ini, remaja merupakan generasi yang paling berpotensi mengalami *phubbing*. Idealnya, tugas dan tanggung jawab remaja terfokus pada tugas sosial dan tanggung jawab lingkungan. Salah satunya adalah menerima dan mewujudkan perilaku sosial di masyarakat (Sari & Widayastuti, 2023). Para remaja masa kini mengalami kecenderungan untuk menyendiri dan terlalu fokus dengan *smartphon*nya ketika berinteraksi sehingga menimbulkan sikap abai terhadap lingkungan sekitar (Wati & Haq, 2024). Akibat dari perilaku itu membuat orang-orang merasa terabaikan, sehingga yang terabaikan pun memilih ikut memainkan *smartphone* mereka untuk melihat media sosial dan bermain *game*.

Media sosial yang paling banyak digunakan remaja Islam di Kecamatan Laeparira, Kabupaten Dairi dalam penelitian ini yakni WhatsApp (89,2%) Instagram (84,9%) Facebook (29,4%) Twiter (15,7%) dan media sosial lainnya (55,9%). Sejalan dengan penelitian (Andriani & Sulistyorini, 2022), menyatakan bahwa WhatsApp, Instagram dan *Tiktok* merupakan jenis aplikasi media sosial yang populer di kalangan mahasiswa.

*Phubbing* memberikan dampak negatif terhadap perkembangan sosial dan prestasi remaja muslim di Kecamatan Laeparira Kabupaten Dairi. Perkembangan sosial akibat *phubbing* antara lain sikap apatis atau acuh tak acuh terhadap lingkungan dan menurunnya kualitas hubungan dengan lingkungan (Adlina, 2021). Terjadi pula penurunan prestasi pada remaja, karena *phubbing* menyebabkan remaja kehilangan kreativitas, menurunkan motivasi dan mengganggu konsentrasi dalam belajar, sehingga dapat mengakibatkan menurunnya interaksi sosial secara nyata dan menurunnya nilai akademik (Yusnita & Syam, 2017).

Penelitian ini didukung oleh (Eva Yuliza, 2021) dengan hasil terdapat hubungan positif dan signifikan antara penggunaan *smartphone* dengan perilaku *phubbing*. Serupa dengan penelitian yang dilakukan (Azzahra et al., 2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa Sekolah Tinggi Sains Al-Hilal Sigli Tarbiyah Kabupaten Pidie.

Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh (Norman, 2023) bahwa adiksi *smartphone* mempunyai hubungan yang signifikan dengan *phubbing*.

Penggunaan *smartphone* seharusnya dapat mempererat komunikasi remaja dengan lingkungan, namun kenyataannya justru penggunaan *smartphone* dapat menurunkan interaksi secara langsung remaja dengan lingkungan sosialnya (Retalia, 2020). Namun begitu, kesan buruk yang diberikan akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan tidak dikontrol dengan baik juga tak kalah hebatnya dengan kesan baik dari penggunaannya (Khofila et al., 2023).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh seseorang dengan orang lain bisa menyakiti orang lain tanpa menyadarinya. Karena itu, penting bagi setiap orang terkhusus remaja Islam di Kecamatan Laeparira yang menggunakan *smartphone* untuk dapat mengontrol penggunaan *smartphone* lebih baik dan bijaksana sehingga hubungannya dengan orang lain di sekitarnya juga bisa berjalan dengan baik dan lebih bermanfaat.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara adiksi *smartphone* di kalangan remaja dengan perilaku *phubbing*. Analisis data untuk penelitian yang melibatkan 342 responden ini dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS Statistics 26. Berdasarkan data, perilaku *phubbing* dan adiksi *smartphone* ditemukan memiliki hubungan secara signifikan. Informasi tersebut menunjukkan bahwa tingkat *phubbing* sangat dipengaruhi oleh penggunaan *smartphone*, dengan hubungan yang lebih kuat terlihat di antara keduanya. Dengan nilai R-square sebesar 0,697, dapat disimpulkan bahwa sekitar 69,7% dari variasi dalam variabel dependen (Y), yaitu tingkat *phubbing*, dapat dijelaskan oleh variabel independen yang diamati, yaitu adiksi *smartphone* (X), dalam model regresi yang digunakan. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget mempunyai dampak besar terhadap tingkat *phubbing* dan penggunaan *smartphone* berkontribusi terhadap varians Y.

Kepada remaja agar lebih bijak dalam menggunakan *smartphone* saat berada dalam

situasi sosial. Agar dapat memberikan kesan yang baik pada lawan bicara. Pada saat berinteraksi hendaknya dapat meningkatkan rasa saling menghargai dalam dirinya, meminta izin kepada lawan bicara sebelum melihat *smartphone* dan menjaga etika dengan baik terhadap lingkungan sekitar. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih baik lagi dalam melakukan penelitian khususnya penelitian dengan desain deskriptif, merencanakan penelitian dengan sebaik-baiknya, agar bisa mencapai semua target dalam sebuah penelitian. Dan lebih memperbanyak lagi bahan referensi sehingga penelitian yang dilakukan selanjutnya bisa lebih baik dari penelitian sebelumnya untuk mendapatkan ilmu pengetahuan yang baru serta menambah wawasan yang lebih luas lagi bagi peneliti.

## DAFTAR RUJUKAN

- 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. <http://syekhnrjati.ac.id/jurnal/index.php/prophetic>
- Aditia, R. (2021). Fenomena *Phubbing*: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *KELUWIH: Jurnal Sosial dan Humaniora*, 2(1), 8–14. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Adlina, M. S. (2021). *PENGARUH SMARTPHONE ADDICTON TERHADAP PERILAKU PHUBBING PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN MALANG* (Vol. 3, Nomor 2). Universitas Islam Negeri Maulana Ibrahim Malang.
- Aisyah, M. (2020). *PENGARUH SMARTPHONE ADDICTION, FEAR OF MISSING OUT (FoMO), SABAR, DAN FAKTOR DEMOGRAFI TERHADAP PERILAKU PHUBBING*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Andriani, A. E., & Sulistyorini, S. (2022). Penggunaan Media Sosial di Kalangan Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 10(1), 63–70. <https://doi.org/10.26618/equilibrium.v10i1.6442>

- Anshari, M., Alas, Y., Hardaker, G., Jaidin, J. H., Smith, M., & Ahad, A. D. (2016). Smartphone habit and behavior in Brunei: Personalization, gender, and generation gap. *Computers in Human Behavior, 64*, 719–727. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.063>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2024). *Penetrasi pengguna internet dan jumlah smartphone*. pada tanggal 18 september 2022. <https://apjii.or.id/survei/download/njYus8KwlvTbQGd4ka2SI1qxEJzfNU>
- Azzahra, S. F., Psikologi, P. S., Psikologi, F., Ar-raniry, U. I. N., & Aceh, B. (2023). *Pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Al-Hilal Sigli Kabupaten Pidie [UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY BANDA ACEH]*. <http://repository.ar-raniry.ac.id/>
- Baran, S. J. dan D. K. D. (2012). Mass Communication Theory. *Foundations, Ferment, and Future, 6th ed.*
- Billieux, J., Maurage, P., Lopez-Fernandez, O., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). Can Disordered Mobile Phone Use Be Considered a Behavioral Addiction? An Update on Current Evidence and a Comprehensive Model for Future Research. *Current Addiction Reports, 2*(2), 156–162. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0054-y>
- Capilla Garrido, E., Issa, T., Gutiérrez Esteban, P., & Cubo Delgado, S. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon, 7*(5), e07037. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Chen, L., Wang, Y., & Yuan, C. (2017). Exploring the relationship between smartphone addiction and social interaction among teenagers. *Journal of Child and Adolescent Behavior, 5*(3), 1–7.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior, 63*(3), 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology, 48*(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Eva Yuliza, E. Y. (2021). Intensitas Penggunaan Gawai, Per “HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN GAWAI DENGAN PERILAKU PHUBBING PADA MAHASISWA. *Nathiqiyah, 4*(2), 15–26. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v4i2.356>
- Gromik, N., & Litz, D. (2021). Study benefits of smartphones: Perceptions of female emirati pre-service teacher undergraduates. *Education Sciences, 11*(12). <https://doi.org/10.3390/educsci11120817>
- Hanika, I. M. (2015). FENOMENA PHUBBING DI ERA MILENIA (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya). *Jurnal Interaksi, 4*(1), 42–51. <http://teknologi.news.viva.co.id/news/read/54>
- Hasanah, U., & Santi, D. E. (2020). *HUBUNGAN ANTARA ADIKSI SMARTPHONE DAN LEISURE BOREDOM DENGAN PERILAKU PHONE SNUBBING ( PHUBBING ) PADA REMAJA* Uswatun Hasanah Email: u \*\*\*\*\*@ gmail . com Universitas Islam Malang Program Studi Magister Psikologi Abstract Pendahuluan Metode Penelit. 2012, 1–6.
- Hasdiana, U. (2018). HUBUNGAN ADIKSI SMARTPHONE DENGAN MONOPHOBIA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIZAR. *Analytical Biochemistry, 11*(1), 1–5. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-7%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>
- Hura, M. S., Sitasari, N. W., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh Fear of Missing Out Terhadap Perilaku Phubbing Pada Remaja. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi, 19*(2), 34–45.

- Ivanka, N. C., & Astuti, N. W. (2024). *HUBUNGAN HARGA DIRI DENGAN PHUBBING PADA REMAJA ( Taber , 2020 ). Interaksi sosial terjadi ketika individu berinteraksi satu sama lain melalui berbagai.* 8(1), 113–119.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ., & 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.  
<https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Khofila, R., Dinata Saragi, M. P., Erhanda Lubis, M. A., & Ghaisani, F. (2023). HUBUNGAN PHUBBING SMOMBIE DAN NOMOPHOBIA TERHADAP PERILAKU MANUSIA. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 9(1), 235.  
<https://doi.org/10.31602/jmbkan.v9i1.10247>
- Kurnia, S., Sitasari, N. W., & Safitri, M. (2020). Kontrol diri dan perilaku phubbing pada remaja di Jakarta. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 18(1), 58–67.
- Marpaung, J. (2018). PENGARUH PENGGUNAAN GADGET DALAM KEHIDUPAN. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 5(2).  
<https://doi.org/10.33373/kop.v5i2.1521>
- Mawarpury, M., Maulina, S., Faradina, S., & Afriani, A. (2020). Kecenderungan Adiksi Smartphone Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Usia. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 24.  
<https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6252>
- Mu'adzah, H. A., & Rusli, D. (2024). Hubungan Kecanduan Media Sosial dengan Phubbing dalam Situasi Classical pada Mahasiswa di Kota Padang. *Yasin*, 4(2), 165–176.  
<https://doi.org/10.58578/yasin.v4i2.2816>
- Nazir, S., Choudhary, A., Imran, M., & Ahmad, M. (2016). Implant Supported Overdenture: an alternative to Conventional Denture- A Case Report. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences*, 15(08), 39–42.  
<https://doi.org/10.9790/0853-1508033942>
- Norman, D. A. (2023). HUBUNGAN SMARTPHONE ADDICTION DENGAN PHUBBING PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU. In *Nucl. Phys.* (Vol. 13, Nomor 1). UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU.
- Pemayun, P. M. (2019). Pengaruh adiksi smartphone, fear of missing out (fomo) dan konformitas terhadap phubbing. *Repository.Uinjkt.Ac.Id*.  
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/48122>
- Pratiwi, A. M., & Alfiana, R. D. (2020). Hubungan Smartphone Addiction Dengan Peran Ibu Dalam Menjalankan Fungsi Keluarga. *Jurnal JKFT*, 5(2), 7.  
<https://doi.org/10.31000/jkft.v5i2.3917>
- Putri, W. D., & Rusli, D. (2021). Pengaruh Leisure Boredom Terhadap Phubbing Pada Remaja di Kota Padang. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 1–11.  
<http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/11461>
- Raharjo, D. P. (2021). Intensitas Mengakses Internet dengan Perilaku Phubbing. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 1.  
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5662>
- Retalia, R. (2020). Dampak Intensitas Penggunaan Smartphone terhadap Interaksi Sosial. *EduPsyCouns: jurnal pendidikan, psikologi dan konseling*, 2(2), 45–55.  
<https://ummaspul.ejournal.id/Edupsyscouns/article/view/814>
- Rosenberg, K. P. and Feder, L. C. (2014). 'An Introduction to Behavioral Addictions', in *Rosenberg, K. P. and Feder, L. C. (eds) BEHAVIORAL ADDICTIONS Criteria, Evidence, and Treatment.* 1–8.
- Saloom, G., & Veriantari, G. (2022). Faktor-Faktor Psikologis Perilaku Phubbing. *Jurnal Studia Insania*, 9(2), 152.  
<https://doi.org/10.18592/jsi.v9i2.4517>
- Sanjeev D, Davey A, Raghav santosh k., Singh J v., Singh N, Blachnio A, et al. (2018). Predictors and consequences of “Phubbing” among adolescents and youth

- in India: An impact evaluation study. *J. Fam. Community Med*, 9(1), 34–41.
- Sari, C. R., & Widyastuti, D. A. (2023). Karakteristik Phubbing Pada Remaja Di Negara Maju. *PROSIDING Seminar Antarbangsa: Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius*, 667–677.
- Setiawan, R. (2019). ETIKA SUFISTIK: Relevansinya Terhadap Pencegahan Krisis Moral. *Dialogia*, 17(2), 281–300. <https://doi.org/10.21154/dialogia.v17i2.1863>
- Sugiyono. (2021). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF KUALITATIF dan R&D* (S. P. M. Dr. Ir. Sutopo (ed.); Ke 2).
- Sugiyono, D. (2010). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. In *Penerbit Alfabeta*.
- Sulastri, T., Khairunnisa, K., Setiawati, S., Tambunan, E. S., Supartini, Y., & Ningsih, R. (2023). Perilaku Phubbing dengan Kecerdasan Emosional Remaja pada Remaja SMA. *Jkep*, 8(1), 15–27. <https://doi.org/10.32668/jkep.v8i1.962>
- Syifa, A. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 83. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6309>
- Wati, D. K., & Haq, A. L. A. (2024). Pengaruh intensitas menggunakan smartphone dan interaksi sosial terhadap perilaku phubbing pada remaja. *Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial (JUPEIS)*, 3(2), 34–42.
- Youarti, I. E., & Hidayah, N. (2018). Perilaku Phubbing Sebagai Karakter Remaja Generasi Z. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(1), 143. <https://doi.org/10.26638/jfk.553.2099>
- Yusnita, Y., & Syam, H. (2017). Pengaruh Perilaku Phubbing Akibat penggunaan Smartphone Berlebihan Terhadap Interaksi Sosial Manusia. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*, 2, 1–13.