

# Apakah *phubbing* mengganggu pertemanan? Hubungan *phubbing* dengan kepuasan pertemanan pada orang beranjak dewasa

Sri Fatmawati Mashoedi\* & Putri Sulistiani Adi Pekerti

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia, Depok, Jawa Barat

## Abstrak

Perilaku *phubbing* dianggap memiliki nuansa negatif dan mengganggu secara sosial. Akan tetapi, apakah kecenderungan melakukan perilaku tersebut memang merupakan pola perilaku yang wajar pada dewasa muda ataukah itu bisa mengganggu pertemanan? Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *phubbing* dengan kepuasan pertemanan pada orang yang beranjak dewasa (*emerging adulthood*). Responden penelitian ini sebanyak 166 orang mahasiswa berusia 18-25 tahun yang berkuliah di perguruan tinggi dan tinggal di Jakarta, Depok, Bogor, Tangerang, dan Bekasi dengan cara menemui mereka di kampus masing-masing. Perhitungan indeks korelasi menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *phubbing* dengan kepuasan ( $r = .13, p > 0,05$ ). Berdasarkan analisis regresi, didapatkan bahwa perilaku *phubbing* tidak dapat memprediksi kepuasan pertemanan ( $b = 0,08, t = 1,7, p > 0,05$ ) dan dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* cenderung tidak mengganggu kualitas hubungan pertemanan mereka.

**Kata Kunci:** *phubbing*, kepuasan hubungan pertemanan

## Abstract

This study aims to determine the relationship between phubbing and friendship satisfaction of emerging adults. The respondents of this study were 166 students aged 18-25 years who studied at universities and lived in Jakarta, Depok, Bogor, Tangerang, and Bekasi. They were selected using accidental sampling techniques by meeting with them on their respective campuses. Correlation index calculation showed there was no significant relationship between phubbing and friendship satisfaction ( $r = .13, p > 0.05$ ). Based on the regression analysis, it was found that phubbing behavior could not predict friendship satisfaction ( $b = 0.08, t = 1.7, p > 0.05$ ) and it can be concluded that phubbing behavior is not at the level to the point of disturbing the quality of their friendships. Limitations of this study and directions for further research are further discussed.

**Keyword:** *phubbing*, friendship satisfaction

## Pendahuluan

Dewasa ini semakin banyak orang, terutama mahasiswa dalam rentang usia mulai beranjak dewasa (*emerging adult*), memiliki dan menggunakan telepon genggam (*handphone*) yang disebut juga sebagai telepon pintar (*smartphones*). Telepon pintar tersebut digunakan untuk berbagai kebutuhan komunikasi dan hiburan. Namun, penggunaan telepon genggam atau telepon pintar tersebut dapat menjadi berlebihan bagi sebagian orang. Studi dari Ugur dan Koc (2015) di Turkey memperkirakan bahwa semua mahasiswa memiliki dan membawa telepon pintarnya saat kuliah. Selain untuk membantu mereka memahami pelajaran, telepon pintar juga digunakan untuk kepentingan pribadi saat di kampus. Telepon pintar memang mempermudah orang untuk berkomunikasi dan mendapatkan hiburan, tetapi penggunaannya dapat bersifat berlebihan atau

menjadikan seseorang ketagihan untuk menggunakannya secara berlebihan, misalnya selalu memeriksa pesan yang muncul di telepon genggamnya (Walsh, White, & Young, 2008). Berdasarkan pencatatan aplikasi Locket berbasis Android, rata-rata pengguna telepon pintar memeriksa pesan di telepon genggamnya sekitar 9 kali per jam atau sekitar 110 kali per hari (Woollaston, 2013). Bahkan studi dari Vanden Abeele, Antheunis, dan Schouten (2019) di Belanda terhadap 100 pasang mahasiswa yang sedang melakukan percakapan tatap muka di kantin sekitar kampus menemukan bahwa dalam periode 10 menit percakapan, mereka rata-rata memperhatikan telepon pintarnya sebanyak 3 kali dengan durasi tiap kalinya rata-rata selama 1 menit. Karadağ dkk. (2015), dalam penelitiannya pada mahasiswa di Turki, menemukan bahwa penggunaan telepon genggam pintar dapat mengarah kepada kecanduan untuk memakainya, baik untuk kebutuhan komunikasi

dengan anggota keluarga atau teman-teman yang jauh, mencari berita-berita terbaru, melihat foto-foto yang diunggah dalam media sosial, maupun mencari hiburan musik, menonton video atau asyik menggunakannya untuk melakukan permainan (*computer games*) sehingga mereka menjadi kurang perhatian terhadap lingkungan sekitarnya.

Perilaku *phubbing*, yaitu perilaku seseorang menggunakan dan asyik memperhatikan telepon pintarnya sehingga lawan bicaranya menjadi terabaikan, perlu mendapat perhatian penelitian karena dapat berdampak negatif dalam hubungan sosial atau pergaulan (Roberts & David, 2016; Vanden Abeele, Antheunis, & Schouten, 2019). *Phubbing* merupakan istilah baru yang berasal dari peleburan dua kata berbahasa Inggris "*phone*", yang berarti telepon, dan "*snubbing*", yang berarti mengabaikan pasangan atau teman bicaranya, sehingga *phubbing* dapat diartikan sebagai perilaku terlalu sibuk memperhatikan telepon genggamnya sedemikian rupa sehingga teman bicara menjadi terganggu, terabaikan, atau kurang mendapatkan perhatian (Karadağ, dkk., 2015; Roberts & David, 2016; Ugur & Koc, 2015). Perilaku *phubbing* semakin terlihat dalam pergaulan sehari-hari dan perlu menjadi perhatian karena dapat berdampak negatif terhadap hubungan sosial, misalnya dapat mengurangi keakraban dan kepuasan hubungan antar pribadi, di antaranya karena lawan bicara menjadi merasa terganggu, kesal dan terabaikan (Hanika, 2015; Roberts & David, 2016; Vanden Abeele, Antheunis, & Schouten, 2016).

Lebih jauh, banyak penelitian menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* menurunkan kualitas hubungan sosial. Perilaku *phubbing*, yaitu sering memeriksa telepon genggamnya saat berbincang-bincang dengan pasangan, menurunkan kualitas hubungan sosial, keakraban, kepercayaan dan empati dengan pasangannya (Misra, Cheng, Genevie, & Yuan, 2014; Przybylski, & Weinstein, 2013; Vanden Abeele, Antheunis, & Schouten, 2016). Ditemukan juga bahwa perilaku *phubbing* dapat memengaruhi kepuasan pasangan dalam konteks hubungan romantis, yaitu seseorang yang menilai pasangannya tinggi pada *phubbing*, merasakan kualitas komunikasi, kepuasan hubungan, dan kesejahteraan yang rendah (Chotpitayasonondh & Douglas, 2018; Krasnova, Abramova, Notter, & Baumann, 2016; Roberts & David, 2016). Bahkan, Xie dkk. (2020) menemukan bahwa *phubbing* dapat meningkatkan depresi lawan bicaranya.

Akan tetapi, hasil-hasil penelitian yang menunjukkan dampak negatif perilaku *phubbing* terhadap kepuasan hubungan pasangan tersebut pada umumnya terlihat dalam konteks hubungan romantis dengan pasangan (Halpern & Katz,

2017; Krasnova, dkk., 2016; McDaniel & Coyne, 2016; McDaniel, Drouin, & Cravens, 2017; Roberts & David, 2016; Wang, dkk. 2017). Menjadi pertanyaan penulis apakah perilaku *phubbing* juga berdampak negatif terhadap kualitas hubungan pertemanan. Penulis menduga bahwa perilaku *phubbing* belum tentu berdampak negatif terhadap kepuasan hubungan pertemanan karena proses psikologis, yaitu proses kognitif, emosi, harapan dan kebutuhan, yang terjadi dalam hubungan romantis adalah berbeda dengan hubungan pertemanan. Sebagai contoh, dalam hubungan romantis seseorang mengharapkan mendapat perhatian penuh atau eksklusif dari pasangannya (Kelly, Miller-Ott, & Duran, 2017; Leggett & Rossouw, 2014; Miller-Ott & Kelly, 2015), sedangkan dalam hubungan pertemanan seseorang masih menganggap wajar bila ia dinomorduakan oleh pelaku *phubbing* (Karadağ, dkk., 2016) karena ia memahami statusnya bahwa ia hanya seorang teman bukan pacarnya.

Mekanisme perilaku *phubbing* berdampak negatif terhadap kepuasan hubungan dapat dijelaskan sebagai berikut. Krasnova dkk. (2016), dalam penelitiannya terhadap sekitar 250 orang mahasiswa universitas di Jerman yang memiliki hubungan romantis dengan pasangannya, menemukan bahwa perilaku *phubbing* dapat membuat pasangan bicaranya menjadi cemburu, yaitu merasa sedih dan takut ditinggalkan serta merasa diabaikan oleh pelaku *phubbing*, dan selanjutnya rasa cemburu tersebut membuat pasangan bicaranya merasa kurang puas dalam menjalin hubungan romantis dengan pelaku *phubbing*. Perasaan cemburu timbul karena seseorang merasa tidak mendapat perhatian penuh secara eksklusif atau menjadi prioritas utama untuk mendapat perhatian. Roberts dan David (2016) dalam penelitiannya terhadap 145 pasangan hubungan romantis menemukan bahwa perilaku *phubbing* dari salah satu anggota pasangannya dipersepsi sebagai perebut perhatian atau pesaing untuk mendapatkan perhatian penuh dari pasangannya, maka makin tinggi perilaku *phubbing* yang dilakukan salah satu anggota pasangan dirasakan oleh anggota pasangan lainnya sebagai orang yang dinomorduakan.

Dari kedua penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* akan membuat pasangannya merasa terabaikan atau terkalahkan prioritasnya untuk mendapat perhatian dari pelaku *phubbing* karena pelaku *phubbing* lebih menaruh perhatian pada telepon genggamnya. Perasaan terabaikan tersebut membuat pasangan menjadi tidak puas dalam jalinan romantis dengan pelaku *phubbing* tersebut karena kebutuhan akan perhatian dan penghargaan tidak terpenuhi yang selanjutnya akan menimbulkan perasaan kecewa dan menurunkan kepuasan

hubungan. Hal ini dapat dijelaskan melalui *displacement hypothesis* (teori hipotesis penggantian), bahwa waktu yang dihabiskan oleh penggunaan media, misalnya banyak memperhatikan telepon pintarnya, akan menggantikan atau mengurangi waktu untuk berhubungan secara bermakna dengan pasangannya (Coyne, dkk., 2014; Valkenburg & Peter, 2007).

Lebih lanjut, Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) menemukan bahwa perilaku *phubbing* akan menimbulkan rasa kurang nyaman, menurunnya harga diri, merasa kurang bermakna dan kurang memiliki kendali bagi pasangan bicarannya karena merasa terabaikan oleh pelaku *phubbing* yang sibuk dengan telepon genggamnya. Pelaku *phubbing* menimbulkan perasaan terkucilkan (*social ostracism*) bagi pasangannya sehingga perasaan tersebut merusak harga dirinya dan menimbulkan perasaan bahwa hidupnya menjadi kurang bermakna serta dirinya merasa tidak layak untuk mendapat perhatian (Ferris, Lian, Brown, & Morrison, 2015; Williams & Nida, 2011).

Selanjutnya, Xie dkk. (2020) menemukan bahwa *phubbing* membuat lawan bicara menurun tingkat harga dirinya yang selanjutnya akan mengakibatkan perasaan depresi. Menurunnya harga diri seseorang karena diabaikan oleh pelaku *phubbing* dapat juga dijelaskan melalui Teori Sosiometer (Leary, Tambor, Terdal, & Downs, 1995) yang berpendapat bahwa tiap orang membutuhkan umpan balik dari orang lain untuk menilai dirinya. Bila seseorang melihat pasangan percakapannya melakukan *phubbing*, maka ia merasa mendapat umpan balik negatif dari pelaku *phubbing*, yaitu bahwa dirinya tidak dianggap berharga untuk mendapat perhatian, sehingga ia merasa harga dirinya menurun. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* dapat menimbulkan berbagai perasaan negatif, yang selanjutnya perasaan negatif tersebut memperburuk kualitas hubungan dengan pasangannya.

Penelitian perilaku *phubbing* dalam konteks hubungan pertemanan masih menunjukkan hasil yang berbeda. Berdasarkan penelitian kualitatif Karadağ dkk. (2016) yang mewawancarai mendalam para mahasiswa tentang bagaimana pendapatnya saat lawan bicarannya melakukan *phubbing* dihadapannya, ditemukan bahwa sebagian dari responden bereaksi dengan membalas melakukan *phubbing* juga di saat yang bersamaan. Reaksi membalas *phubbing* tersebut didukung juga oleh hasil penelitian Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) terhadap sekitar 150 orang mahasiswa di Inggris yang menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* dapat menimbulkan perilaku serupa dari pasangannya, yang selanjutnya perilaku saling berbalas melakukan *phubbing* yang

sering terjadi terhadap pasangan dapat menimbulkan persepsi bahwa perilaku *phubbing* merupakan perilaku yang dapat dianggap normal dan dapat diterima.

Selain itu, sebagian dari responden berempati atau memahami perilaku *phubbing* lawan bicarannya karena dia sendiri juga pernah melakukan hal yang sama, yaitu melakukan *phubbing* terhadap lawan bicarannya, jadi sama-sama melakukan *phubbing* satu sama lain sehingga perilaku *phubbing* tidak menimbulkan emosi negatif atau perasaan terganggu (Karadağ, dkk., 2016). Selanjutnya, Kelly, Miller-Ott, dan Duran (2019) melakukan penelitian tentang perilaku *phubbing* di antara teman dengan jumlah responden sekitar 400 orang mahasiswa dari salah satu universitas di Amerika Serikat menemukan bahwa perilaku *phubbing* oleh teman bicarannya tidak dianggap sebagai perilaku yang mengancam harga dirinya. Berdasarkan hasil penelitian Karadağ dkk. (2016), Chotpitayasunondh dan Douglas (2016), dan Kelly dkk. (2019) tersebut maka penulis menduga bahwa *phubbing* di antara teman tidak menimbulkan masalah bagi kepuasan hubungan pertemanan karena perilaku *phubbing* di antara teman merupakan hal yang wajar sering terjadi sehingga timbul rasa saling pengertian atau empati terhadap perilaku *phubbing*.

Penelitian perilaku *phubbing* dalam konteks pertemanan dapat menambah pemahaman tentang konsep dan dampak perilaku *phubbing* dalam hubungan antar pribadi, karena karakteristik hubungan pasangan romantis berbeda dengan hubungan pertemanan, misalnya pada hubungan romantis lebih banyak diharapkan bahwa hubungan dengan pasangan dapat memberikan pemenuhan terhadap kebutuhan emosi yaitu kebutuhan akan harga diri dan perhatian eksklusif, sedangkan pada hubungan pertemanan lebih menekankan prinsip saling balas (*reciprocity*) dalam bereaksi terhadap perilaku *phubbing*.

Oleh karena adanya perbedaan tersebut, diharapkan bahwa perilaku *phubbing* dapat menimbulkan dampak yang berbeda, yaitu *phubbing* pada hubungan romantis akan menimbulkan emosi negatif, misalnya merasa cemburu, merasa terkucilkan dan merasa tidak berharga yang selanjutnya perasaan negatif tersebut menurunkan tingkat kepuasan hubungan dengan pacarnya, sedangkan perilaku *phubbing* pada pertemanan dipersepsikan sebagai perilaku yang wajar dan tidak mengancam harga diri pasangan sehingga tidak memengaruhi tingkat kepuasan hubungan pertemanannya. Dengan demikian penulis merumuskan hipotesis bahwa: Perilaku *phubbing* di antara teman tidak berdampak negatif pada tingkat kepuasan hubungan pertemanan.

## Metode Penelitian

### Desain penelitian dan partisipan

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Responden dipilih berdasarkan kota tempat tinggal saat ini di wilayah Jabodetabek, yaitu Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi karena kelima kota tersebut merupakan pengguna telepon genggam tertinggi di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2019). Berdasarkan teknik pengambilan sampel *accidental*, yaitu berdasarkan kemudahan untuk menemui responden di kampus masing-masing di wilayah Jabodetabek (Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang dan Bekasi), diperoleh responden penelitian sebanyak 166 mahasiswa (83 pasang pertemanan) yang terdiri dari 112 perempuan (56 pasang pertemanan) dan 54 laki-laki (27 pasang pertemanan). Responden merupakan kelompok usia *emerging adulthood* (18-25 tahun) yang merupakan pengguna telepon genggam aktif. Selain itu, kelompok usia ini cenderung untuk termotivasi menjaga hubungan pertemanan agar dapat bertahan dalam waktu yang lama (Collins & van Dulmen, 2006). Responden peneliti ditemui ketika mereka sedang duduk bercakap-cakap berpasangan dan masing-masing menggunakan telepon genggam. Tiap orang dalam pasangan itu mengisi kuesioner.

### Alat ukur *phubbing* dan kepuasan pertemanan

Alat ukur perilaku *phubbing* diperoleh dari adaptasi terhadap *Partner Phubbing Scale* yang dikembangkan oleh Roberts dan David (2016) untuk mengukur persepsi individu terhadap perilaku *phubbing* pasangan romantis ketika interaksi tatap muka berlangsung sehingga alat ukur tersebut dapat digunakan dalam konteks pertemanan dan sesuai dengan budaya Indonesia. Proses adaptasi melibatkan proses *back translation*, *expert committee* dan *pre-testing*. Proses adaptasi kemudian menghasilkan 7 pernyataan yang setiap itemnya diukur menggunakan 6 poin skala tipe *Likert*, dimulai dari skor 1 yang paling tidak menggambarkan perilaku *phubbing* hingga skor 6 yang paling menggambarkan perilaku *phubbing*. Contoh salah satu item dalam alat ukur perilaku *phubbing* adalah "Teman saya terus memegang *handphone* ketika kami makan bersama".

Alat ukur kepuasan pertemanan diperoleh dari adaptasi terhadap *McGill Friendship Questionnaire* yang dikembangkan oleh Mendelson dan Aboud (1999). Proses adaptasi kemudian menghasilkan 5 pernyataan yang setiap itemnya diukur menggunakan 6 poin skala tipe *Likert*, dimulai dari skor 1 yang paling tidak menggambarkan kepuasan pertemanan hingga skor 6 yang paling menggambarkan kepuasan pertemanan. Contoh

salah satu item dalam alat ukur kepuasan pertemanan tersebut adalah "Saya merasa puas berteman dengan teman saya".

Dalam proses pengujian reliabilitas internal (*Alpha Cronbach*) saat *pre-testing*, peneliti melibatkan 42 responden yang terdiri dari 16 laki-laki dan 26 perempuan mahasiswa. Dari pengujian tersebut diperoleh indeks reliabilitas internal alat ukur perilaku *phubbing* sebesar  $\alpha = 0,78$  dan indeks reliabilitas internal alat ukur kepuasan pertemanan sebesar  $\alpha = 0,87$ . Untuk memperoleh validitas konstruk yang baik dan jumlah item yang paling efektif, peneliti melakukan prosedur analisis faktor eksploratif. Berdasarkan prosedur tersebut peneliti memilih hanya 3 item (yaitu: 1. *Teman saya terus memegang handphone ketika kami makan bersama*; 2. *Teman saya terus memeriksa handphonenya saat kami bersama*; 3. *Teman saya terus melirik handphonenya saat kami mengobrol*;) sebagai alat ukur perilaku *phubbing* yang memiliki nilai faktor muatan yang terbesar yaitu berkisar antara 0,63 – 0,66 sehingga indeks reliabilitas internal alat ukur perilaku *phubbing* adalah 0,81. Selanjutnya, peneliti memilih hanya 2 item (yaitu: 1. *Saya merasa puas berteman dengan teman saya*; dan 2. *Saya merasa senang berteman dengan teman saya*;) sebagai alat ukur kepuasan pertemanan yang memiliki nilai faktor muatan terbesar yang berkisar antara 0,64 – 0,74 sehingga indeks reliabilitas internal alat ukur kepuasan pertemanan adalah 0,82. Dengan demikian, alat ukur tersebut memiliki indeks reliabilitas internal dan validitas konstruk yang baik sehingga dapat digunakan dalam penelitian (Kaplan & Sacuzzo, 2012).

### Prosedur penelitian

Pengambilan data penelitian dilakukan selama sembilan hari yaitu 21 – 30 April 2016 (kecuali hari Minggu). Pengambilan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner secara langsung pada responden yang sedang mengobrol dengan temannya di kampus di Wilayah Jabodetabek (Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi). Pertama, peneliti memperkenalkan diri kepada mereka dan memberitahukan maksud dan tujuan peneliti serta menanyakan kesediaan mereka untuk menjadi responden penelitian. Bagi yang setuju menjadi responden penelitian, peneliti kemudian menjelaskan lebih rinci tentang tujuan penelitian, bentuk partisipasi dan waktu yang dibutuhkan untuk penelitian ini. Peneliti juga memberikan Lembar Persetujuan Penelitian (*informed consent*) yang di dalamnya berisi pilihan jawaban mengenai kesediaan berpartisipasi dalam penelitian dan jaminan kerahasiaan data responden yang datanya hanya digunakan untuk tujuan penelitian. Bagi orang yang bersedia menjadi res-

ponden penelitian, peneliti meminta responden untuk menandatangani Lembar Persetujuan Penelitian yang terlampir di halaman awal buku kuesioner penelitian ini.

Peneliti selanjutnya memberikan instruksi pengerjaan kuesioner tersebut. Setiap responden diminta untuk menilai perilaku *phubbing* teman pasangan dan menilai tingkat kepuasan pertemanan yang dirasakan oleh dirinya. Setelah mereka selesai mengisi kuesioner, peneliti menjelaskan mengenai topik yang diteliti dalam penelitian ini dan membuka sesi tanya jawab apabila responden mempunyai pertanyaan seputar topik penelitian. Setelah tidak ada lagi pertanyaan dari responden, peneliti mengucapkan terima kasih dan memberikan hadiah pada responden.

### Teknik pengolahan data

Data penelitian diolah menggunakan analisa statistik deskriptif dan penghitungan indeks korelasi *Pearson* serta analisis regresi. Analisa statistik deskriptif digunakan untuk melihat gambaran demografis responden dan gambaran hasil penelitian. Penghitungan indeks korelasi *Pearson*

digunakan untuk mengukur derajat dan arah dari hubungan antar perilaku *phubbing* dan kepuasan pertemanan. Analisis regresi dilakukan untuk melihat seberapa besar dampak perilaku *phubbing* terhadap kepuasan hubungan pertemanan. Selain itu, untuk memperoleh validitas konstruk yang baik dan jumlah item yang paling efektif terhadap alat ukur perilaku *phubbing* dan kepuasan hubungan pertemanan, peneliti melakukan prosedur analisis faktor eksploratif. Untuk perhitungan statistik tersebut digunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics versi 25*.

### Hasil Penelitian

Responden penelitian ini mayoritas berjenis kelamin wanita (67%), dengan rentang usia yang berkisar antara 18 tahun hingga 25 tahun (sebanyak 86% responden berada pada kisaran usia 18 tahun hingga 21 tahun). Mereka mayoritas bertempat tinggal dan kuliah di Jakarta (42%) dan sebanyak 74% menggunakan telepon genggam yang berkisar antara 5 hingga 14 jam sehari. Telepon genggam mayoritas (81%) dipakai untuk berkomunikasi dan mengakses media sosial.

**Tabel 1.**  
*Matriks korelasi variabel penelitian*

		1	2	3
1. Usia	-			
2. Jenis Kelamin	,14	-		
3. Perilaku <i>Phubbing</i>	,05	,02	-	
4. Kepuasan Pertemanan	-,10	,07	,13	

Note:  $N = 166$ , semua indeks korelasi tidak signifikan pada  $l.o.s 0.05$

Hasil pengolahan analisa statistik deskriptif menunjukkan bahwa skor rata-rata perilaku *phubbing* adalah  $M = 3,6$  ( $SD = 1,1$ , 80% responden skornya berkisar antara 2,0 hingga 4,7; data terdistribusi normal di sekitar titik tengah dari skala 1-6, yaitu skor 3,5) yang berarti tergolong *agak phubbing* dan skor rata-rata kepuasan pertemanan adalah  $M = 5,2$  ( $SD = 0,7$ , 93% responden skornya berkisar antara 4,5 hingga 6,0, skor *skewed* ke kiri dan skor terdistribusi di sekitar skor 5 dari skala 1-6) yang berarti tergolong puas.

Dari Tabel 1 terlihat bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *phubbing* dengan kepuasan pertemanan ( $r = ,13$ ,  $p > 0,05$ , tidak signifikan). Semakin tinggi perilaku *phubbing* seseorang tidak diikuti dengan menurunnya tingkat kepuasan hubungan pertemanan. Usia ( $r = -,10$ ,  $p > 0,05$ , tidak signifikan) dan jenis kelamin ( $r = ,07$ ,  $p > 0,05$ , tidak signifikan) bukan merupakan kovariat dari kepuasan pertemanan. Berdasarkan analisis regresi didapatkan bahwa perilaku *phubbing* tidak dapat memprediksi kepuas-

an pertemanan ( $b = 0,08$ ,  $t = 1,7$ ,  $p > 0,05$ ) dan dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* mereka belum dalam taraf sampai mengganggu kualitas hubungan pertemanan mereka. Dengan demikian hipotesis penelitian ini terdukung oleh data bahwa perilaku *phubbing* di antara teman tidak berdampak negatif terhadap kepuasan hubungan pertemanan.

### Diskusi

Hasil penelitian ini sesuai dengan prediksi berdasarkan hasil penelitian Karadağ dkk. (2016), Chotpitayasunondh dan Douglas (2016), serta Kelly, Miller-Ott, dan Duran (2019), bahwa perilaku *phubbing* pada teman tidak menimbulkan emosi negatif, melainkan timbul perasaan empati terhadap perilaku *phubbing* teman, juga timbul persepsi bahwa perilaku *phubbing* merupakan hal yang wajar di antara teman, sehingga tidak berdampak pada penurunan tingkat kepuasan hubungan pertemanan.

Dibandingkan dengan penelitian terdahulu tentang perilaku *phubbing* pada pasangan romantis, maka hasil penelitian ini berbeda karena harapan seseorang terhadap teman memang berbeda dengan harapan yang dimiliki oleh seseorang terhadap pacarnya. Dengan harapan yang berbeda maka tidak muncul reaksi emosi negatif pada pasangan pertemanan seperti pada pasangan romantis. Menurut Roberts dan David (2016) ketidakpuasan hubungan pada pasangan romantis disebabkan oleh persaingan mendapatkan perhatian dari pasangannya yang menimbulkan perasaan dinomorduakan oleh pelaku *phubbing* yang lebih mengutamakan perhatiannya pada telepon genggam. Mengingat responden dalam penelitian ini adalah pasangan pertemanan mahasiswa sesama jenis kelamin yang tidak menjalin hubungan romantis, perasaan dinomorduakan oleh pelaku *phubbing* relatif tidak ada.

Krasnova, dkk., (2016) berpendapat bahwa ketidakpuasan hubungan pada pasangan romantis disebabkan oleh rasa cemburu terhadap pelaku *phubbing* yang sibuk dengan telepon genggamnya. Kemungkinan, pasangannya merasa khawatir bahwa pelaku *phubbing* sedang berkomunikasi dan lebih menaruh perhatian kepada pria/wanita lainnya, sedangkan dirinya tidak dianggap berharga. Mengingat responden penelitian ini hanyalah pasangan pertemanan, bukan pasangan yang sedang menjalin hubungan romantis, maka relatif tidak muncul rasa cemburu terhadap pelaku *phubbing*. Karena tidak timbul rasa cemburu pada pasangan pertemanan, maka perilaku *phubbing* tidak berdampak menurunkan kepuasan hubungan pertemanan. Dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini *phubbing* tidak berdampak negatif pada kepuasan hubungan pertemanan karena dalam hubungan pertemanan, pasangan percakapan tidak mengalami perasaan cemburu, perasaan dinomorduakan, perasaan ditinggalkan atau tidak dihargai oleh teman pelaku *phubbing*.

Sesuai dengan pendapat Karadağ dkk. (2016) serta Chotpitayasunondh dan Douglas (2016), bahwa perilaku *phubbing* pada teman akan menimbulkan reaksi saling balas yang seimbang terdukung oleh hasil penelitian ini yang menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* antar anggota pasangan adalah relatif seimbang. Dalam penelitian ini tingkat perilaku *phubbing* masing-masing anggota pasangan adalah setara ( $M_1 = 3,64$  dan  $M_2 = 3,59$ ,  $t = 1,7$ ,  $p > 0,05$ ). Dengan perilaku gangguan yang seimbang satu sama lain dan tingkat *phubbing*-nya juga tidak tinggi yaitu tergolong *sedikit agak phubbing*, maka masing-masing merasa gangguannya wajar dan impas sehingga perilaku *phubbing* tidak menjadi mengganggu tingkat kepuasan hubungan pertemanan.

Penjelasan berikutnya adalah perilaku *phubbing* sudah merupakan gejala yang umum terjadi dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan pertemanan, sehingga perilaku *phubbing* dapat dianggap normal atau wajar dan dapat diterima secara sosial dalam hubungan pertemanan (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Oleh karena itu, perilaku *phubbing* tidak terasa sebagai gangguan yang dapat menyebabkan menurunnya kepuasan hubungan pertemanan.

## Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan perilaku *phubbing* dengan hubungan pertemanan, di mana topik ini masih jarang diteliti. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* tidak berdampak negatif terhadap kepuasan pertemanan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* tidak mengganggu kepuasan pertemanan, karena dalam hubungan pertemanan tersebut tidak terjadi rasa cemburu, perasaan diabaikan atau tidak dihargai, atau perasaan negatif lainnya. Perilaku *phubbing* dalam hubungan pertemanan sudah dianggap wajar serta dapat diterima secara sosial. Hasil penelitian ini berbeda dengan kesimpulan dari kebanyakan dari penelitian terdahulu mengenai perilaku *phubbing* yang umumnya diteliti pada pasangan hubungan romantis, di mana penelitian terdahulu menemukan bahwa perilaku *phubbing* berdampak negatif kepada kepuasan hubungan.

## Kontribusi

Ada beberapa kontribusi dari penelitian ini. Kontribusi utama dari penelitian ini adalah mengenai alat ukurnya. Dengan menggunakan prosedur analisis faktor eksploratif, diperoleh alat ukur yang jumlah itemnya sedikit tetapi memiliki karakteristik psikometris yang baik, yaitu didapatkan 2 item alat ukur kepuasan pertemanan yang semula berjumlah 5 item dengan nilai  $\alpha = 0,81$  dan muatan faktor di atas 0,6, dan diperoleh 3 item alat ukur perilaku *phubbing* yang semula berjumlah 7 item dengan nilai  $\alpha = 0,87$  dan muatan faktor di atas 0,6. Dengan karakteristik psikometris yang baik ini, yaitu reliabel dan valid secara konstruk, maka kedua alat ukur ini akan mempermudah penelitian tentang *phubbing* dan kepuasan hubungan pertemanan lebih lanjut.

Kontribusi lain, sepanjang pengetahuan penulis, penelitian ini merupakan penelitian pertama yang mengkaji mengenai *phubbing* dengan kepuasan hubungan pertemanan di Indonesia. Penelitian sebelumnya pada umumnya meneliti dampak *phubbing* pada hubungan pasangan romantis, baik pada responden yang sudah

menikah maupun belum menikah. Dengan hasil penelitian yang berbeda antara perilaku *phubbing* dalam konteks pertemanan dengan perilaku *phubbing* dalam konteks hubungan romantis, menunjukkan bahwa hubungan pertemanan memiliki karakteristik dan mekanisme yang berbeda yang dapat memengaruhi kepuasan hubungan pasangan. Dengan kata lain, perilaku *phubbing* tidak serta merta berdampak negatif bagi hubungan sosial, melainkan tergantung pada banyak faktor, yaitu karakteristik jenis hubungan, dan karakteristik konteks sosial atau norma sosial. Dengan demikian, penelitian ini membuka jalan bagi penelitian lebih lanjut.

### Limitasi dan saran penelitian selanjutnya

Penelitian ini merupakan penelitian pertama kali, maka keterbatasan yang utama adalah penelitian ini belum mencakup penelitian terhadap variabel-variabel yang berperan sebagai mediator dan moderator. Berdasarkan keterbatasan ini, maka untuk penelitian selanjutnya perlu diteliti mengenai variabel mediator hubungan antar perilaku *phubbing* dan kepuasan pertemanan (misalnya atribusi, persepsi atau sikap terhadap perilaku *phubbing*, makna pertemanan, dan norma pertemanan). Sedangkan variabel moderator yang dapat diteliti adalah trait kepribadian, *self-esteem*, dan karakteristik demografi responden. Selain itu, perlu juga diteliti mengenai faktor anteseden dari perilaku *phubbing*, misalnya tingkat kecanduan internet (*internet addiction*), kecanduan permainan virtual (*game addiction*) atau tingkat kecanduan penggunaan telepon pintar (*smartphone addiction*). Mengingat bahwa penelitian ini merupakan penelitian korelasional, maka dalam penelitian ini tidak dapat disimpulkan mengenai hubungan kausal antara perilaku *phubbing* dengan kepuasan pertemanan.

### Daftar Pustaka

- 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. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chotpitayasunondh, V. and Douglas, K. (2018) The effects of "phubbing" on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Collins, A., & van Dulmen, M. (2006). Friendships and romance in emerging adulthood: Assessing distinctiveness in close relationships. In Anrnett, Jeffrey, J., Tanner, J.L. (Ed), (2006). *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (pp. 219-234). Washington, DC, US: American Psychological Association.
- Coyne, S. M., Padilla-Walker, L. M., Fraser, A. M., Fellows, K., & Day, R. D. (2014). Media time 1/4 family time: Positive media use in families with adolescents. *Journal of Adolescent Research*, *29*(5), 663-688. <https://doi.org/10.1177%2F0743558414538316>
- Ferris, D. L., Lian, H., Brown, D. J., & Morrison, R. (2015). Ostracism, self-esteem, and job performance: When do we self-verify and when do we self-enhance?. *Academy of Management Journal*, *58*(1), 279-297. <https://doi.org/10.5465/amj.2011.0347>
- Halpern, D., & Katz, J. E. (2017). Texting's consequences for romantic relationships: A cross-lagged analysis highlights its risks. *Computers in Human Behavior*, *71*, 386–394. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.01.051>
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena phubbing di era milenial (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya). *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, *4*(1), 42-51. <https://doi.org/10.14710/interaksi.4.1.42-51>
- Kaplan, R., & Saccuzzo, D. (2012). *Psychological testing: Principles, applications, and issues*. New York: Cengage Learning.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Culha, 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. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Culha, I. & Babadağ, B. (2016). The virtual world's current addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, *3*, 250–269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Kelly, L., Miller-Ott, A. E., & Duran, R. L. (2017). Sports scores & intimate moments: An expectancy violations theory approach to partner cell phone behaviors in adult romantic relationships. *Western Journal of Communication*, *81*, 619–640. <https://doi.org/10.1080/10570314.2017.1299206>
- Kelly, L.; Miller-Ott, A.E. & Duran, R. L. (2019). Phubbing friends: Understanding face

- threats from, and responses to, friends' cell phone usage through the lens of politeness theory, *Communication Quarterly*, 67:5, 540-559, <https://doi.org/10.1080/01463373.2019.1668443>
- Krasnova, H., Abramova, O., Notter, I., & Baumann, A. (2016). Why phubbing is toxic for your relationship: Understanding the role of smartphone jealousy among Generation Y users. *Research Papers*. 109. ECIS 2016 Proceedings. Association for Information Systems. AIS Electronic Library (AISeL). [http://aisel.aisnet.org/ecis2016\\_rp/109](http://aisel.aisnet.org/ecis2016_rp/109)
- Leary, M. R., Tambor, E. S., Terdal, S. K., & Downs, D. L. (1995). Self-esteem as an interpersonal monitor: The sociometer hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(3), 518-530. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.68.3.518>
- Leggett, C., & Rossouw, P. J. (2014). The impact of technology use on couple relationships: A neuropsychology perspective. *International Journal of Neuropsychotherapy*, 2(1), 44-57. <http://doi.org/10.127441/ijnpt.2014.0044-0099>
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). Technoference: The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85-98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- McDaniel, B. T., Drouin, M., & Cravens, J. D. (2017). Do you have anything to hide? Infidelity-related behaviors on social media sites and marital satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 66, 88-95. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.031>
- Miller-Ott, A. E., & Kelly, L. (2015). The presence of cell phones in romantic partner face-to-face interactions: An expectancy violation theory approach. *Southern Communication Journal*, 80, 253-270. <https://doi.org/10.1080/1041794X.2015.1055371>
- Misra, S., Cheng, L., Genevie, J., & Yuan, M. (2016). The iPhone effect: the quality of in-person social interactions in the presence of mobile devices. *Environment and Behavior*, 48(2), 275-298. <https://doi.org/10.1177/0013916514539755>
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237-246. <https://doi.org/10.1177/0265407512453827>
- 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. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Ugur, N. G. & Koc, T. (2015). Time for Digital Detox: Misuse of Mobile Technology and Phubbing. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, Vol. 195, 1022-1031. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.06.491>
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Online communication and adolescent well-being: Testing the simulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, Vol. 12(4), 1169-1182. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00368.x>
- Vanden Abeele, M. M. P., Antheunis, M. L., & Schouten, A. P. (2016). The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality. *Computers in Human Behavior*, 62, 562-569. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.005>
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12-17. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>
- Walsh, S. P., White, K. M., & Young, R. M. (2008). Over-connected? A qualitative exploration of the relationship between Australian youth and their mobile phones. *Journal of Adolescence*, 31(1), 77-92. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.04.004>
- Williams, K.D. & Nida, S.A. (2011). Ostracism: Consequences and Coping. *Current Directions in Psychological Science*, 20(2), 71-75. <https://doi.org/10.1177/0963721411402480>
- Woollaston, V. (2013). How often do you check your phone? The average person does it



110 times a day (and up to every 6 seconds in the evening). Diunduh 20 Maret 2016, pukul 16.33 dari: <http://www.dailymail.co.uk/sciencetech/article-2449632/How-checkphone-The-average-persondoes-110-times-day-6-seconds-evening.html>

Xie, X., Tang, X., Rapp, H., Tong, D., & Wang, P. (2020). Does forgiveness alleviate depression after being phubbed for emerging adults? The mediating role of self-esteem. *Computers in Human Behavior*. Vol. 109, 106-362. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106362>