

# FENOMENA PERILAKU *PHUBBING* SISWA SMK DALAM MENGGUNAKAN MEDIA SOSIAL

Edita Salsabila Budiantho<sup>1</sup>, Alila Pramiyanti<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Ilmu Sosial, Universitas Telkom, Indonesia, editasalsabila@student.telkomuniversity.ac.id

<sup>2</sup> Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Ilmu Sosial, Universitas Telkom, Indonesia, alilapramiyanti@telkomuniversity.ac.id

## **Abstract**

*The phenomenon of phubbing is increasingly becoming a concern among students as one of the social issues. At this time, they tend to be distracted by technology and spend time using their smartphones and social media. As a result, they often forget the importance of socializing directly with the surrounding environment. This research aims to find out what problems cause vocational students to phubbing behaviour on social media when in a social environment, as well as why they tend to be phubbing and focus on social media on smartphones. This research uses a qualitative method with phenomenological approach, the theory used a Alfred Schutz phenomenology. This research involved 4 key informants and 4 supporting informants. The research results that phubbing behaviour is carried out by vocational students in the form of using Instagram and Tiktok when interacting socially, replying to messages, and searching for content. Then they do this behavior in a group discussion situation, there is discomfort not holding a smartphone, the conversation is not interesting, and it has become a habit. The main reason for "because of motives" this behaviors appear when they withdraw from the conversation due to being ignored, turn to their smartphones due to not getting a response, choose their smartphones when the conversation is not interesting, and feel unappreciated. Then "in order to motives" arises to avoid social interactions, avoid discomfort in interactions, and gain entertainment and escape from social interactions.*

**Keywords:** *Phubbing, Smartphone, Social Media, Vocational Students*

---

## **Abstrak**

Fenomena *phubbing* semakin menjadi perhatian di kalangan siswa sebagai salah satu isu sosial. Pada masa ini, mereka cenderung terdistraksi oleh teknologi dan menghabiskan waktu dengan menggunakan *smartphone* dan media sosialnya. Akibatnya, mereka sering kali melupakan pentingnya bersosialisasi secara langsung dengan lingkungan sekitar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan apa yang menyebabkan siswa/i SMK melakukan perilaku *phubbing* di media sosial ketika di lingkungan sosial, serta mengapa mereka cenderung melakukan *phubbing* dan hanya fokus pada media sosial di *smartphone*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, teori yang digunakan adalah fenomenologi Alfred Schutz. Penelitian ini melibatkan 4 informan kunci dan 4 informan pendukung. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa/i SMK berupa penggunaan media sosial Instagram dan Tiktok ketika berinteraksi sosial, membalas pesan, dan mencari konten. Kemudian perilaku tersebut mereka lakukan dalam situasi sedang diskusi kelompok, adanya ketidaknyamanan tidak memegang *smartphone*, pembicaraan tidak menarik, dan sudah menjadi kebiasaannya. Sebab utama perilaku tersebut muncul ketika mereka menarik diri dari percakapan karena diabaikan, beralih kepada *smartphone* karena tidak mendapatkan tanggapan, memilih *smartphone* saat obrolan tidak menarik, dan perasaan tidak dihargai. Kemudian motif tujuan tersebut muncul untuk menghindari interaksi sosial, menghindari ketidaknyamanan dalam berinteraksi, dan mendapatkan hiburan serta pelarian dari interaksi sosial.

**Kata Kunci:** *Phubbing, Smartphone, Media Sosial, Siswa/i SMK*

---

## **I. PENDAHULUAN**

Fenomena *phubbing* atau yang dikenal sebagai *phone snubbing*, semakin menjadi perhatian di kalangan siswa sebagai salah satu isu sosial. Istilah *phubbing* merujuk pada perilaku yang muncul sebagai dampak negatif dari

penggunaan *smartphone* dan media sosial secara berlebihan, di mana individu lebih fokus pada perangkat mereka dibandingkan untuk melakukan interaksi sosial di sekitarnya. Perilaku ini dinilai dapat mengubah cara seseorang bersosialisasi dan membangun hubungan interpersonal (Karadağ et al., 2015). Fenomena ini paling sering ditemukan di kalangan remaja usia 15-18 tahun, seperti siswa SMA dan SMK. Menurut Saputro (2018), rentang usia ini termasuk dalam masa remaja madya, di mana individu sedang dalam transisi menuju kedewasaan. Pada masa ini, mereka cenderung mudah terdistraksi oleh teknologi dan menghabiskan waktu lebih banyak dengan *smartphone* dan media sosialnya daripada bersosialisasi secara langsung (Wijayanti, 2022).

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang dirilis pada portal *Open Data Jabar*. Total persentase anak muda yang diteliti dari keseluruhan Kota dan Kabupaten di Jawa Barat sebesar 72,9%, yang dimana Kota Cimahi menduduki peringkat pertama yang tertinggi dengan total persentase sebesar 99,42%. Angka ini diambil berdasarkan pada jumlah keseluruhan penggunaan *smartphone*. Adanya penggunaan teknologi khususnya internet beserta alat penunjangnya seperti *smartphone*, telah menjadi salah satu faktor penting yang tidak bisa dilepaskan dari kalangan hidup masyarakat khususnya bagi kalangan anak-anak muda dan remaja di Jawa Barat. Fenomena perilaku *phubbing* ini lebih terlihat dibandingkan dengan 2 sekolah lainnya. Penggunaan *smartphone* di SMK Negeri 3 Cimahi terlihat sangat kuat, mereka cenderung terlihat lebih terfokus pada *smartphone* dan mengabaikan interaksi sosial dengan teman di sekitarnya. Ketika melakukan observasi di SMK Negeri 3 Cimahi, peneliti hanya melakukan pada jam istirahat di siang hari sehingga hal ini menjadi keterbatasan waktu dalam penelitian ini. Di waktu-waktu tersebut terlihat bahwa seperti pada sebuah kelompok siswa yang terdiri dari empat orang, dua orang lainnya yang terlihat sibuk dengan *smartphone* nya masing-masing, sementara dua orang lainnya yang berusaha untuk memulai dan melakukan pembicaraan. Siswa yang sedang menggunakan *smartphone* nya tersebut, terlihat sedang mengakses media sosial seperti Instagram dan Tiktok, dan aktivitas ini berlangsung selama lebih dari 20 menit tanpa adanya gangguan.

Akibat tingginya dari penggunaan *smartphone* yang tidak dibatasi oleh ruang dan waktu, membuat masyarakat tidak menyadari bahwa ada perilaku negatif yang dihasilkannya. Salah satu dampaknya adalah perubahan di lingkungan sosial terutama pada pola perilaku seseorang saat berinteraksi dengan orang lain, hal ini dikarenakan oleh ketergantungan yang semakin tinggi terhadap *smartphone* yang dimana membuat banyak orang lebih fokus terhadap *smartphone* dan perangkat digital lainnya (Sitasari et al., 2021). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chotpitayasonondh & Douglas (2018) yang menunjukkan bahwa adiksi *smartphone* akan mengganggu interaksi sosial secara langsung dan membuat seseorang lebih condong untuk menggunakan *smartphone* nya, secara signifikan hal tersebut telah mempengaruhi perilaku *phubbing*.

*Phone Snubbing* atau yang disingkat menjadi *Phubbing* adalah salah satu dampak negatif yang muncul dari penggunaan *smartphone* dan media sosial secara berlebihan, *phubbing* dianggap dapat mengubah pola perilaku individu dalam bersosialisasi dan memberikan dampak buruk pada hubungan sosial (Karadağ et al., 2015). Perilaku *phubbing* dianggap sebagai perilaku yang tidak terpuji dikarenakan mengabaikan lawan bicara untuk berinteraksi dan sebagai penghambat terjadinya proses komunikasi verbal secara langsung (Ariyanti et al., 2022). Selain menghambat interaksi sosial, *phubbing* juga cenderung membuat seseorang memiliki sifat pasif dari lingkungan sosialnya, individu yang terlibat dalam perilaku ini sering kali larut dalam dunia media sosial mereka dan mengabaikan pentingnya keterlibatan sosial secara langsung (Oktaviani & Trinugraha, 2022).

*Phubbing* biasanya terlihat ketika seseorang lebih memusatkan perhatian mereka pada *smartphone* dan media sosialnya daripada percakapan atau aktivitas bersama teman-teman mereka, kemudian juga *phubbing* ini merupakan suatu fenomena yang lebih menekankan penggunaan *smartphone* daripada berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Salah satu penyebab *phubbing* adalah kecanduan media sosial yang berlebihan. Media sosial dirancang untuk menarik perhatian pengguna dengan notifikasi, konten yang menarik, dan sistem algoritma yang terus mempromosikan keterlibatan. Akibatnya, seseorang yang mengalami ini sering kali melupakan pentingnya proses bersosialisasi secara langsung dengan lingkungan sekitar dan lebih memilih menghabiskan waktu mereka dengan perangkat *smartphone* (Abivian, 2022).

Menurut (Fritz, 2018) terlepas dari pentingnya perhatian terhadap perilaku *phubbing* yang memberikan dampak yang besar terhadap proses interaksi, *phubbing* terbelang sebagai fenomena yang baru, sehingga diperlukannya lebih banyak pendalam mengenai fenomena ini. Adanya fenomena perilaku *phubbing* yang melibatkan peran media sosial, kini menjadi fenomena yang perlu diteliti. Maka dari itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui permasalahan apa saja yang menyebabkan siswa/i SMK melakukan perilaku *phubbing* di dalam media sosial ketika berada di lingkungan sosial, serta mengapa mereka cenderung melakukan *phubbing* dan hanya fokus pada media sosial di *smartphone*.

## II. TINJAUAN LITERATUR

### 2.1 Tinjauan Pustaka.

#### 2.1.1 Media Sosial

Media sosial saat ini telah menjadi salah satu platform komunikasi yang penting bagi masyarakat karena media sosial dinilai dapat membantu masyarakat untuk berkomunikasi mengenal dan terhubung dengan mudah dengan orang lain dengan minat dan ketertarikan yang serupa (Setiadi, 2016). Data dari Digital Agency Jakarta menyebutkan bahwa adanya peningkatan signifikan terhadap penggunaan media sosial pada tahun 2025 dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya, yaitu dengan platform Instagram 173 juta pengguna, Tiktok 140 juta pengguna, Facebook 122 juta pengguna, dan Youtube 143 juta pengguna. Keempat aplikasi tersebut terus mendominasi penggunaan media sosial di Indonesia, karena media sosial tersebut membantu masyarakat di Indonesia untuk dapat berkomunikasi, bisnis, ataupun hiburan (Wisnuadi, 2025).

#### 2.1.2 Phubbing

*Phubbing* dikenal sebagai salah satu dampak negatif dalam penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan merubah perilaku seseorang dalam berinteraksi, serta dapat menimbulkan gangguan pada komunikasi verbal secara langsung maupun tidak langsung (Syarif, 2015). Perilaku *phubbing* merupakan perilaku yang tidak beretika, dimana seseorang akan mengabaikan lawan bicara mereka serta tidak menghiraukan interaksi yang terjadi sehingga dapat menimbulkan kerusakan hubungan kedekatan (T'ng et al., 2018). Perilaku *phubbing* ini dapat dilihat dalam kegiatan sehari-hari, ketika pada saat pertemuan, bertemu teman atau keluarga, pada saat di sekolah, saat makan, di tempat umum, dan ditempat lainnya. Menurut Karadağ et al., (2015) di dalam penelitiannya menyebutkan ada beberapa ciri-ciri yang terdapat dari perilaku *phubbing*, yaitu mempunyai rasa takut jika tidak mengangkat telepon serta tidak ingin melewatkan informasi apapun di media sosial, melakukan dua pembicaraan sekaligus dengan melalui *smartphone* dan interaksi secara langsung, tidak sanggup untuk terlalu jauh dari *smartphone* dan selalu membukanya setiap saat ketika sedang berinteraksi dengan orang lain, serta merasakan kehilangan sesuatu jika tidak memeriksa *smartphone*.

#### 2.1.3 Fenomenologi Alfred Schutz

Teori fenomenologi yang diterapkan dalam penelitian ini mengikuti pandangan Alfred Schutz (1967) yang memperkenalkan dua aspek utama dalam tindakan manusia. Pertama, *because of motive* (motif sebab) yaitu sebab yang menjadi latar belakang seseorang melakukan tindakan tertentu. Kedua, *in order to motive* (motif tujuan) yang menggambarkan suatu hal ingin dicapai oleh seorang individu dalam melakukan suatu tindakan. Seperti yang disampaikan dalam Nindito (2005:80) Alfred Schutz merupakan orang yang dikenal sebagai pelopor fenomenologi yang dipengaruhi oleh bapak fenomenologi yaitu Edmund Husserl yang dimana merupakan tokoh kunci dalam pengembangan fenomenologi. Schutz dalam analisisnya mampu memahami bahwa terdapat gejala yang terjadi di dunia, sehingga teori fenomenologi dalam penyusunan Schutz dinilai lebih teratur, sistematis dan praktis yang dengan mudah menangkap berbagai gejala yang terjadi di dunia.

## III. METODOLOGI PENELITIAN

Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Paradigma penelitian yang digunakan di dalam penelitian ini adalah konstruktivisme. Dalam penelitian ini, subjek penelitian merupakan siswa/i SMK Negeri 3 Cimahi yang terindikasi mengalami fenomena *phubbing* dengan 4 informan kunci, dan 4 informan pendukung sebagai salah satu teman dekat dari informan kunci. Untuk menentukan informan, peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* serta objek dalam penelitian ini adalah fenomena perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa/i SMK dalam menggunakan media sosial. Proses pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu wawancara mendalam, observasi, dan

dokumentasi. Serta keabsahan data yang digunakan adalah triangulasi metode dan triangulasi sumber, yang dimana triangulasi metode dilakukan untuk melakukan pengecekan terhadap penggunaan metode pengumpulan data, apakah informasi yang di dapatkan dengan wawancara sama dengan observasi, atau apakah hasil observasi sesuai dengan informasi yang diberikan ketika wawancara. Triangulasi sumber dalam penelitian ini dilakukan dengan pengecekan dan membandingkan data dari informan kunci dan informan pendukung untuk melihat keabsahan sebuah data dan informasi, serta untuk melihat apakah informasi yang diberikan informan kunci selaras dengan informasi yang di berikan oleh informan pendukung.

#### **IV. HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **4.1 Pemahaman *Phubbing* Informan Siswa/i SMK**

Pemahaman informan mengenai *phubbing*, mereka mengatakan bahwa *phubbing* merupakan suatu situasi yang dimana ketika seseorang terlalu fokus terhadap *smartphone* nya ketika sedang berada di lingkungan sosial ataupun di ruang lingkup percakapan, sehingga dapat menyebabkan lawan bicara merasa diabaikan. Hal tersebut berdasarkan penjelasan dari Karadağ et al., (2015) yang mengatakan bahwa perilaku *phubbing* merupakan tindakan seseorang yang selalu melihat *smartphone* pada saat melakukan pembicaraan dengan temannya di sekitar. Dengan kata lain, *phubbing* ialah suatu perilaku yang memperhatikan *smartphone* dan mengabaikan lawan bicara ketika dalam proses komunikasi sedang berlangsung (Zafarudin et al., 2024). Pandangan ini sejalan dengan temuan dari (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018:1) yang dimana *phubbing* merupakan sebuah tindakan mengabaikan seseorang pada lingkungan sosial dan hanya berfokus pada ponsel dibandingkan berkomunikasi dengan seseorang. Hal ini selaras dengan pernyataan yang dikatakan oleh Pramanik (2024) yang mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat meningkatkan kecenderungan untuk menarik diri dari interaksi sosial yang menjadi bagian kebiasaan sosial yang tidak baik. Sehingga mereka merasakan kesulitan untuk melakukan komunikasi, membangun interaksi dengan temannya, dan hubungan sosial menjadi tidak baik (Farkhah et al., 2023).

##### **4.2 Aktivitas yang dilakukan ketika melakukan *Phubbing***

Aktivitas yang dilakukan seseorang ketika melakukan *phubbing* biasanya berkaitan dengan penggunaan media sosial atau penggunaan *smartphone*. Secara umum dengan melakukan aktivitas membuka media sosial merupakan salah satu bentuk dari penggunaan *smartphone* yang cenderung dilakukan ketika melakukan perilaku *phubbing* (Aditia, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Rafinitia Aditia (2021) juga mengatakan bahwa salah satu penyebab tingginya tingkat penggunaan *smartphone* adalah penggunaan media sosial yang ingin terus terkoneksi secara berulang, hal tersebut membuat seseorang yang membukanya akan terus mencari dan mengeksplor konten tanpa adanya batas waktu. Hal tersebut membuat interaksi sosial di lingkungannya menjadi sedikit terganggu karena ada dorongan untuk membalas dan melihat notifikasi tersebut (Lestari & Priyanggasari, 2022). Aktivitas mencari konten yang menarik di media sosial juga menjadi bagian dari perilaku *phubbing*. Remaja memilih untuk menggunakan media sosial yang berada dalam *smartphone* nya untuk melihat hal yang menarik dengan mengeksplor konten dan postingan yang ada di dalam media sosial, hal tersebut dapat memberikan remaja pada dunianya sendiri hanya pada genggamannya (Dewi et al., 2024). Aktivitas lainnya yang dilakukan ketika melakukan tindakan *phubbing* adalah melihat postingan dan akun di media sosial baik itu teman, tokoh publik, selebriti dan lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2021) yang mengatakan bahwa mereka melihat dan membuka media sosial hanya untuk melihat postingan, stories dari teman-teman mereka, melihat akun selebgram serta artis, dan melihat informasi.

##### **4.3 Media yang digunakan saat melakukan *Phubbing***

Media sosial yang digunakan ketika melakukan *phubbing* adalah Instagram dan Tiktok. Dari kedua aplikasi ini, mereka sama-sama menawarkan fitur-fitur yang beragam dan juga menarik, sehingga aplikasi tersebut mampu untuk menarik dan memancing perhatian penggunanya untuk menggunakannya bahkan saat mereka dalam situasi sosial. Aplikasi Instagram yang memiliki fitur seperti *stories*, *reels*, *page explore*, *direct message*, dan konten-konten lain yang menarik akan membuat penggunanya dapat dengan mudah teralihkan untuk melihat video singkat, foto-foto, dan aktivitas dari akun-akun yang mereka ikuti (Sofiyanti & Rianto, 2021). Hal tersebut biasa digunakan oleh para remaja untuk dapat berekspresi dengan menggunakan fitur-fitur yang ada di aplikasi Instagram tersebut (Wibowo, 2020). Hal tersebut dapat memancing adanya perilaku *phubbing* sebagai tindakan yang mengabaikan seseorang dalam lingkungan sosialnya karena fokusnya terhadap Instagram di *smartphone* timbang melakukan interaksi bersama orang di sekelilingnya (Phang et al., 2020). Sama hal nya dengan aplikasi Tiktok yang dimana aplikasi tersebut menawarkan

fitur seperti *stories*, *direct message*, *page explore*, dan konten-konten video yang memiliki durasi pendek yang dimana jika kita sering kali menonton dan menyukai video tersebut. Algoritma dalam halaman For You Page atau yang biasa disebut dengan FYP memungkinkan akan membuat pengguna terus menerus menemukan video-video yang baru sesuai dengan minat dan kesukaannya tanpa henti (Gusti, 2025). Adanya media sosial Tiktok, dapat membuat seseorang berpikir orang yang berada jauh dari mereka atau berada dalam media sosial jauh lebih menarik, sehingga mereka mengabaikan teman-temannya yang berada di sekitar dirinya, oleh sebabnya mereka akan cenderung bersikap acuh tak acuh pada lingkungan sosial mereka (Yaqin, 2023).

#### 4.4 Situasi yang mendorong *Phubbing*

Penggunaan *smartphone* dan media sosial yang berlebihan dapat menghambat dan mengganggu komunikasi, yang dimana hal tersebut dapat menurunkan kualitas komunikasi yang terjalin baik (Firdaus et al., 2023). Yang seharusnya waktu tersebut digunakan untuk berdiskusi dan belajar bersama, malah justru di alihkan ke aktivitas yang tidak produktif di media sosial (Mumek et al., 2024). Kemudian juga dengan seseorang terlalu fokus pada *smartphone*, seseorang akan mengabaikan etika sosial yang membutuhkan perhatian mereka terhadap orang lain selama percakapan atau berdiskusi (Hanika, 2015). Selain hal itu, ketergantungan terhadap *smartphone* menjadi salah satu faktor yang penting dengan mendorong terjadinya perilaku *phubbing*. Seseorang yang menjadi *phubber* akan sering melihat *smartphone* hanya untuk memeriksanya bahkan ketika tidak berdering atau tidak ada notifikasi, bahkan dirinya akan tetap memeriksa *smartphone* (Erwinda, 2023). Kemudian juga topik pembicaraan yang tidak menarik menjadi salah satu penyebab utama siswa/i SMK untuk melakukan *phubbing* di lingkungan sekitarnya. Dalam kondisi ini jika terjadi secara terus-menerus akan membentuk perilaku yang menjadi sebuah kebiasaan dalam lingkungan situasi sosial mereka dalam kehidupan sehari-harinya. Kebiasaan *phubbing* ini juga disebabkan adanya faktor kebiasaan dalam menggunakan *smartphone*, atau memang karena dirinya ingin menghindari situasi sosial yang kurang menarik bagi dirinya, dari sifat kebiasaannya ini membuat seseorang menjadi tidak bisa lepas dari *smartphone* nya (Rismiyana et al., 2024).

#### 4.5 Perilaku *Phubbing* Siswa/i dalam Motif Alfred Schutz

##### 4.4.1 Motif Sebab (*Because of Motive*)

Pada situasi ini, *smartphone* berfungsi sebagai tempat untuk pelarian dari ketidaknyamanan mereka terhadap lingkungan sosialnya, sehingga perhatian mereka teralihkan kepada interaksi yang mereka lakukan secara *online* melalui media sosial atau *smartphone* (Ratnasari & Oktaviani, 2020). Sehingga orang-orang yang melakukan *phubbing* dan menggunakan *smartphone* nya yaitu sebagai salah satu bentuk untuk dirinya menghindari dari ketidaknyamanan tersebut (Firdaus et al., 2023). Ketika dirinya merasa tidak diajak berbicara dan diabaikan oleh temannya, dirinya lebih memilih untuk membuka *smartphone* timbang hanya berdiam diri tanpa memiliki tujuan (Silmi & Novita, 2022). Maka dari itu seseorang akan menjadi malas untuk berkomunikasi di dunia nyata karena dirinya tak teranggap dan merasa lebih menyenangkan jika berkomunikasi dengan teman *online* nya, sehingga menyebabkan adanya kurang rasa empati terhadap lingkungan sekitar (Ratnasari & Oktaviani, 2020). Mereka yang melakukan *phubbing* dapat disebabkan oleh perasaan penolakan, pengucilan, dan ketidakberartian yang dialami oleh dirinya karena diabaikan oleh teman-temannya (Hutabarat et al., 2024). Sehingga berinteraksi di media sosial bisa menjadi jalan lain bagi mereka yang diabaikan dalam komunikasi secara tatap muka (Lestari & Priyanggarsi, 2022).

Adapun rasa ketidaknyamanan dengan topik pembicaraan yang sedang terjadi dalam ruang kelompok bersama teman-temannya. Orang yang melakukan perilaku *phubbing* akan menggunakan *smartphone* mereka ketika dirinya merasa *awkward* atau tidak nyaman saat berinteraksi di situasi lingkungan sosialnya (Ariyanti et al., 2022). Kurang nyaman dengan teman-teman ketika berbicara membuat seseorang merasa tidak tahu harus berbuat apa, dikarenakan lawan bicaranya tidak sefrekuensi ketika berbicara dengan orang tersebut (Mumek et al., 2024). Perasaan tidak dihargai dalam situasi lingkungan sosial juga menjadi salah satu faktor yang mendorong terjadi perilaku *phubbing*. Seseorang yang melakukan *phubbing* ialah karena dirinya tidak dihargai dari lingkungan sekitarnya, sehingga *phubbing* menjadi salah satu wujud pelarian seseorang untuk mencari kenyamanan melalui perangkatnya (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Kemudian adanya tidak dihargai juga dapat membuat seseorang merasa terabaikan dengan orang disekitarnya, dan tidak mendapatkan respon yang baik dari situasi lingkungannya sehingga dirinya akan melakukan *phubbing* terhadap teman-temannya (Ekasari, 2022). Perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa biasanya akan cenderung menarik diri dari kehidupan sosialnya ketika tidak dihargai sehingga mereka lebih menyukai dunia virtualnya, perlahan-lahan mereka akan mengubah dirinya di lingkungannya dan hanya terpaku terhadap

*smartphone* (Sarmawati & Perguna, 2024). Pada situasi ini, *smartphone* berfungsi sebagai tempat dari ketidaknyamanan mereka terhadap lingkungan sosialnya, sehingga perhatian mereka teralihkan kepada interaksi yang mereka lakukan secara *online* melalui media sosial (Ratnasari & Oktaviani, 2020).

#### 4.4.2 Motif Tujuan (*In order to Motive*)

Seseorang yang menggunakan *smartphone* memiliki alasan untuk menghindari dari situasi sosial di sekitarnya, dapat dikatakan bahwa mereka berusaha untuk menghindari komunikasi dan melindungi dirinya dari situasi sosial (Dalimunthe et al., 2023). *Smartphone* telah menjadi tempat untuk pelarian diri dari stress dan menjadikannya sebagai tempat aman dan cara untuk dapat menghindari interaksi sosial (Zafrudin et al., 2024). Ketika remaja tidak sefrekuensi dengan teman-temannya, maka dirinya akan menjauhi situasi lingkungan sosial sekitarnya dan mereka akan lebih tertarik untuk mencari teman melalui *smartphone* untuk mengasingkan diri, maka dari itu melalui perilaku *phubbing* seseorang akan merasa terhubung dengan orang lain (Azzahra et al., 2024). Menghindari perasaan tidak nyaman dalam interaksi juga menjadi salah satu faktor yang mendorong terjadinya perilaku *phubbing*. Hal ini dapat membuat seseorang untuk menarik diri dari percakapan secara langsung ketika berada dalam situasi lingkungan sosial mereka dan lebih memilih untuk menggunakan *smartphone* nya sebagai tempat pelarian (Meilan et al., 2024). Sehingga siswa menarik diri dari percakapan langsung di lingkungan sosialnya dan memilih untuk berinteraksi melalui media sosial sebagai salah satu bentuk yang dirasa lebih nyaman dibandingkan berinteraksi bertatap muka (Nugraha et al., 2023). Kemudian juga salah satu tujuan seseorang melakukan perilaku *phubbing* di dalam media sosial ialah untuk memenuhi kebutuhan hiburannya, oleh karena itu seseorang sangat suka menggunakan media sosial karena untuk penunjang kebutuhan hiburannya (Ratnasari & Oktaviani, 2020). Kebanyakan dari *phubber* melakukan perilaku *phubbing* karena disebabkan oleh lingkungan sosial yang tidak menarik dan memunculkan kebosanan, sehingga seseorang yang melakukan *phubber* mencari hiburannya di media sosial *smartphone* nya karena memiliki berbagai fitur yang menarik (Ariyanti et al., 2022). Hal tersebut merupakan kebutuhan penting bagi pelajar karena membutuhkan kebutuhan hiburan (Abivian, 2022).

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, faktor yang menyebabkan informan siswa/i SMK melakukan perilaku *phubbing* di media sosial ketika dirinya berada di lingkungan sosial terbentuk dari beberapa situasi kondisi yang dialami. Ditemukan bahwa perilaku *phubbing* muncul karena adanya perasaan diabaikan sehingga dirinya menarik diri dari percakapan, mengalihkan perhatian ke *smartphone* karena tidak mendapatkan tanggapan, memilih untuk menggunakan *smartphone* saat obrolan tidak menarik, dan adanya perasaan tidak dihargai. Ketika interaksi di lingkungan sosial mereka sedang berlangsung, mereka merasa dirinya diabaikan kehadirannya oleh teman-teman mereka, tidak dilibatkan dan tidak ditanggapi dalam pembicaraan, dan bahkan dirinya tidak diajak untuk berbicara. Situasi ini membentuk perasaan yang tidak nyaman secara sosial dan mendorong siswa/i tersebut untuk perlahan menarik dirinya dari situasi lingkungan sosialnya dan beralih kepada *smartphone*. Kemudian alasan mereka lebih cenderung melakukan perilaku *phubbing* dan melupakan teman-teman sekitarnya sehingga dirinya hanya berfokus terhadap media sosial di *smartphone* nya karena dirinya menghindari interaksi sosial, merasa tidak nyaman ketika berinteraksi, dan mendapatkan hiburan dan pelarian diri dari interaksi sosial. Komunikasi melalui media sosial tidak membutuhkan tatapan secara langsung dan ekspresi wajah yang ditunjukkan ketika dalam merespon pembicaraan, mereka merasa bahwa ketika berbicara melalui media sosial respon yang diterima juga lebih baik dan tidak ada perasaan menyinggung, dibandingkan dengan pengalaman mereka ketika berkomunikasi di lingkungan sosial nya. Dalam media sosial, mereka bisa memilih untuk membalas pesan kapanpun dirinya merasa nyaman, memilih konten-konten sesuai minatnya, dan menghindari percakapan yang dirasa tidak penting.

Terdapat saran secara akademisi, diharapkan untuk peneliti yang ingin kembali meneliti ini, agar dapat menjangkau lebih banyak lagi informan yang akan diteliti sesuai dengan ciri-ciri perilaku *phubbing* yang relevan, khususnya di SMK Negeri 3 Cimahi atau wilayah lain di Kota Cimahi, untuk mendapatkan hasil data yang lebih menyeluruh, diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar lebih memperdalam kembali temuan dan pembahasan sesuai dengan definisi dari *phubbing* itu sendiri, dan diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang akan meneliti fenomena perilaku *phubbing* ini mendapatkan temuan-temuan yang baru sehingga penelitian ini bisa dikembangkan dengan menggunakan teori yang berbeda. Secara praktis, diharapkan kepada pihak sekolah untuk dapat mengadakan seminar atau memberikan edukasi kepada para siswa/i mengenai dampak dari perilaku *phubbing* terhadap interaksi di lingkungan sosial, disarankan kepada pihak sekolah untuk membuat perencanaan “*no smartphone for a day*” untuk

meminimalisir terjadinya perilaku *phubbing* terhadap siswa/i, serta untuk mengeratkan tali pertemanan mereka tanpa adanya gangguan dari penggunaan *smartphone* di sela-sela mereka berinteraksi, dan diharapkan untuk guru-guru mengadakan sesi pendekatan dengan masing-masing wali muridnya untuk lebih mengenal mereka, terkhususnya akan kebiasaan mereka dalam melakukan perilaku *phubbing* ketika sedang berkumpul atau belajar di kelas.

## REFERENSI

- 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. <https://doi.org/10.24235/PROPHETIC.V5I2.12786>
- 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>
- Alamianti, D., Dyah, R., & Rachaju, K. (2021). Realitas Phone Snubbing pada Pergaulan Remaja. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(2).
- 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>
- Ariyanti, E. O., Nurhadi, & Hermawan Trinugraha, Y. (2022). MAKNA PERILAKU PHUBBING DI KALANGAN MAHASISWA UNIVERSITAS SEBELAS MARET. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(2), 915–924. <https://doi.org/10.47492/JIH.V11I2.2297>
- Audina, W., & Firman. (2022). Fenomena Perilaku Phubbing di Lingkungan Masyarakat. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 12336–12341.
- Azzahra, F. R., Santi, D. E., & Kusumandari, R. (2024). Loneliness dan perilaku phubbing terhadap siswa. *JIIWA: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(03). <https://doi.org/10.30996/JIWA.V2I03.11634>
- Badan Pusat Statistik. (2024, May 31). *Persentase Pemuda Menurut Penggunaan Teknologi dan Kabupaten/Kota di Jawa Barat*. <https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/persentase-pemuda-menurut-penggunaan-teknologi-dan-kabupatenkota-di-jawa-barat>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Christian, Phang, L. M., Purnomo, D., & Sari, D. K. (2020). EFFECT OF USING INSTAGRAM STORIES ON PHUBBING BEHAVIOR IN THE GENERATION Z OF SALATIGA. *Profetik: Jurnal Komunikasi*, 13(2), 325. <https://doi.org/10.14421/pjk.v13i2.1950>
- Constantin, N., & Setijadi, N. (2023). Phubbing, Komunikasi Interpersonal, dan Etika Komunikasi dalam Masyarakat. *JURNAL LENSEA MUTIARA KOMUNIKASI*, 7(2), 205–214. <https://doi.org/10.51544/JLMK.V7I2.4648>
- Creswell, J. W. (1998). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Traditions*. SAGE Publications.
- Deatesaronika, & Herwandito, S. (2023). PENGARUH PENGGUNAAN TIKTOK TERHADAP PERILAKU PHUBBING PADA GENERASI Z KOTA SALATIGA. *Jisos: Jurnal Ilmu Sosial*, 2, 1771–1782. <https://bajangjournal.com/index.php/JISOS/article/view/6228>
- Erkan, I., & Evans, C. (2016). The influence of eWOM in social media on consumers’ purchase intentions: An extended approach to information adoption. *Computers in Human Behavior*, 61, 47–55. <https://doi.org/10.1016/J.CHB.2016.03.003>
- Gusti, A. (2025, February 14). *Algoritma TikTok: Pahami Cara Kerja & Strategi Menguasainya*. <https://idwebhost.com/blog/algoritma-tiktok/>
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena Phubbing di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya). *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4, 42–51. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/interaksi/article/view/9734>
- Hasbiansyah. (2008). Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi. *Mediator: Jurnal Komunikasi*, 9(1), 163–180. <https://doi.org/10.29313/MEDIATOR.V9I1.1146>
- Hidayat, A., & Ratri Rahmaji, L. (2023). The Phenomenon of Phubbing in The Communication Patterns of The Influencer Generation. *JURNAL INTERACT*, 13(1).

- Hutabarat, K. A. N., Indriyani, K. S., & Latipun. (2024). The Phubbing Phenomenon in Adolescents: Uncovering the Impact of Technology on Social Relationship Quality. *Social Science and Humanities Journal*, 8(10), 5169–5177. <https://doi.org/10.18535/sshj.v8i10.1369>
- Iskandar, D. (2015). STUDI FENOMENOLOGI MOTIF ANGGOTA SATUAN RESIMEN MAHASISWA 804 UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA. *Paradigma*, 3(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/view/10723>
- Karadağ, 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. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Kuswarno, E. (2007). TRADISI FENOMENOLOGI PADA PENELITIAN KOMUNIKASI KUALITATIF Sebuah Pedoman Penelitian dari Pengalaman Penelitian. *Sosiohumaniora*, 9(2), 161. <https://doi.org/10.24198/SOSIOHUMANIORA.V9I2.5384>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents. *PLOS ONE*, 8(12), e83558. <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0083558>
- Lestari, B. D., & Suratmini, D. (2024). Hubungan Jenis Kelamin dengan Perilaku Phubbing pada Remaja Pengguna Instagram. *Jurnal Keperawatan*, 16(2), 727–740. <https://doi.org/10.32583/KEPERAWATAN.V16I2.1789>
- Mc Quail, D. (2010). *McQuail's Mass Communication Theory* (6th ed.). SAGE Publications Ltd.
- Mumek, F. J. L., Susanti, A. T., & Suwartiningsih, S. (2024). Analisis Perilaku Phubbing Dan Dampaknya Terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa Sosiologi Uksw Salatiga Di Era Digital. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(4), 3299–3312. <https://doi.org/10.31004/INNOVATIVE.V4I4.11964>
- Nindito, S. (2005, June 1). *Fenomenologi Alfred Schutz: Studi tentang Konstruksi Makna dan Realitas dalam Ilmu Sosial*. Jurnal Ilmu Komunikasi. <https://ojs.uajy.ac.id/index.php/jik/article/view/254/343>
- Nugraha, K. W., Karsidi, R., & Haryono, B. (2023). PHUBBING BEHAVIOR AND FACTORS THAT INFLUENCE ON JUNIOR HIGH SCHOOL (SMP) STUDENTS IN SUKOHARJO CITY. *International Journal of Education and Social Science Research*, 6(04), 223–234. <https://doi.org/10.37500/ijessr.2023.6414>
- Pahleviannur, M. R., Saputra, D. N., Sinthania, D., Bano, V. O., Susanto, E. E., Amruddin, Lisy, M., Grave, A. De, Mardianto, D., Hafrida, L., Mahardhani, A. J., Alam, M. D. S., & Ahyar. Dasep Bayu. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (F. Sukmawati, Ed.; 1st ed.). PRADINA PUSTAKA.
- Perguna, L. A., & Sarmawati, R. T. (2024). Phubbing, Smombie dan Nomophobia: Studi Fenomenologis Perubahan Perilaku pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *Sosioglobal : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Sosiologi*, 9(1), 19–35. <https://doi.org/10.24198/JSG.V9I1.55883>
- Pramanik, P. (2024, February 27). *Smartphone addiction fuels loneliness and reduces well-being, study finds*. <https://www.news-medical.net/news/20240227/Smartphone-addiction-fuels-loneliness-and-reduces-well-being-study-finds.aspx>
- Pranoto, B., & Walisyah, T. (2023). Analisis Fenomena Perilaku Phubbing terhadap Rendahnya Kualitas Pergaulan Remaja di Kecamatan Hinai. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(7), 5077–5084.
- Priyambodo, U. (2018, October 2). *75% Orang Pura-pura Sibuk Main Ponsel untuk Hindari Interaksi*. Kumparan.Com. <https://kumparan.com/kumparantech/75-orang-pura-pura-sibuk-main-ponsel-untuk-hindari-interaksi-1538449349127943517/full>
- Putri, S. R., & Rina, N. (2023). Pengaruh Perilaku Phubbing Terhadap Komunikasi Interpersonal Orang Tua Dan Anak Pada Usia Remaja Di SMA BPI 1 Bandung. *EProceedings of Management*, 10(4), 3194. <https://openlibrarypublications.telkomuniversity.ac.id/index.php/management/article/view/21009>
- Putri, Y. E., Marjohan, M., Ifdil, I., & Hariko, R. (2022). Perilaku phubbing pada mahasiswa. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 7(3), 343–347. <https://doi.org/10.29210/021940JPGI0005>
- Rahayu, B. B. (2021). Intensitas Mengakses Media Sosial Dengan Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 519–527. <https://doi.org/10.30872/PSIKOBORNEO.V9I3.6496>
- Rana Sari, C., & Ari Widyastuti, D. (2023). *KARAKTERISTIK PHUBBING PADA REMAJA DI NEGARA MAJU*.
- Ratnasari, E., & Oktaviani, F. D. (2020). Perilaku Phubbing pada Generasi Muda (Hubungan Antara Kecanduan Ponsel dan Media Sosial Terhadap Perilaku Phubbing). *Metakom: Jurnal Kajian Komunikasi*, 4(1), 89–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.23960/metakom.v4i1.82>

- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sheldon, P., & Bryant, K. (2016). Instagram: Motives for its use and relationship to narcissism and contextual age. *Computers in Human Behavior*, 58, 89–97. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.059>
- Sitasari, N. W., Hura, M. S., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh Fear Of Missing Out terhadap Perilaku Phubbing pada Remaja. *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 19(02). <https://doi.org/10.47007/JPSI.V19I2.191>
- Solikhah, N. I., & Aesthetika, N. M. (2022). Pengaruh Intensitas Penggunaan Aplikasi Tiktok dan Media Sosial terhadap Kecenderungan Phubbing. *Warta ISKI*, 5(1), 113–119. <https://doi.org/10.25008/WARTAISKI.V5I1.140>
- Syarif, N. (2015). PENGARUH PERILAKU PENGGUNA SMARTPHONE TERHADAP KOMUNIKASI INTERPERSONAL SISWA SMK TI AIRLANGGA SAMARINDA. 3(2), 213–227. <http://www.sapos.co.id/index.php/berita/detail/rubrik/18/36126,di>
- Tandon, A., Dhir, A., Talwar, S., Kaur, P., & Mäntymäki, M. (2022). Social media induced fear of missing out (FoMO) and phubbing: Behavioural, relational and psychological outcomes. *Technological Forecasting and Social Change*, 174. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2021.121149>.
- Widiayanti, Gushevinalti, & Perdana, D. D. (2024). Fenomena Fear of Missing Out (FOMO) Pada Generasi Z Pengguna Media Sosial Instagram. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(1), 54–64. <https://doi.org/10.35308/SOURCE.V10I1.8381>
- Wisnuadi, K. (2025, March 29). *Statistik Menarik Industri Digital di Indonesia Tahun 2025*. Digital Agency Jakarta. [https://dipstrategy.co.id/blog/statistik-menarik-industri-digital-di-indonesia-tahun-2025/#3\\_Media\\_Sosial\\_Indonesia\\_Masih\\_Jadi\\_Salah\\_Satu\\_Negara\\_Paling\\_Aktif](https://dipstrategy.co.id/blog/statistik-menarik-industri-digital-di-indonesia-tahun-2025/#3_Media_Sosial_Indonesia_Masih_Jadi_Salah_Satu_Negara_Paling_Aktif)
- Wulandari, R., & Netrawati. (2020). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5, 41–46.
- Yao, M. Z., & Zhong, Z. J. (2014). Loneliness, social contacts and Internet addiction: A cross-lagged panel study. *Computers in Human Behavior*, 164–170. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.08.007>
- Yaqin, M. A. F. U. A. (2023). *Analisis Hubungan Antara Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Kecenderungan Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah jember*.