

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan zaman yang semakin pesat membuat teknologi informasi dan komunikasi berkembang dengan semakin canggih. Salah satu bentuk perkembangan teknologi komunikasi adalah *smartphone*. Hampir seluruh masyarakat di Indonesia menggunakan *smartphone* untuk kepentingan sehari-hari. *Smartphone* dapat digunakan secara fleksibel di manapun dan kapanpun. Menurut Kang & Jung (2014), individu dapat memperoleh informasi maupun hiburan melalui *smartphone*. *Smartphone* mudah diterima karena dengan adanya *smartphone* banyak membantu dalam menyediakan layanan, memfasilitasi pemerolehan informasi, hiburan, dan juga kebebasan berekspresi. Hal tersebut diperinci oleh Daeng (2017) yang menyatakan bahwa *smartphone* memungkinkan setiap orang untuk saling terhubung satu dengan yang lain tak terbatas apapun dan sebanyak 61% masyarakat Indonesia memiliki *smartphone*.

Smartphone seakan menjadi suatu kebutuhan pokok bagi masyarakat modern khususnya untuk remaja. Hal tersebut berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2020) yang menyatakan bahwa remaja masih menjadi pengguna terbanyak *smartphone*. Pengguna *smartphone* paling banyak adalah usia 19 sampai dengan 34 tahun yaitu dengan persentase 49,52 %. Individu dengan usia tersebut menghabiskan waktu selama 8 jam 51 menit perharinya bagi satu warga Indonesia (Ramadhan, 2018). Tingginya penggunaan

smartphone di era modern saat ini dapat menjadi masalah karena penggunaanya tidak dibatasi oleh waktu yang akan berdampak pada ketergantungan (Ramaita, et. al., 2019). Penggunaan *smartphone* yang berlebih merupakan salah satu pemicu munculnya perilaku *phubbing*.

Phubbing diartikan sebagai tindakan menghina individu lain karena terlalu berfokus kepada *smartphone* selama berinteraksi dengan individu tersebut. Remaja hingga orang dewasa sekarang ini lebih memilih aktif dan asik dengan *smartphone* yang dimilikinya saat sedang berkomunikasi sehingga mengabaikan lawan bicaranya. Ridho (2019) menegaskan *phubbing* lahir dari *phone and snubbing*, yang artinya telepon dan menyinggung. Hal ini menggambarkan perbuatan menghina seseorang di lingkungan sekitar karena terlalu fokus dengan *smartphone*-nya. Individu pada situasi tersebut bersikap tidak peduli dengan individu lain yang sedang berkomunikasi dengannya tetapi lebih memilih peduli dengan *smartphone* di genggamannya. Biasanya individu yang berperilaku *phubbing* merupakan bentuk pelarian dari ketidaknyamanan di keramaian atau biasa disebut *awkward silent*. Youarti & Hidayah (2018) mengemukakan bahwa orang yang mengalami kecanduan akan lupa pada waktu dan tidak lagi menghiraukan keadaan di sekitarnya serta tidak menghargai orang lain yang ada di dekatnya.

Berbicara masalah *phubbing*, Youarti & Hidayah (2018) menyatakan bahwa Indonesia menjadi urutan ke 11 sebagai negara dengan jumlah *phubbing* terbanyak di dunia mencapai 3.706.811 jiwa. Data tersebut mengindikasikan bahwa sebagian penduduk Indonesia mengalami *phubbing*. *Phubbing* tidak hanya dialami oleh orang dewasa tetapi juga dialami oleh remaja. Remaja cenderung memiliki

ketertarikan yang lebih untuk selalu mengoperasikan *smartphone* daripada berinteraksi dengan lingkungan sosial sehingga remaja lebih sering mengalami fenomena *phubbing* (Ratnasari,2020). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Raharjo (2021) menunjukkan bahwa sebesar 68,9% siswa di SMA Negeri X Tenggarong mengalami *phubbing* pada kategori sangat tinggi. Hal tersebut senada dengan hasil penelitian Taufiq, et al (2020) bahwa sebesar 51% siswa di SMA Negeri 34 Jakarta mengalami *phubbing* pada kategori yang tinggi.

Permasalahan tentang *phubbing* juga terjadi pada siswa di SMA Negeri 2 Banguntapan. Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 2 Banguntapan, diperoleh hasil bahwa sebagian siswa bersikap abai ketika guru menjelaskan materi pembelajaran, bahkan siswa juga tetap memainkan *smartphone*-nya ketika berbicara dengan teman maupun guru. Tidak hanya itu, sebagian siswa lebih memilih berdiam diri di dalam kelas untuk bermain *smartphone* dibandingkan dengan bersosialisasi dengan teman-temannya. Diketahui bahwa *smartphone* tidak hanya digunakan untuk kepentingan pembelajaran saja namun siswa menggunakan *smartphone* untuk membuka media sosial, *selfie* dan bermain *games*.

Siswa yang memiliki tugas utama belajar, sudah semestinya terbebas dari *phubbing*. *Phubbing* yang dialami siswa jika tidak mendapatkan perhatian serius akan berdampak pada segala aspek kehidupan siswa. Dampak tersebut antara lain siswa menjadi malas untuk berinteraksi dengan teman maupun orang lain karena merasa cukup dengan kehadiran *smartphone* sehingga menghilangkan rasa solidaritas dan hormat terhadap sesama (Firdaus, 2015). Abivian (2022) juga

menambahkan dampak lainnya adalah siswa akan cenderung tidak peduli dengan lingkungannya (*nirempati*), sulit menyesuaikan diri, hilangnya kesadaran tanggung jawab sebagai pelajar serta akan memunculkan konflik sosial, baik dengan teman sebaya, guru maupun orang lain.

Individu yang mengalami *phubbing* tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah faktor situasional. Faktor situasional terdiri dari beberapa penyebab yang mengarah pada penggunaan *smartphone* yang membuat individu merasa nyaman secara psikologis dalam menghadapi situasi yang membuatnya kurang nyaman, faktor situasional ini meliputi stress, kesedihan, kesepian, dan kecemasan (Lestari 2020).

Salah satu faktor yang cukup terlihat pada siswa sekarang ini ialah faktor kesepian yang membuat mereka lebih suka berkomunikasi melalui *smartphone* dibandingkan dengan komunikasi secara langsung. Individu yang merasa kesepian akan terlibat dalam berbagai aktivitas melalui *smartphonenya* sehingga cenderung tidak bisa berjauhan dari *smartphonenya*. *Smartphone* memberikan kenyamanan melalui berbagai fitur dan kecanggihan yang tersedia di dalamnya sehingga dapat mengurangi kesepian seseorang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Bian & Leung (2015) bahwa penggunaan *smartphone* berlebih yang membuat seseorang abai dengan lingkungan sekitarnya juga dipengaruhi oleh faktor kesepian (*loneliness*). Penelitian yang dilakukan Karadag (2016) pada 9 mahasiswa Turki menunjukkan bahwa mereka lebih sering menggunakan *smartphone* ketika merasa kesepian. Subjek penelitian tersebut menganggap bahwa melalui *smartphone* akan membantu meringankan perasaan kesepian yang dialaminya. Dengan demikian, kesepian

mendorong penggunaan *smartphone* yang dapat membentuk kecenderungan perilaku *phubbing*.

Kesepian (*loneliness*) didefinisikan sebagai perasaan kehilangan dan ketidakpuasan yang dihasilkan karena ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diinginkan dengan jenis hubungan sosial yang dimiliki (Peplau, 1981). Gierveld (2006) menambahkan bahwa kesepian (*loneliness*) merupakan situasi yang dialami individu dimana adanya kekurangan kualitas hubungan tertentu yang tidak menyenangkan atau tidak dapat diterima sehingga jumlah hubungan yang ada lebih kecil daripada yang diinginkan atau diterima. Kehidupan sosial yang tidak sesuai harapan dan kondisi emosional yang belum stabil dapat menimbulkan munculnya perasaan kesepian yang kemudian dari perasaan kesepian itu muncul indikasi pengalihan, salah satunya dengan sibuk bermain *smartphone*. Faktor yang memengaruhi kesepian (*loneliness*) salah satunya yaitu faktor psikologis yang mengakibatkan adanya perasaan hampa dan perasaan terisolasi dari lingkungan sosial. Individu yang merasa kesepian karena kurang memiliki keterampilan sosial dalam berinteraksi dengan orang lain dapat mengalihkan diri dengan menggunakan *smartphone* untuk bersosialisasi.

Berbicara mengenai kesepian, Kasin & Steven (2014) menyatakan kelompok remaja dan dewasa awal merupakan kelompok paling kesepian dibandingkan kelompok dari usia lainnya. Hal tersebut senada dengan penelitian yang dilakukan Sagita & Darmawan (2020) yang menunjukkan data bahwa tingkat kesepian (*loneliness*) pada remaja berada pada kategori yang cukup tinggi yaitu 47%, kategori tinggi 10%, dan kategori sangat tinggi yaitu 1,7%. Selain itu Benner &

Graham (2009) mengemukakan bahwa rasa kesepian yang dialami oleh remaja meningkat selama masa transisi ke SMA, yaitu dari tahun pertama ke tahun kedua. Penelitian lain menunjukkan bahwa sebesar 42% siswa di SMA X Bandung mengalami kesepian dengan kategori tinggi dan 38% siswa lainnya mengalami kesepian dengan tingkat rendah (Yulianti & Kusdianti, 2019).

Permasalahan mengenai kesepian, juga dialami oleh sebagian siswa di SMA Negeri 2 Banguntapan. Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 2 Banguntapan, diperoleh hasil bahwa sebagian dari siswa mengalami kesepian yang dicirikan dengan adanya perasaan inferior, kecemasan, menarik diri dari lingkungan, siswa yang memilih bermain *smartphone* daripada bersosialisasi dengan teman-temannya, dan perasaan tidak berharga karena faktor orangtua yang sibuk bekerja. Orangtua yang sibuk bekerja, kurang dalam memberikan perhatian dan memenuhi kebutuhan sosial anaknya, sehingga membuat anak menggunakan *smartphone* sebagai pengalihan dari adanya rasa kesepian yang terjadi pada mereka. Penggunaan *smartphone* yang berlebih berpengaruh pada sikap abai terhadap lingkungan sekitarnya. Hal ini disebabkan karena siswa merasa sudah terbiasa dengan keadaan sepi sehingga membuatnya bergantung dengan *smartphone*.

Melalui *smartphone* siswa merasa telah mendapatkan kebutuhan yang tidak diterima dari orangtua dan lingkungannya. Kebutuhan itu meliputi kebutuhan akan perhatian, pengakuan, dan apresiasi. Melalui *smartphone*, siswa mendapatkan kebutuhannya dari *like* dan *comment*, yang secara tidak langsung memberikan apresiasi untuk individu tersebut. Hal ini yang membuat siswa merasa tidak

mebutuhkan orang lain lagi dalam hidupnya karena apa yang mereka butuhkan sudah dipenuhi oleh kehadiran *smartphone*.

Kesepian yang dialami siswa jika tidak mendapatkan perhatian serius, akan berdampak pada munculnya beberapa konflik. Konflik yang terjadi diantaranya yaitu konflik pribadi, konflik dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Kesepian yang dialami siswa dapat menjadi predictor munculnya depresi dan penyebab timbulnya gangguan fisik serta mental yang menyebabkan gangguan pemenuhan kebutuhan dasar seperti istirahat, tidur, makan, dan sosial (Mushtaq, 2014).

Russel (1996) mengemukakan ada tiga aspek *loneliness* (kesepian), yaitu *personality*, *social desirability*, dan *depression*. Individu yang merasa kesepian, ia akan cenderung mengalihkan dirinya untuk menggunakan *smartphone* sebagai sarana untuk bersosialisasi dengan teman-teman lainnya, misalnya melalui media sosial atau aplikasi *chatting*. Hal ini memberikan dampak yang cukup besar bagi individu itu sendiri dimana intensitas perasaan sendiri dan kesepian (*loneliness*) akan memberikan pengaruh terhadap sikap abai terhadap lingkungan sekitarnya (*phubbing*). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Mumpuni (2022) yang menunjukkan terdapat hubungan positif antara *loneliness* dengan *phubbing* yang artinya faktor kesepian mampu mendorong penggunaan *smartphone* secara berlebihan sehingga abai terhadap lingkungan sekitar. Penyebabnya ketika individu yang kesepian gagal dalam melakukan interaksi sosial, individu tersebut memilih untuk berinteraksi dan berekspresi melalui *smartphonenya* yang pada akhirnya memunculkan perilaku abai (*phubbing*).

Rahardjo., et al (2020) menyatakan bahwa individu yang mengalami kesepian cenderung lebih memilih komunikasi secara *online* karena merasa nyaman dan menikmati kebebasan berekspresi serta berpendapat. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan pada individu yang kesepian ditujukan sebagai sarana dalam pengungkapan diri dan menjadi cara dalam mengurangi perasaan kesepian itu sendiri. Oleh sebab itu, banyak individu yang kesepian akan mengalihkan dunianya pada *smartphone* dan akan memberikan pengaruh pada sikap abai pada lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa *phubbing* dan *loneliness* (kesepian) adalah dua permasalahan yang saat ini terjadi di kalangan generasi muda. Faktor kesepian yang terjadi pada remaja memungkinkan seseorang melakukan *phubbing*. Hal ini dikarenakan banyak siswa merasa kesepian dan mengalihkan rasa kesepiannya kepada *smartphone*. Penggunaan *smartphone* yang berlebih akan memberikan dampak terhadap banyaknya remaja yang bersikap acuh atau tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya karena terlalu fokus bermain *smartphone*.

Keterikatan pada penggunaan *smartphone* ini dapat terlihat pada saat sekelompok siswa remaja sedang berkumpul bersama dalam satu tempat, dimana frekuensi sekelompok remaja berbincang-bincang secara langsung lebih rendah karena menggunakan *smartphonanya* masing-masing (Prayudi, 2014). Hal yang sama juga terlihat saat kegiatan belajar dan mengajar dimana banyak siswa yang sibuk dengan *smartphone*-nya saat guru menjelaskan materi pembelajaran. Perilaku menggunakan *smartphone* tersebut membuat teman–teman dan orang yang berada

di sekitarnya terabaikan sehingga yang diabaikan pun menjadi turut menggunakan *smartphone*. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan riset yang berjudul “Pengaruh *Loneliness* terhadap *Phubbing* pada siswa SMA Negeri 2 Banguntapan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang muncul pada siswa SMA Negeri 2 Banguntapan, antara lain

1. Sebagian siswa SMA Negeri 2 Banguntapan merupakan individu pengguna aktif *smarthphone* yang menunjukkan gejala *phubbing*. Hal tersebut ditandai dengan:
 - a. Sebagian siswa tidak peduli ketika guru menjelaskan materi di kelas karena mengoperasikan *smartphone*-nya.
 - b. Sebagian siswa terlihat lebih memilih berdiam diri sambil mengoperasikan *smartphone* di kelas dibandingkan bermain dan bersosialisasi dengan teman-temannya ketika istirahat.
 - c. Sebagian siswa berbicara dengan orang lain sambil mengoperasikan *smartphonenya*.
 - d. Sebagian siswa berbicara dengan orang lain tanpa menatap matanya karena fokus mengoperasikan *smartphonenya*.
2. Sebagian siswa SMA Negeri 2 Banguntapan merupakan siswa yang kedua orangtuanya sibuk bekerja sehingga siswa mengalami kesepian. Hal ini ditandai dengan sebagian siswa memiliki perasaan inferior, sering mengalami

kecemasan, menarik diri dari lingkungan, dan adanya perasaan tidak berharga.

3. Sebagian siswa SMA Negeri 2 Banguntapan mengalami kesepian dan mengalihkannya pada *smartphone*.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka permasalahan ini dibatasi pada tingginya *loneliness* yang dialami siswa SMA Negeri 2 Banguntapan sehingga menyebabkan tingginya perilaku *phubbing*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah, maka dalam penelitian ini dirumuskan permasalahan “Apakah terdapat pengaruh *loneliness* terhadap *phubbing* pada siswa SMA Negeri 2 Banguntapan?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh *loneliness* terhadap *phubbing* pada siswa SMA Negeri 2 Banguntapan.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah bahan kajian teoritis mengenai keterkaitan antara *loneliness* dan *phubbing*.

2. Manfaat Praktis

a. Sekolah

Hasil penelitian yang sudah dilaksanakan diharapkan menjadi bahan pertimbangan dalam pelaksanaan pendidikan secara formal di sekolah agar mampu menciptakan sekolah yang bebas *phubbing* dengan memperhatikan salah satu faktor penyebabnya, yaitu *loneliness* (kesepian).

b. Guru Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian, guru bimbingan dan konseling dapat mengambil langkah yang tepat sebagai upaya intervensi dalam meminimalisir tingkat *loneliness* pada siswa sehingga dapat menekan tingginya perilaku *phubbing* pada siswa.

c. Siswa

Penelitian ini diharapkan menjadi wadah bagi siswa untuk membangun kesadaran mengenai diri sendiri sehingga siswa dapat melakukan tindakan preventif secara mandiri agar tidak mengalami *loneliness* dan *phubbing* maupun secara sadar meminta bantuan profesional di sekolah untuk mengatasi permasalahan tersebut.

d. Orangtua

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pertimbangan bagi orangtua untuk melakukan pembatasan penggunaan *smartphone* pada siswa ketika berada di rumah. Selain itu, orangtua dapat membangun komunikasi dan hubungan yang lebih dekat dengan anak agar anak tidak merasa kesepian.

e. Peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan riset dalam skala yang lebih luas agar dapat secara praktis dijadikan sebagai bahan pertimbangan. Menyusun program layanan bimbingan dan konseling yang tepat untuk mengatasi *loneliness* dan *phubbing*.