

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi yang cepat dan pesat dalam bidang komunikasi serta informasi hingga saat ini telah memberikan berbagai macam dampak bagi kehidupan manusia. *Smartphone* merupakan satu bukti yang dapat dilihat dari perkembangan teknologi informasi dan komunikasi. Hadirnya *smartphone* tentu memudahkan manusia untuk berinteraksi tanpa terbatas jarak yang jauh serta dapat mengakses informasi menggunakan internet dengan bebas. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dalam hasil surveynya menunjukkan bahwa pada tahun 2024 sebanyak 221.563.479 jiwa dari total populasi warga Indonesia 278.696.200 menggunakan internet secara aktif dan jika dipresentasikan data tersebut mencapai angka 79,5%. Angka ini meningkat 1,4% dari tahun sebelumnya yaitu 78,19%. (APJII.or.id, 2024). Data lain yang dikutip dari kompas.com menyebutkan bahwa penduduk Indonesia menggunakan *smartphone* aktif sebanyak 345 juta perangkat, hal tersebut tentu melampaui jumlah total populasi warga Indonesia yang berjumlah 278,69 juta jiwa berdasarkan data Badan Pusat Statistik. Artinya, kemungkinan seseorang dapat menggunakan lebih dari satu *smartphone*. (Kompas.com, 2023)

Pengguna *smartphone* yang berlebihan merupakan individu yang intens menggunakannya selama lebih dari 6 jam per hari dapat dikatakan sebagai kecanduan *smartphone* (Musharyadi & Febriyanti, 2024). Penggunaan *smartphone* yang terus meningkat setiap tahunnya memberikan banyak dampak bagi seluruh kalangan masyarakat salah satu contohnya adalah mahasiswa. Mahasiswa termasuk kalangan masyarakat yang cukup adaptif terhadap perkembangan teknologi. Mereka sering melakukan berbagai kegiatan menggunakan *smartphone* yang terhubung dengan internet mulai dari mengakses materi belajar, bermain *game*, aktif bermain media sosial, dan lain-lain. Bahkan mahasiswa menggunakan *smartphone* sebagai media dalam pembentukan identitas diri karena kecanggihannya mampu digunakan untuk mengeksplorasi informasi dengan proses yang mudah serta cepat (Khairunnisa & Nursanti, 2024). Namun, hal ini menyebabkan sebagian mahasiswa menjadi tidak bijak dalam menggunakan *smartphone* yang dimilikinya (Y. E. Putri dkk., 2022). Hasil survey Badan Pusat Statistik (BPS) periode 2016-2020 menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki presentase sebesar 95,3% dalam penggunaan internetnya, presentasi tersebut merupakan yang paling besar daripada siswa Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, maupun Sekolah Menengah Atas.

Kemudahan yang dirasakan oleh penggunaan *smartphone* secara berlebihan akan menimbulkan sebuah masalah (Mulyati & Frieda, 2019). Penggunaan *smartphone* secara intens dan terus meningkat dapat menyebabkan fokus mereka terhadap lingkungan sosial semakin berkurang, fenomena seperti ini dikenal sebagai *phubbing*. *Phubbing* yakni akronim dari kata *phone snubbing*, terkait perilaku seseorang yang lebih memilih fokus terhadap *smartphone* selama menjalin komunikasi dengan orang lain dan melarikan diri dari komunikasi interpersonal (Karadağ dkk., 2015). Individu akan disebut melakukan *phubbing* ketika fokus pada ponselnya lebih dari 3 menit dibandingkan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018a).

Permasalahan *phubbing* ini merupakan fenomena yang terjadi di berbagai kalangan. *Phubbing* yang terjadi pada kalangan remaja di Surabaya dan Jakarta menurut hasil observasi dan wawancara Damayanti & Arviani (2023) membagi informan ke dalam dua kategori yaitu, informan yang sengaja ataupun tidak dalam melakukan *phubbing*. Sedangkan, kategori kedua adalah informan yang gemar bermain *smartphone* sehingga terpaksa harus menggunakan smartphonenya. Selanjutnya, hasil observasi analitik yang dilakukan Rosdiana & Hastutiningtyas (2020) kepada 92 responden generasi Z mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa sebagian besar memiliki perilaku *phubbing* yang tinggi. Kemudian perilaku *phubbing* pada orang dengan usia muda memiliki kecenderungan yang lebih tinggi dalam berperilaku *phubbing* dalam hal ini adalah mahasiswa (Siregar, 2024). Mahasiswa yang berperilaku *phubbing* akan memiliki keterlibatan aktivitas akademik yang rendah di kampusnya. Mahasiswa yang *phubbing* membuat proses belajar menjadi tidak maksimal karena mahasiswa lebih fokus kepada *smartphone* daripada penjelasan materi dari dosennya.

Hasil observasi yang dilakukan dalam penelitian selama masa perkuliahan dan pembelajaran semester 6 pada bulan April - Agustus 2024 di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung saat mata kuliah Kode Etik Psikologi terdapat 16 dari 37 mahasiswa yang lebih sering menggunakan *smartphone* dibandingkan teman yang sedang melakukan presentasi didepan kelas. Hal tersebut mengakibatkan mahasiswa ditegur secara langsung oleh dosen pengampu mata kuliah tersebut. Lalu perilaku *phubbing* terlihat ketika mata kuliah Psikologi Sunda yang berlangsung pada tanggal 13 Juni 2024, terdapat 12 dari 28 mahasiswa tidak memperhatikan rekan yang sedang memberikan penjelasan materi didepan kelas dan lebih memilih menggunakan *smartphone* nya lebih dari 5 menit.

Selain itu, pada saat kegiatan Pembekalan Magang dan Seminar tanggal 27 September 2024 sebagian besar mahasiswa lebih fokus dengan *smartphone* nya dibandingkan mendengarkan pengisi acara yang memberikan materi dalam kegiatan tersebut. Perilaku tersebut juga ditemukan pada tanggal 14 Mei 2024 di lingkungan Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung terdapat beberapa mahasiswa yang lebih fokus terhadap *smartphone* nya ketika sedang berkumpul dan berdiskusi dengan temannya. Dilihat dari hasil observasi tersebut maka dilakukan penyebaran kuesioner untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.

Peneliti juga yang melakukan studi awal dengan menggunakan kuesioner yang disebarakan pada tanggal 22 – 30 Mei 2024 kepada 60 mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung, hasil yang didapatkan yaitu sebanyak 57 dari 60 responden mengaku tidak dapat jauh dari *smartphone* nya dalam jangka waktu yang lama. Kemudian 45 dari 60 menyatakan pernah menghindari lawan bicaranya secara langsung dan cenderung memilih berkomunikasi melalui *smartphone*. Sedangkan 35 dari 60 responden merasa tidak nyaman jika ditegur oleh orang lain karena terlalu fokus pada *smartphone* nya. Dan 56 dari 60 responden merasa bersalah jika mengabaikan orang lain atau lawan bicaranya karena terlalu fokus pada *smartphone* nya, namun tetap melakukannya. Apabila dilihat dari hasil studi awal tersebut maka perilaku yang ditunjukkan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung sesuai dengan ciri-ciri perilaku *phubbing* menurut (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018a). Dari hasil studi awal yang dilakukan dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang memilih fokus pada *smartphonenya* karena merasa kurang nyaman dengan lawan bicara dan menjadikan *smartphone* sebagai pelarian atas ketidaknyamanan tersebut, tidak memiliki energi dan malas untuk berinteraksi langsung dengan orang lain, bahkan merasa kurang percaya diri ketika harus berkomunikasi langsung.

Phubbing memiliki dampak negatif bagi pelaku maupun penerima perilaku tersebut. Farkhah dkk. (2023) menyatakan bahwa dampak dari perilaku *phubbing* meliputi kondisi kesehatan fisik, kondisi psikis/mental, dan sosial. Pada kesehatan fisik antara lain, adanya keluhan nyeri kepala dan mata, otot leher bahkan hingga otot bagian wajah yang terasa tegang. Sedangkan pada psikis/mental diantaranya adalah merasa terhina, menurunnya kepuasan hubungan, dan kecemasan. Kemudian dampak sosial yang dirasakan akibat perilaku *phubbing* diantaranya, gangguan interaksi sosial, mengurangi kualitas komunikasi dengan lawan bicara, dan berkurangnya hubungan dengan orang lain.

Pada mahasiswa intensitas penggunaan *smartphone* yang cukup tinggi akan mengakibatkan munculnya prokrastinasi akademik dan perilaku *phubbing* (Syifa, 2020). Selain itu, interaksi sosial yang dibangun oleh mahasiswa akan berkurang dengan adanya perilaku *phubbing*, bahkan pada beberapa mahasiswa interaksi virtual melalui media sosial dengan menggunakan *smartphone* justru lebih menarik (Sutisna dkk., 2020). Kemudian, dalam penelitian yang dilakukan Yusnita & Syam (2017) ditemukan bahwa terdapat perilaku *phubbing* pada mahasiswa yang diakibatkan penggunaan *smartphone* berlebihan dan hal tersebut berpengaruh signifikan terhadap interaksi sosial. Semakin tinggi penggunaan *smartphone* yang menyebabkan perilaku *phubbing* akan berdampak pula pada kesulitan menjalin interaksi sosial. Dalam hal ini diketahui juga bahwa seseorang merasa terganggu ketika lawan bicaranya lebih fokus pada *smartphone* terlebih jika dilakukan sepanjang percakapan berlangsung. Selain itu, Margaretha & Gina (2023) dalam penelitiannya menemukan bahwa perilaku *phubbing* yang terjadi pada mahasiswa aktif Universitas Bhayangkara Jakarta Raya memiliki hubungan yang signifikan dengan *smartphone addiction*. Penelitian lain menyebutkan bahwa perilaku *phubbing* mahasiswa terlihat berdasarkan hasil pengamatan di lingkungan kampus, dimana mereka lebih fokus kepada *smartphone* dibandingkan mendengarkan lawan bicaranya (Anami dkk., 2021).

Berdasarkan fenomena dan dampak negatif yang ditimbulkan karena perilaku *phubbing*, maka penelitian ini mengangkat tema *phubbing* untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* pada mahasiswa. Faktor-faktor perilaku *phubbing* berdasarkan penelitian sebelumnya antara lain yaitu perilaku adiktif, *Fear of Missing Out* (FOMO), kepribadian dan *self control*. Namun pada penelitian ini hanya akan fokus terhadap kepribadian dan *self control* sebagai faktor yang berpengaruh terhadap perilaku *phubbing*. Menurut Balta, dkk (2020) menyatakan studi dalam literatur yang membahas faktor kepribadian dalam perilaku *phubbing* masih kurang. Sedangkan menurutnya, kepribadian dapat membentuk bagaimana individu berpikir, merasakan emosi, bahkan bertidak dalam situasi tertentu. Salah satu teori kepribadian yang paling umum digunakan dalam penelitian yang berhubungan dengan perilaku masyarakat ketika berinteraksi sosial adalah *The Big Five Personality* (Baraka, 2024)

Penelitian Parmaksız (2021) menemukan adanya hubungan antara *the big five personality* dan perilaku *phubbing*. Dijelaskan bahwa antara *neuroticism* dan *openness* dengan *phubbing* memiliki hubungan yang positif. Namun, antara tipe kepribadian *conscientiousness* dan *agreeableness* dengan *phubbing* menghasilkan hubungan negatif. Sedangkan antara *phubbing*

dengan tipe kepribadian *extraversion* justru tidak terdapat hubungan yang signifikan. Selain itu ditemukan juga dalam penelitian lain bahwa *neuroticism* memberikan pengaruh yang signifikan dan positif terhadap perilaku *phubbing*, sedangkan *conscientiousness* memberikan pengaruh yang signifikan dalam menurunkan perilaku *phubbing* (Erzen dkk., 2021). Artinya, semakin tinggi individu yang memiliki tipe kepribadian *neuroticism* maka semakin tinggi pula perilaku *phubbingnya*. Sebaliknya, semakin tinggi individu yang memiliki tipe kepribadian *conscientiousness* maka semakin rendah perilaku *phubbing* yang dimilikinya.

Kemudian terdapat pula penelitian serupa yang dilakukan oleh Jihan & Rusli (2019) terhadap generasi millennial yang memperlihatkan bahwa tipe kepribadian *agreeableness* berpengaruh secara signifikan dengan arah yang negatif terhadap perilaku *phubbing*. Semakin tinggi *agreeableness* yang dimiliki seseorang maka akan semakin rendah perilaku *phubbing* yang dilakukannya begitupun sebaliknya. Namun, pada penelitian Sanjaya (2022) dengan subjek generasi Z menemukan bahwa tipe kepribadian yang berpengaruh positif terhadap *phubbing* adalah *openness to experience*, *agreeableness*, *extraversion*, dan *neuroticism*. Sedangkan *conscientiousness* tidak berpengaruh terhadap perilaku *phubbing*.

Kepribadian yang ada dalam setiap individu akan menjadi pembeda antara satu individu dengan individu lainnya. Menurut Rosito (2018) kepribadian merupakan sifat yang relatif menetap pada individu sehingga mendorong individu tersebut dalam berperilaku. Sedangkan menurut Simanullang (2021) kepribadian adalah hasil kolaborasi antara genetik dan pengaruh lingkungan yang membuat individu memiliki karakteristik tertentu dalam menunjukkan identitasnya melalui perilaku, pemikiran, dan emosi. Goldberg (1992) membagi lima tipe kepribadian yakni *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness* dan *neuroticism*.

Meskipun kepribadian dapat memengaruhi perilaku *phubbing* hal tersebut tentu dapat dicegah ketika mahasiswa mampu mengontrol dirinya dari perilaku yang dapat menimbulkan dampak negatif. Berdasarkan hasil studi awal penelitian diketahui bahwa 19 mahasiswa memilih fokus terhadap *smartphone* dibandingkan berkomunikasi dengan lingkungan sosialnya hal tersebut dapat disebabkan karena mereka tidak dapat mengontrol perilakunya. Seperti salah satu pendapat yang disampaikan oleh responden “E” ia merasa bahwa seharusnya ia bisa mengontrol diri agar tetap fokus terhadap lawan bicaranya dibandingkan fokus dengan *smartphone*. Pendapat serupa disampaikan oleh responden “K.N” yang menyebutkan bahwa seharusnya ia bisa merespon lawan bicaranya, namun terkadang dirinya kesulitan mengendalikan diri sehingga lebih memilih

smartphonenya. Chotpitayasunondh & Douglas (2018b) menyatakan bahwa perilaku *phubbing* yang memiliki ketergantungan pada *smartphone* membutuhkan pengendalian diri dalam penanganannya.

Perilaku tersebut sebenarnya dapat dihindari ketika mahasiswa memiliki kemampuan untuk mengendalikan dirinya untuk memilih stimulus yang ada. Sesuai dengan penelitian Andriani, dkk (2019) yang memaparkan bahwa jika individu mempunyai kendali diri yang tinggi maka ia dapat mengendalikan diri dari stimulus yang ada sesuai dengan kebutuhannya. Tangney, dkk (2004) menjelaskan mengenai kemampuan individu dalam mengubah respon internal, dan dapat menghentikan kecenderungan perilaku yang tidak sesuai serta menahan diri agar tidak melakukan tindakan atas kecenderungan tersebut dikenal sebagai *Self-Control*. Kontrol diri atau *self-control* berdasarkan pendapat Averill (1973) didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam mengubah perilaku, mengelola informasi yang diinginkan dan tidak, dan kemudian memilih tindakan yang didasari oleh keyakinan. *Self-control* atau kontrol diri juga dijelaskan berdasarkan kemampuan dalam membimbing dan menekan tingkah laku individu (Kurnia, 2020)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Permata, dkk pada tahun 2023 diketahui bahwa *self-control* memiliki hubungan negatif dan berkorelasi tinggi dengan perilaku *phubbing*. *Self-control* berfungsi sebagai pengendalian diri individu apabila semakin tinggi pengendalian dirinya maka semakin kecil pula perilaku *phubbing* individu tersebut. Kemudian penelitian itu didukung oleh Khairunnisa & Nursanti (2024) dalam penelitiannya menghasilkan bahwa kontrol diri pada mahasiswa mempunyai hubungan negatif yang kuat dan signifikan terhadap perilaku *phubbing*. Sehingga perilaku *phubbing* akan berkurang jika mahasiswa memiliki kontrol diri yang tinggi dan begitu juga sebaliknya. Penelitian serupa juga menghasilkan temuan yang sama bahwa antara *phubbing* dan *self-control* memiliki hubungan negatif signifikan pada dewasa awal (U. L. N. Putri, dkk. 2024). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurnia (2020) yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dan perilaku *phubbing* pada remaja. Namun, bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Isrofin & Munawaroh (2022) menyebutkan bahwa *self-control* tidak terbukti secara signifikan sebagai prediktor dari perilaku *phubbing* sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang memengaruhi perilaku *phubbing*.

Penelitian mengenai kepribadian dan kontrol diri telah dilakukan oleh O’Gorman & Baxter (2002) dan menghasilkan bahwa tipe kepribadian *conscientiousness* berkorelasi signifikan dengan

self-control. Kemudian penelitian mengenai kepribadian dan kontrol diri juga dilakukan oleh De Vries & Van Gelder (2013) kepada mahasiswa dengan menggunakan dua skala *self control* yang berbeda yaitu skala Grasmick dan skala Tangney. Skala Grasmick menghasilkan bahwa *self-control* memiliki hubungan yang lebih kuat dengan sifat *honesty-humility* dan *conscientiousness*, sedangkan yang menggunakan skala Tangney menunjukkan hubungan yang kuat antara *self-control* dengan *conscientiousness* saja.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mao, dkk (2018) pada konteks budaya Tiongkok menyatakan tipe kepribadian yang berhubungan positif terhadap *self control* adalah *openness to experience*, *conscientiousness*, *agreeableness*, dan *extraversion*. Namun kepribadian *neuroticism* memiliki hubungan yang negatif dengan *self control*. Lalu, Zhang, dkk (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara *neuroticism*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan *extraversion* dengan *self control*. Nilsen, dkk (2024) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa tipe kepribadian *neuroticism* berkorelasi negatif dengan semua dimensi *self-control*, artinya semakin tinggi *neuroticism* yang dimiliki individu maka semakin rendah *self-control* yang dimilikinya. Sedangkan tipe kepribadian *extraversion*, *conscientiousness*, *openness to experience*, dan *agreeableness* berkorelasi positif dengan semua dimensi *self-control*. Maknanya, individu yang memiliki tipe kepribadian *extraversion*, *conscientiousness*, *openness to experience*, dan *agreeableness* yang tinggi maka memiliki *self-control* yang tinggi pula.

Dilihat dari penjelasan diatas meskipun sudah terdapat beberapa penelitian yang meneliti hubungan dari variabel serupa yaitu *the big five personality*, *self-control*, dan *phubbing* namun masih ditemukan hasil yang inkonsisten. Kemudian masih terdapat keterbatasan penelitian secara khusus yang menganalisis mengenai pengaruh *the big five personality* terhadap perilaku *phubbing* yang menggunakan *self-control* sebagai variabel mediator. Sehingga penelitian ini dirancang agar dapat berkontribusi dalam memberikan jawaban dan menjelaskan faktor-faktor yang menyebabkan perilaku *phubbing* mahasiswa serta dapat memberikan implikasi praktis dalam penanganan masalah tersebut. Oleh karena penelitian ini dirancang dengan judul “Pengaruh *The Big Five Personality* terhadap Perilaku *Phubbing* Mahasiswa dengan *Self-Control* sebagai Mediator”

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah *self control* dapat memediasi pengaruh *the big five personality* terhadap perilaku *phubbing* mahasiswa?
2. Apakah *the big five personality* memiliki pengaruh langsung terhadap perilaku *phubbing* mahasiswa?
3. Apakah *the big five personality* memiliki pengaruh langsung terhadap *self control* mahasiswa?
4. Apakah *self control* memiliki pengaruh langsung terhadap perilaku *phubbing* mahasiswa?

Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah diatas maka penelitian ini memiliki tujuan yaitu:

1. Menguji peran *self control* dalam memediasi pengaruh *the big five personality* terhadap perilaku *phubbing* mahasiswa
2. Menguji pengaruh langsung *the big five personality* terhadap perilaku *phubbing* mahasiswa
3. Menguji pengaruh langsung *the big five personality* terhadap *self control* mahasiswa
4. Menguji pengaruh langsung *self control* terhadap perilaku *phubbing* mahasiswa

Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam aspek teoritis maupun praktis, antara lain seperti:

Kegunaan teoritis

Dalam aspek teoritis penelitian ini diharapkan dapat menambahkan ilmu pengetahuan baru dalam bidang ilmu Psikologi Sosial, Psikologi Kepribadian, dan Perilaku Manusia dan Teknologi. Kemudian penelitian ini juga diharapkan dapat berkontribusi dalam pembaharuan ilmu pengetahuan mengenai perilaku *phubbing* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung beserta penyebab psikologisnya.

Kegunaan praktik

Selain kegunaan teoritis, penelitian ini diharapkan dalam memiliki kegunaan praktis bagi penelitian selanjutnya agar dapat dijadikan landasan bagi para peneliti lain dalam melakukan pengembangan penelitian serupa dalam rangka menemukan faktor-faktor lain yang dapat menjadi pengaruh pada perilaku *phubbing* pada mahasiswa. Kemudian bagi lembaga pendidikan ini

diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi dan pertimbangan bagaimana akademisi dapat mencegah dan mengatasi perilaku *phubbing* pada mahasiswa agar tidak mengganggu proses pembelajaran.

