

Abstrak

Smartphone merupakan inovasi dalam bidang komunikasi yang memberikan berbagai kemudahan. Namun, penggunaan yang tidak bijak dapat mengganggu kualitas interaksi sosial. Salah satu dampaknya adalah munculnya fenomena *phubbing*, yaitu perilaku mengabaikan orang lain dalam interaksi sosial karena lebih fokus pada *smartphone*. Fenomena ini umum terjadi di kalangan mahasiswa dalam berbagai situasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self control* dan *boredom proneness* terhadap perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain kausalitas. Subjek penelitian berjumlah 380 mahasiswa angkatan 2021-2024 yang dipilih melalui teknik *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi *Brief Self Control Scale* (Tangney dkk., 2004) untuk mengukur *self control*, *A Short Boredom Proneness Scale* (Struk dkk., 2015) untuk mengukur *boredom proneness*, dan *Generic Scale of Phubbing* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018a) untuk mengukur perilaku *phubbing*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self control* dan *boredom proneness* secara simultan berpengaruh terhadap perilaku *phubbing*. Temuan ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut secara bersama-sama berkontribusi dalam menjelaskan kecenderungan mahasiswa melakukan *phubbing*.

Kata Kunci : kontrol diri, boredom proneness, phubbing, mahasiswa.

Abstrak

Smartphones are innovations in the field of communication that offer various conveniences. However, unwise use may disrupt the quality of social interactions. One consequence is the emergence of phubbing, a behavior in which individuals ignore others in social settings and focus more on their smartphones. This phenomenon is commonly found among university students in various situations. This study aims to examine the influence of self control and boredom proneness on phubbing behavior among students of UIN Sunan Gunung Djati Bandung. The research employed a quantitative approach with a causal design. The participants consisted of 380 students from the 2021-2024 cohorts, selected through accidental sampling. The instruments used in this study were the Brief Self Control Scale (Tangney dkk., 2004) to measure self control, A Short Boredom Proneness Scale (Struk dkk., 2015) to measure boredom proneness, and the Generic Scale of Phubbing (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018a) to measure phubbing behavior. The results showed that self control and boredom proneness simultaneously influenced phubbing behavior. These findings indicate that both variables collectively contribute to explaining students tendency to engage in phubbing.

Kata Kunci : self control, boredom proneness, phubbing, college student.