

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi yang pesat telah membawa perubahan yang sangat cepat dan mendasar bagi kehidupan sosial. Biasanya, perkembangan tersebut dapat dilihat dari fase revolusi industri yang sedang dihadapi. Menurut *Cambridge Dictionary* (2017), revolusi industri didefinisikan sebagai periode waktu ketika pekerjaan lebih banyak dilakukan menggunakan mesin di pabrik dibanding secara manual di rumah. Hal itu tentu akan mempermudah selesainya suatu pekerjaan.

Saat ini, kita sedang berada di fase revolusi industri 4.0. Fase revolusi industri 4.0 dibangun atas tiga fase transformasi teknologi sebelumnya. Pertama, tenaga uap, yang merupakan kekuatan transformatif pada abad ke-19; kedua, listrik, yang bertransformasi pada abad ke-20; dan ketiga, komputer, yang muncul pada awal tahun 1970-an (Cordes & Stacey, 2017, seperti dikutip dalam Morrar, Arman, & Mousa, 2017). Adapun revolusi industri 4.0 ditandai dengan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, seperti *Cyber-Physical System (CPS)*, *Internet of Thing (IoT)*, dan *Big Data*.

Dalam konteks kehidupan sosial, hadirnya revolusi industri 4.0 telah memudarkan batasan jarak dan waktu. Manusia dapat saling terhubung satu sama lain secara cepat. Mereka dapat mengetahui berbagai informasi secara luas dan global. Hal itu ditunjang oleh seperangkat alat digital, seperti ponsel pintar, internet, dan data.

Ponsel pintar dengan “kepintarannya” dan internet dengan jaringan yang dibentuknya kian menjamur di masyarakat. Kedua alat tersebut berkembang pesat bagaikan arus yang tak dapat dibendung. Hampir setiap tahun, ponsel pintar selalu hadir dalam versi terbaru yang semakin canggih. Begitupun dengan internet, yang kecepatannya semakin lama semakin tinggi. Sehingga kita sering melihat orang-orang di sekitar kita tak pernah luput dari penggunaan ponsel pintar beserta internetnya.

Perkembangan ponsel pintar dan internet sejalan dengan persentase penggunaannya. Berdasarkan data Hootsuite & We Are Social (2019), pada tahun 2019, pengguna *unique mobile* (ponsel pintar) di dunia berjumlah 5,112 milyar dan pengguna internet di dunia berjumlah 4,388 milyar. Adapun pengguna *mobile subscription* (ponsel pintar) di Indonesia berjumlah 355,5 juta orang atau setara dengan 133% dari jumlah populasi penduduk. Dan pengguna internet aktif di Indonesia berjumlah 150 juta orang yang setara dengan 56% dari populasi seluruh penduduk. Dengan demikian, hampir dipastikan setiap orang di era digital ini tidak terlepas dari penggunaan ponsel pintar dan internet.

Mobilitas ponsel pintar dan akses internet yang begitu mudah menjadikan setiap orang dapat menggunakan keduanya dimana dan kapan saja. Ponsel pintar dan internet bagaikan satu kesatuan, yang dengan serangkaian fitur di dalamnya membuat hidup seseorang menjadi lebih praktis. Siapapun bisa berkomunikasi, bertukar informasi, membaca buku digital, mendengarkan musik bahkan berbelanja secara *online* dengan ponsel pintar. Kemudahan yang ditawarkan

tersebut, pada akhirnya, menjadikan ponsel pintar dan internet sebagai gaya hidup baru setiap orang.

Aktivitas yang dapat dilakukan dengan mudah oleh seseorang menggunakan ponsel pintar telah membawanya pada keterlenaan. Sebagaimana fenomena saat ini yang memperlihatkan keterikatan pengguna dengan ponsel pintar hingga membuat dirinya mengabaikan hubungan sosial. Orang menjadi lebih sibuk dengan ponsel pintarnya dibanding membangun hubungan secara langsung dengan lingkungan sekitarnya. Hal tersebut diperkuat dengan data bahwa 87% remaja lebih suka berkomunikasi melalui pesan dibanding komunikasi tatap muka (Haigh, 2015).

Fenomena individu yang memainkan ponsel pintar saat berinteraksi dengan orang lain dan mengabaikan komunikasi interpersonal yang sedang dilakukan disebut sebagai *phubbing* (Karadağ, dkk., 2015). Istilah *phubbing* termuat dalam *Macquerie Dictionary* yang terdiri dari dua kata, yaitu *phone* dan *snubbing* (menolak). Perilaku tersebut menunjukkan sikap tidak sopan dan pengabaian terhadap orang yang berkomunikasi dengan pelaku *phubbing* dikarenakan ia lebih memilih lingkungan virtual dibanding kehidupan nyata.

Berdasarkan observasi dan wawancara dari tanggal 8-16 April 2019, yang dilakukan oleh peneliti di Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, ditemukan bahwa 33 mahasiswa yang tersebar ke dalam 4-5 kelompok, rata-ratanya, yakni 4 dari 7 mahasiswa dalam suatu kelompok tersebut melakukan *phubbing*. Mereka memainkan ponsel pintar saat berinteraksi dengan anggota-anggota kelompoknya. Hal itu menunjukkan bahwa terdapat fenomena *phubbing*

di lingkungan kampus UIN Sunan Gunung Djati. Alasan-alasan yang dikemukakan oleh para mahasiswa untuk menggunakan ponsel pintar saat berada dalam interaksi sosial adalah terdapat urusan lain yang lebih mendesak, mengecek informasi dan notifikasi, dan terdapat obrolan yang menyinggung dirinya.

Selain itu, dari data wawancara juga diperoleh daftar aplikasi yang dimainkan oleh mahasiswa selama melakukan *phubbing*, yaitu WhatsApp, Instagram, Chrome, Wattpad, Webtoon, Game, Line, Youtube, dan Twitter. Penggunaan aplikasi-aplikasi tersebut mencakup ke dalam dimensi *phubbing* apabila digunakan secara berlebihan. Karadağ, dkk., (2016) mengemukakan bahwa *phubbing* merupakan fenomena multidimensi, yakni terdiri dari adiksi terhadap ponsel pintar, adiksi terhadap internet, adiksi terhadap media sosial, dan adiksi terhadap *game*.

Peningkatan *phubbing* dipengaruhi oleh kecanduan terhadap penggunaan ponsel, internet, media sosial, *game*, dan *facebook* (Błachnio & Przepiorka, 2018; Karadağ, dkk. 2015, seperti dikutip dalam Balta, Emirtekin, Kircaburun, & Griffiths, 2018). Ketika seseorang menggunakan ponsel pintar secara berlebihan serta memainkan media sosial dan atau *game* sehingga ia tidak bisa lepas dari pemakaian jaringan internet, maka ia dapat dengan mudah melakukan *phubbing* di mana saja.

Penelitian lain menunjukkan bahwa penggunaan ponsel pintar oleh *phubber* (orang yang melakukan *phubbing*) adalah wujud pelarian dari perasaan tidak nyaman berada dalam keramaian (*awkward silent*) (Youarti & Hidayah, 2018). Adapun ketergantungan terhadap media sosial yang termuat di dalam ponsel

pintar dipengaruhi oleh kecemasan sosial (Azka, Firdaus, & Kurniadewi, 2018). Kedua hal itu senada dengan apa yang peneliti temukan pada wawancara awal. Mahasiswa sebagai responden mengaku bahwa mereka merasa bosan dengan obrolan yang tidak lagi menarik atau canggung terhadap situasi yang dihadapi. Situasi tersebut membuatnya bingung harus berbuat apa dan cenderung memilih untuk diam. Akhirnya, mereka memainkan ponsel pintar dan media sosial untuk menghindari kecemasan sosial dan perasaan canggung karena tidak memiliki kedekatan dengan lawan bicara.

Konsekuensi atau dampak dari perilaku *phubbing* cenderung dialami oleh orang yang diabaikan oleh pelaku *phubbing* dalam konteks situasi sosial. Beberapa dampak yang ditimbulkan dari *phubbing* meliputi menurunnya kualitas komunikasi dan kepuasan hubungan (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018), depresi (Roberts & David, 2016), dan perasaan cemburu dalam hubungan antar pasangan (Hanna, Olga, Isabelle, & Annika, 2016). Peneliti menemukan fenomena di lapangan, yaitu mahasiswa yang mengungkapkan bahwa ketika ada orang lain yang melakukan *phubbing* kualitas komunikasi secara langsung menjadi berkurang.

Faktor yang mempengaruhi *phubbing* sebagai *antecedent event* maupun dampak yang ditimbulkan dari *phubbing* sebagai konsekuensi merupakan hal yang tak terpisahkan dari perilaku *phubbing*. *Phubbing* menjadi penting untuk dihindari karena dapat merusak hubungan interpersonal. Untuk menghindari dampak yang ditimbulkan dari *phubbing*, maka perlu dipahami apa faktor yang mempengaruhinya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hanika (2015), latar belakang orang melakukan *phubbing* ialah adanya motif ketergantungan terhadap ponsel pintar. Rasa ketergantungan tersebut menunjukkan bahwa seseorang tak ingin tertinggal dari hal-hal yang memungkinkan orang lain bisa melakukannya melalui ponsel pintar. Apabila ia tidak menggunakan ponsel pintarnya, ia akan merasakan cemas dan gelisah.

Dari sudut pandang teori, rasa ketakutan akan ketinggalan hal-hal yang dilakukan oleh orang lain diistilahkan dengan *Fear of Missing Out* (FoMO). Menurut Intelligence (2012, seperti dikutip dalam Hetz, Dawson, & Cullen 2015), FoMO adalah ketakutan dimana orang lain memiliki hal-hal yang tidak dimiliki oleh seorang individu. Przybylski, Murayama, Dehaan, dan Gladwell (2013) mengungkapkan *Fear of Missing Out* (FoMO) merupakan rasa takut seseorang bahwa orang lain akan mendapatkan pengalaman yang lebih berharga ketika dirinya tidak ada, dengan karakteristik berupa keinginan untuk terus menerus terhubung dengan apa yang dilakukan orang lain. Dalam konteks penggunaan ponsel pintar dan media sosial, FoMO dapat diidentifikasi sebagai ketakutan akan kehilangan kabar atau hal-hal terbaru dan aktual (*update*).

Beberapa penelitian menunjukkan hubungan yang erat antara FoMO sebagai prediktor perilaku *phubbing* secara tidak langsung. FoMO berperan sebagai mediator dalam peningkatan kebutuhan untuk menjadi bagian maupun popularitas yang terkait peningkatan penggunaan Facebook (Beyens, Frison, & Eggermont, 2016). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fuster, Chamarro, dan Oberst (2017), FoMO berkorelasi dengan sejumlah jaringan sosial *online* dan semua

indikator penggunaannya serta dengan kecanduan ponsel. Individu yang memiliki perasaan FoMO terhadap hal-hal yang tersedia dalam ponsel pintar yang ditunjukkan oleh orang lain dapat memicu dirinya untuk melakukan *phubbing* dengan atau tanpa sadar saat berada dalam situasi sosial.

Rasa takut kehilangan akan sesuatu yang lebih baik yang dialami oleh orang lain menjadikan individu ingin terus terikat dengan ponsel pintarnya, dimana ponsel selalu ada dalam genggamannya. Penelitian lain menunjukkan bahwa FoMO merupakan salah satu hal selain kecemasan dan kebutuhan akan sentuhan yang berkorelasi dengan penggunaan ponsel pintar bermasalah (Elhai, Levine, Dvorak, & Hall, 2016). Dari uraian tersebut, dapat diketahui bahwa FoMO berkorelasi dengan kecanduan ponsel pintar, internet maupun media sosial sebagaimana ketiga hal tersebut merupakan dimensi perilaku *phubbing*.

Selain faktor rasa takut akan ketinggalan (FoMO), peneliti menemukan fungsi psikologis lainnya, yaitu empati. Dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan beberapa keadaan terkait empati yang dirasakan oleh orang yang melakukan *phubbing* (*phubber*) maupun *phubbed* seperti merasa tidak hadir dalam interaksi, kurangnya rasa kepedulian, dan kurangnya memperhatikan maupun menerima perhatian.

Taufik (2012) mengemukakan bahwa empati merupakan aktivitas yang melibatkan pemahaman individu terhadap apa yang dirasakan dan dipikirkan oleh orang lain disertai dengan kontrol. Empati memungkinkan individu untuk memahami maksud orang lain, memprediksi perilaku mereka dan mengalami emosi yang dipicu oleh emosi mereka (Baron-Cohen & Wheelwright, 2004).

Menurut Colbert, Yee, dan George (2016), kehadiran media sosial memungkinkan individu untuk fokus terhadap diri sendiri sehingga mengakibatkan kualitas koneksi interpersonal yang rendah tanpa adanya keterlibatan pemahaman individu akan perspektif maupun perasaan orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Misra, dkk. (2014, seperti dikutip dalam Hanna, Olga, Isabelle, & Annika, 2016) menunjukkan bahwa komunikasi tatap muka yang menyertai fenomena *phubbing* memiliki kualitas yang lebih rendah dan kurangnya empati. Hal itu dikuatkan oleh fenomena mahasiswa yang mengatakan bahwa *phubbing* telah menjauhkan yang dekat dan merasa hubungan pertemanan menjadi kurang harmonis. Dari beberapa penelitian tersebut, diperoleh bahwa empati yang dimiliki oleh individu dapat mempengaruhi terjadi atau tidaknya *phubbing*.

Fenomena *phubbing* kemungkinan besar dilakukan oleh generasi muda dikarenakan kemudahan penggunaan ponsel pintar serta kesesuaian antara usia dan pengetahuan dalam mengoperasikannya. Asumsi tersebut diperkuat dengan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2018 yang menunjukkan bahwa penetrasi pengguna internet kelompok usia 15-19 tahun sejumlah 91% dan kelompok usia 20-24 tahun sejumlah 88,5%. Salah satu elemen yang tak luput dari pengguna ponsel pintar ialah mahasiswa, yang menggunakan ponsel pintar selain untuk memenuhi kebutuhan perkuliahan pun dapat menggunakannya sebagai hiburan; *chatting* dan *game*. Hal itu senada dengan hasil survei APJII tahun 2018 bahwasanya penetrasi pengguna internet yang sedang kuliah (mahasiswa) sejumlah 92,6% (APJII, 2019).

Penggunaan berlebihan terhadap ponsel pintar dapat menjerumuskan mahasiswa terhadap perilaku *phubbing*. Terlebih koneksitas yang serba cepat maupun gaya hidup modern telah membuat mahasiswa merasa ketergantungan sekaligus ketakutan akan terpisah dari ponsel pintar. Mahasiswa yang melakukan *phubbing* kemungkinan dapat merusak kualitas hubungannya, padahal mahasiswa mempunyai peranan penting dalam tatanan sosial sebagai agen perubahan.

Berkuliah di Perguruan Tinggi Islam, mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati sepatutnya memiliki rasa empati. Hal itu sebagai wujud implementasi pengetahuan dan pembelajaran nilai-nilai dasar ajaran Islam mengenai *hablumminallah* dan *hablumminannas*. Dari prinsip *hablumminannas*, mahasiswa mengamalkan tanggung jawab terhadap sesamanya dengan berempati. Dengan demikian, peneliti menduga bahwa mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung memiliki empati yang tinggi dan dapat berperan dalam menentukan terjadi atau tidaknya *phubbing*.

Berdasarkan uraian tersebut, penulis berpendapat penelitian tentang faktor yang mempengaruhi *phubbing* penting untuk dilakukan. Hal ini akan menjadi upaya untuk menghindari dampak yang ditimbulkan dari *phubbing*. Sebelumnya, tidak ditemukan penelitian mengenai *phubbing* yang dipengaruhi oleh *Fear of Missing Out*. Namun, faktor tersebut secara tidak langsung dapat mempengaruhi terjadinya *phubbing*. Adapun empati memiliki hubungan dengan *phubbing* dan peneliti mengasumsikan bahwa faktor empati penting untuk diteliti di UIN Sunan Gunung Djati, yang para mahasiswanya patut memiliki akhlak sosial. Oleh karena

itu, peneliti tertarik untuk mengangkat fenomena ini menjadi sebuah penelitian yang berjudul “Pengaruh *Fear of Missing Out* terhadap *Phubbing* dengan Empati sebagai Variabel Moderator”.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka peneliti membuat rumusan masalah, yaitu: “Apakah *Fear of Missing Out* (FoMO) Berpengaruh terhadap *Phubbing* dengan Empati sebagai Variabel Moderator pada Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung?”.

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan secara empiris pengaruh *Fear of Missing Out* (FoMO) terhadap *phubbing* dengan empati sebagai variabel moderator pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

1. Secara teoretis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teoretis bagi disiplin ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi sosial mengenai fenomena *phubbing* yang dipengaruhi oleh *Fear of Missing Out* (FoMO) dengan empati berperan sebagai moderator hubungan keduanya.
2. Secara praktis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan acuan kepada mahasiswa mengenai faktor penyebab *phubbing*, yaitu *Fear of Missing Out* dengan arah hubungan keduanya dipengaruhi oleh empati. Selain

itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi data dan informasi bagi penelitian selanjutnya.

