

LAYAR MEMISAHKAN: STUDI FENOMENA PHUBBING SEBAGAI INDIKATOR PATOLOGI SOSIAL MODERN

Shofiyatun Naja¹, Khadijah²

shofiya.naja12@gmail.com¹, uchykhadijah@gmail.com²

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

ABSTRAK

Penelitian ini membahas tentang terjadinya fenomena phubbing yang terindikasi sebagai patologi sosial modern dan sering kali terjadi pada kalangan mahasiswa. Adanya perilaku yang konsumtif terhadap smartphone mengalihkan pandangan seseorang dari pentingnya membangun relasi dan komunikasi sosial yang baik dengan orang lain, sehingga hal tersebut menjadi penyakit sosial yang terjadi dan jarang orang lain sadari. Seseorang akan lebih terfokus pada smartphone hingga cenderung mengabaikan dan mengacuhkan orang disekitarnya, seakan tidak menghargai interaksi sosial terhadap sesama. Sebagaimana pengertiannya, phubbing berasal dari kata phone (smartphone, fokus pada gadget) dan snubbing (mengacuhkan atau tidak menghargai). Demikian tujuan dari riset adalah untuk mengetahui studi komparasi fenomena phubbing yang dianggap sebagai patologi sosial modern, ataukah hanya sebatas dampak negatif secara general yang terjadi karena perkembangan teknologi. Adapun artikel ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus dan teknik pengumpulan data secara observasi dan wawancara untuk menyimpulkan bahwa efektifitas phubbing dapat dijadikan sebagai indikator terjadinya patologi sosial modern yang terjadi pada kalangan mahasiswa. Hasil penelitian menyatakan bahwa: 1) Perilaku konsumtif terhadap smartphone menjadikan seseorang ketergantungan, 2) Orientasi respon pasif merupakan bentuk pengucilan (penghinaan) saat interaksi sosial antar kalangan mahasiswa, 3) Adanya pengaruh yang signifikan antara perilaku phubbing terhadap interaksi sosial pada mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang kompleks antara fenomena phubbing dengan interaksi sosial, salah satunya adalah semakin tinggi tingkat perilaku phubbing maka semakin rendah intensitas interaksi sosial hingga dapat membentuk indikator terjadinya patologi sosial modern.

Kata Kunci: Studi Fenomenologi, Phubbing, Patologi Sosial.

ABSTRACT

This study discusses the occurrence of the phubbing phenomenon which is indicated as a modern social pathology and often occurs among students. The existence of consumer behavior towards smartphones diverts a person's view from the importance of building good social relationships and communication with others, so that it becomes a social disease that occurs and is rarely realized by others. A person will be more focused on their smartphone until they tend to ignore and ignore the people around them, as if they do not appreciate social interaction with others. As its meaning, phubbing comes from the word phone (smartphone, focus on gadgets) and snubbing (ignore or not appreciate). Thus the purpose of the research is to find out the comparative study of the phubbing phenomenon which is considered a modern social pathology, or is it only a general negative impact that occurs due to technological developments. This article is a qualitative research with a case study approach and data collection techniques through observation and interviews to conclude that the effectiveness of phubbing can be used as an indicator of the occurrence of modern social pathology that occurs among students. The results of the study stated that: 1) Consumer behavior towards smartphones makes someone dependent, 2) Passive response orientation is a form of exclusion (insult) during social interactions between students, 3) There is a significant influence between phubbing behavior and social interactions in students. Based on the results of the study, it can be concluded that there is a complex influence between the phubbing phenomenon and social interactions, one of which is that the higher the level of phubbing behavior, the lower the intensity of social interactions, which can form an indicator of the occurrence of modern social pathology.

Keywords: *Phenomenological Study, Phubbing, Social Pathology.*

PENDAHULUAN

Perkembangan pesat teknologi saat ini menimbulkan perubahan interaksi sosial dan komunikasi sehingga seseorang tidak lagi menyesuaikan dirinya dengan lingkungan nyata, namun justru setiap individu lebih berfokus pada penyesuaian dunia maya. Rasa nyaman yang dirasakan dari perkembangan teknologi komunikasi sekarang lebih identik dengan dunia maya, sementara jiwa sosialnya semakin lemah karena merasa tidak memerlukan bantuan orang lain jika menginginkan sesuatu cukup dengan teknologi sebagai solusinya. Salah satu teknologi yang cukup populer saat ini adalah *smartphone*. (Masruroh, 2014)

Berdasarkan hasil riset yang dilakukan oleh Prasetyo (2017), ditemukan adanya pengaruh yang signifikan dari penggunaan *smartphone* terhadap rasa empati dengan sampel hasil observasi studi naratif (5 orang mahasiswa kampus setempat). Dari riset tersebut, dapat dikuatkan oleh Horman (2017) bahwa rasa empati termasuk faktor yang mempengaruhi seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya, sehingga semakin tinggi realitas penggunaan *smartphone* seseorang maka semakin rendah rasa empati yang dimilikinya. Saat ini siapapun tidak bisa lepas dari penggunaan *smartphone* yang dinilai mempermudah seseorang untuk berkomunikasi satu dengan yang lain, akan tetapi nyatanya hal tersebut sering melalaikan mereka dengan dampak negatifnya, yaitu munculnya perilaku *Phubbing*.

Menurut Haigh (dalam *yoursrti*, dkk, 2018), *phubbing* merupakan singkatan kata dari *phone* dan *snubbing*. Artinya menunjukkan sikap acuh tak acuh dengan lawan bicara atau orang di sekitarnya dan penggunaan *smartphone* berlebihan yang menjadi penyebab, sehingga seseorang merasa terganggu dan tidak dihargai karena tidak diperhatikan. Oleh karena itu, munculnya fenomena *phubbing* yang semakin banyak dilakukan tanpa disadari ini termasuk dalam patologi sosial, sebagian besar orang tentu merasa terganggu dan tidak nyaman dengan hal tersebut.

Fenomena *phubbing* tersebut terindikasi sebagai salah satu bentuk indikator adanya patologi sosial modern. Adanya perilaku seseorang yang konsumtif terhadap *smartphone* mengalihkan pandangan seseorang dari pentingnya membangun relasi dan komunikasi sosial yang baik dengan orang lain, sehingga hal tersebut menjadi penyakit sosial yang terjadi dan jarang orang lain sadari. Bahkan sebagian banyak orang tidak lagi merasa tabu, aneh, atau sungkan jika harus disibukkan dengan *smartphone* nya ketika sedang makan bersama atau berkumpul dengan keluarga. Akhirnya munculnya kehidupan lingkungan adalah mendekatkan yang jauh dan menjauhkan yang dekat tidak terpungkiri. Demikian, munculnya riset data sebelumnya yang menjadi bukti konkrit dari keterkaitan fenomena *snubbing* dengan patologi sosial menjadi sebab tertariknya penulis untuk melakukan riset dan penelitian lebih lanjut akan hal tersebut.

Adapun rumusan masalah yang dikaji dalam penelitian ini adalah: 1) Apa efektifitas perilaku konsumtif terhadap *smartphone*, 2) Apa dampak respon pasif saat terjadi interaksi sosial pada kalangan mahasiswa, 3) Adakah pengaruh yang signifikan terhadap perilaku *phubbing* dengan proses interaksi sosial pada mahasiswa. Berdasarkan rumusan masalah, maka dapat ditemukan tujuan utama dari penelitian adalah untuk mengetahui kajian komparasi atau perbandingan perilaku *phubbing* terjadi hanya sebagai bentuk dampak negatif dari perkembangan teknologi pada umumnya atau memang dapat dikategorikan sebagai salah satu indikator terjadinya patologi sosial modern.

Phubbing sebagai bentuk perilaku yang awal mula dianggap dengan kewajaran, namun ternyata memberikan dampak yang begitu kompleks terhadap proses interaksi sosial. Signifikasinya terletak pada dampaknya yang meluas terhadap lingkungan sekitar (mahasiswa khususnya) bahkan hingga tatanan masyarakat secara komprehensif. Salah satu

dampak paling nyata dari phubbing adalah degradasi kualitas interaksi sosial. Yaitu ketika individu lebih memilih untuk menatap dan memperhatikan layar ponsel dari pada terlibat dalam percakapan tatap muka, sehingga ikatan sosial yang ada menjadi semakin renggang dan berjarak. Kepercayaan dan empati merupakan pondasi terbentuknya hubungan interpersonal yang baik, namun ketika hal tersebut tidak ada maka muncul perasaan kesepian, terisolasi serta perasaan tersinggung dan terhina karena merasa tidak dihargai.

Perilaku phubbing merupakan cerminan dari perubahan sosial yang kompleks. Ketergantungan yang berlebihan pada teknologi, tuntutan untuk selalu terhubung, dan budaya instan gratification telah mengubah cara seseorang untuk berinteraksi dengan dunia nyata. Phubbing dianggap semacam mekanisme koping untuk menghindari interaksi sosial yang terkadang dianggap merepotkan atau tidak menyenangkan.

METODOLOGI

Artikel ini mengkaji tentang fenomena phubbing yang dinyatakan sebagai indikator terjadinya patologi sosial modern. Pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus digunakan sebagai acuan penulisan artikel, karena memungkinkan peneliti untuk mengkaji secara mendalam makna dan pengalaman subjek penelitian terkait fenomena phubbing. Studi kasus dipilih karena memungkinkan penelitian untuk lebih fokus pada konteks sosial yang spesifik dimana phubbing terjadi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui observasi dan wawancara. Observasi dilakukan dengan cara FGD atau forum grup discussion dengan kurang lebih 10 mahasiswa FUF dari berbagai prodi. Observasi partisipan dilakukan untuk mengamati secara langsung perilaku phubbing dalam berbagai situasi sosial yang terjadi di lingkungan mahasiswa. Sedangkan wawancara dilakukan dengan 4 informan dari mahasiswa fakultas Ushuluddin dan Filsafat, 2 mahasiswa prodi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dan 2 mahasiswa prodi Aqidah dan Filsafat Islam selama 60 menit. Wawancara dilakukan dengan informan sebagai kunci yang dipilih secara purposive, yaitu individu yang sering melakukan atau mengalami phubbing.

Adapun indikator yang ditemukan dalam perilaku phubbing dalam kajian yang dilakukan oleh peneliti adalah sebagai berikut: 1) Perilaku konsumtif terhadap smartphone, 2) Respon pasif saat interaksi sosial terjadi karena individu lebih fokus pada ponsel atau smartphone, 3) Awal mula phubbing dianggap sebagai kewajiban, namun lama-kelamaan menjadi sebuah kebutuhan primer dan menimbulkan Fear of Missing Out terhadap segala hal di media sosial.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini meliputi panduan observasi dan pedoman wawancara. Panduan observasi berisi daftar perilaku phubbing yang akan diamati, seperti memeriksa ponsel saat berbicara dengan orang lain, mengabaikan lawan bicara, atau lebih fokus pada aspek dunia maya dari pada dunia nyata. Pedoman wawancara disusun berdasarkan kerangka teori dan kajian literatur, serta disesuaikan dengan konteks penelitian.

Kemudian data yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara akan dianalisis secara kualitatif menggunakan teknik analisis tematik. Analisis tersebut dilakukan dengan cara identifikasi pernyataan yang muncul secara berulang dalam data, baik berupa kata, frasa, maupun kalimat. Setelah itu dikelompokkan dan diinterpretasikan untuk membangun pemahaman yang komprehensif tentang fenomena phubbing sebagai indikator patologi sosial modern.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Perilaku Konsumtif Terhadap Smartphone

Perilaku konsumtif terhadap smartphone telah menjadi fenomena yang semakin meluas pada masyarakat modern. Penggunaan smartphone yang berlebihan dan terus-menerus dapat memicu terbentuknya suatu pola perilaku adiktif. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif antara frekuensi penggunaan smartphone, durasi penggunaan, dan tingkat ketergantungan (Endang Fatmawati, 2017). Mekanisme di balik ketergantungan ini melibatkan aktivasi sistem penghargaan otak yang serupa dengan mekanisme adiktif pada zat psikoaktif. Setiap notifikasi atau interaksi dengan smartphone memicu pelepasan dopamin, neurotransmitter yang terkait dengan perasaan senang dan kepuasan.

Ketergantungan pada smartphone memberikan dampak negatif pada berbagai aspek kehidupan individu. Studi empiris menunjukkan bahwa individu yang kecanduan smartphone cenderung mengalami gangguan tidur, penurunan produktivitas, isolasi sosial, dan masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan. Penggunaan smartphone yang berlebihan juga dapat mengganggu hubungan interpersonal, karena individu lebih fokus pada dunia digital daripada interaksi tatap muka.

Kebutuhan akan penerimaan sosial, FOMO (fear of missing out), dan keinginan untuk selalu terhubung dengan dunia maya merupakan beberapa faktor yang mendorong individu untuk terus-menerus menggunakan smartphone. Selain itu, desain aplikasi dan fitur-fitur hadir dan dirancang untuk memicu ketergantungan juga berperan penting. Notifikasi yang terus-menerus, game yang adiktif, dan algoritma yang mempersonalisasi konten merupakan beberapa contoh strategi yang digunakan oleh pengembang aplikasi untuk membuat pengguna semakin sulit untuk melepaskan diri dari smartphone.

Perilaku konsumtif terhadap smartphone menyebabkan ketergantungan karena berkaitan dengan penarikan, intoleransi, perilaku kompulsif dan gangguan fungsional. Hal tersebut dapat berpengaruh pada hubungan interpersonal dan pengembangan kepercayaan, serta gangguan aktifitas sosial lainnya hingga ketidaknyamanan kondisi di sekitarnya.

Terlebih pada kalangan mahasiswa, mereka tidak bisa lepas secara penuh dengan smartphone. Karena segala aktifitas dan informasi perkuliahan 70% berasal dari smartphone sehingga jika tidak membukanya sebentar saja akan tertinggal informasi. Namun hal tersebut bisa diperbaiki (waktu penggunaannya) dengan cara memakainya di waktu dan tempat yang tepat. Karena ketika sedang terjadi interaksi sosial setiap orang cenderung memiliki rasa ingin dihargai dan diperhatikan setiap rentang waktunya untuk memastikan bahwa pola hubungan interpersonal berjalan dengan baik. Oleh karena itu, phubbing terjadi ketika perilaku konsumtif terhadap smartphone melebihi batasan wajar sampai menyebabkan ketergantungan (Ita Musfirowati, 2015).

2) Dampak Respon Pasif saat Terjadi Interaksi Sosial

Saat terjadi interaksi, bentuk komunikasi yang baik yaitu yang dapat mengatur pola interaksi, hal tersebut dapat dilihat dari bahasa tubuh, gerakan mata, ekspresi suara, dan mimik wajah. Sedangkan orientasi yang dilakukan pada orang lain adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan menganggap lawan bicara sebagai pusat perhatian. Sehingga hal itu menunjukkan bahwa tidak adanya komunikasi yang terabaikan.

Perilaku phubbing yang terjadi saat interaksi sosial adalah dengan penarikan kontak mata, atau penghindaran tatapan sebagai bentuk pasif dari pengucilan sosial. Pengucilan sosial yang disebabkan oleh phubbing mengakibatkan terancamnya empat kebutuhan mendasar dan mengarah pada emosional negatif yaitu kebutuhan untuk merasa diinginkan atau dihargai, kebutuhan untuk mempertahankan harga diri, kebutuhan individu untuk pengakuan bahwa keberadaannya bermakna.

Respon pasif seringkali dianggap sebagai cara yang aman untuk menghindari konflik. Namun, dalam konteks interaksi sosial, terutama di lingkungan kampus yang dinamis, respon pasif justru dapat menjadi bentuk pengucilan yang menyakitkan. Ketika seseorang memilih untuk diam, menghindari kontak mata, atau memberikan respons yang minimal terhadap perlakuan tidak menyenangkan, mereka secara tidak langsung memberikan lampu hijau bagi perilaku tersebut untuk berlanjut.

Pengucilan yang terjadi melalui respon pasif lebih sulit teridentifikasi dibandingkan dengan bentuk pengucilan yang lebih terbuka, seperti gosip atau penghinaan langsung. Namun, dampaknya terhadap individu yang menjadi target dapat sama buruknya. Ketika seseorang merasa diabaikan atau tidak dianggap, mereka dapat mengalami penurunan harga diri, perasaan kesepian, dan bahkan depresi. Respon pasif akibat phubbing dapat menciptakan lingkaran setan isolasi. Ketika seseorang terus-menerus mengalami pengucilan, mereka mungkin semakin menarik diri dan menghindari interaksi sosial. Hal ini kemudian dapat memperkuat persepsi negatif dari orang lain, sehingga semakin memperburuk situasi.

Pada perilaku phubbing menyebabkan seseorang merasa terganggu karena terlalu fokus menggunakan smartphonenya saat percakapan sedang berlangsung. Artinya, seseorang dapat merasa tersinggung dengan phubber yaitu orang yang melakukan phubbing. Pada umumnya, masalah penggunaan smartphone yang terjadi adalah ketika seseorang lebih fokus pada smartphonenya dapat menyebabkan dirinya mengacuhkan orang disekitarnya tanpa ia sadari.

3) Pengaruh Perilaku Phubbing Terhadap Interaksi Sosial

Phubbing merupakan tindakan mengabaikan orang lain saat berinteraksi secara tatap muka demi fokus pada perangkat seluler. Fenomena ini semakin marak di kalangan generasi muda, termasuk mahasiswa. Interaksi sosial, di sisi lain merupakan proses pertukaran informasi, ide, dan perasaan antara individu. Dalam konteks mahasiswa, interaksi sosial sangat penting untuk membangun relasi, mengembangkan keterampilan sosial, dan mendukung pembelajaran.

Salah satu dampak paling signifikan dari phubbing adalah terganggunya komunikasi non-verbal. Bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan kontak mata adalah komponen penting dalam komunikasi. Ketika seseorang sibuk dengan ponselnya saat berinteraksi, lawan bicaranya akan merasa tidak dihargai dan kurang diperhatikan. Hal ini dapat merusak hubungan interpersonal dan menghambat terbentuknya ikatan sosial yang kuat.

Phubbing juga dapat menurunkan stabilitas dan kualitas percakapan. Ketika seseorang terus-menerus memeriksa ponselnya selama percakapan, perhatiannya terbagi dan tidak sepenuhnya terfokus pada apa yang sedang dibicarakan. Akibatnya, pesan yang disampaikan tidak dapat diterima dengan baik, dan percakapan menjadi kurang bermakna.

Phubbing menghambat perkembangan kognitif dan emosional mahasiswa. Ketergantungan pada perangkat seluler dapat mengalihkan perhatian dari aktivitas yang lebih produktif dan bermanfaat, seperti membaca, belajar, atau berinteraksi langsung dengan lingkungan sekitar. Selain itu, phubbing juga dapat memicu masalah kesehatan mental, seperti kecemasan, depresi, dan kesepian. Kondisi ini dapat semakin memperburuk kualitas interaksi sosial mahasiswa dan menghambat pencapaian potensi mereka.

Dalam konteks yang lebih luas, phubbing dapat dianggap sebagai salah satu bentuk patologi sosial modern. Patologi sosial merujuk pada suatu kondisi abnormal dalam masyarakat yang dapat mengancam tatanan sosial dan kesejahteraan individu. Phubbing, sebagai perilaku yang menyimpang dari norma sosial yang berlaku, dapat merusak tatanan sosial yang sehat dan harmonis (N.Haig, 2012).

Untuk mengatasi masalah phubbing pada kalangan mahasiswa (khususnya),

diperlukan upaya yang komprehensif. Beberapa upaya yang dapat dilakukan antara lain meningkatkan kesadaran akan dampak negatif phubbing, memberikan edukasi tentang pentingnya interaksi sosial yang berkualitas, mengembangkan keterampilan manajemen waktu, dan menciptakan lingkungan yang mendukung saat interaksi tatap muka. Selain itu, mahasiswa juga dapat melakukan upaya mandiri seperti membatasi penggunaan smartphone, menentukan waktu khusus untuk berinteraksi dengan orang lain, dan mencari kegiatan yang lebih produktif selain bermain smartphone.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka diperoleh kesimpulan bahwa phubbing menjadi sebuah fenomena yang semakin banyak ditemukan pada dunia digital atau modern, hal tersebut memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap stabilitas dan kualitas interaksi sosial. Begitupun phubbing tidak hanya berpengaruh pada individu seseorang, namun juga berdampak pada dinamika kelompok.

Phubbing menciptakan suasana yang kurang nyaman dan mengganggu pada setiap pihak. Oleh karena itu phubbing dapat dikategorikan sebagai indikator terbentuknya patologi sosial modern, sehingga diperlukan upaya kolektif dan kompleks untuk mengatasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aljawi, Abdillah Yafi dan Ahmad Mukhlason. 2011. Jejaring Sosial dan Dampak Bagi Penggunaanya. *Jurnal Ilmiah. Sistem Informasi*. Vol.1. No.1.
- Hanika dan Ita Musfirowati. 2015. Fenomena Phubbing di Era Millennial. *Jurnal Interaksi*. Vol. 4. No. 1.
- Barker, Chris. 2008. *Cultural Studies Teori & Praktik*. Kota Bantul: Kreasi Wacana.
- C.K, Varoth. The Effects of “Phubbing” on Social Interaction. *Journal of Applied Social Psychology*. Vol. 1. No. 3.
- Fatmawati, Endang. 2017. Dampak Media Sosial Terhadap Perpustakaan. *Jurnal Libraria*. Vol. 5. No. 1.
- Chotpitayasunondh, V. and Douglas, K. M. 2016. How “Phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone, *Computers in Human Behavior*. Elsevier Ltd, 63, pp. 9-18. doi: 10.1016/j.chb.2016.05.018.
- Ahmad Alamudi, Farida Syafira Najib. 2019. Sosial Phubbing di Kalangan Mahasiswa Pascasarjana. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol. 6. No. 3.
- Azizi, Abdul. 2019. No Mobile Phone Phobia di Kalangan Mahasiswa Pascasarjana. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. Vol. 6. No. 1.
- Haigh, N. 2012. Diambil kembali dari www.stopphubbing.com
- Indah, Arina. 2016. *Relasi Sosial Mahasiswa yang Menggunakan Smartphone (studi kasus: Mahasiswa/I Ilmu Kesejahteraan Sosial Universitas Sumatera Utara)*. Skripsi. Medan: Universitas Sumatera Utara.