

**HUBUNGAN ANTARA KOMUNIKASI INTERPERSONAL
DAN *FEAR OF MISSING OUT* DENGAN PERILAKU
PHUBBING PADA MAHASISWA UIN
RADEN INTAN LAMPUNG**

SKRIPSI

**SELLY SUSANTI
1831080147**



Program Studi : Psikologi Islam

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI
AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H / 2022 M**

**HUBUNGAN ANTARA KOMUNIKASI INTERPERSONAL
DAN *FEAR OF MISSING OUT* DENGAN PERILAKU
PHUBBING PADA MAHASISWA UIN
RADEN INTAN LAMPUNG**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Melengkapi dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Pada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Oleh :

Selly Susanti
1831080147

Program studi : Psikologi Islam

Pembimbing I : Prof. Dr.M. Afif Anshori, MA
Pembimbing II : Annisa Fitriani, S. Psi, MA

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI
AGAMA UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H / 2022 M**

ABSTRAK

Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dan *Fear Of Missing Out* Dengan Perilaku *Phubbing* Pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung

Oleh :

Selly Susanti

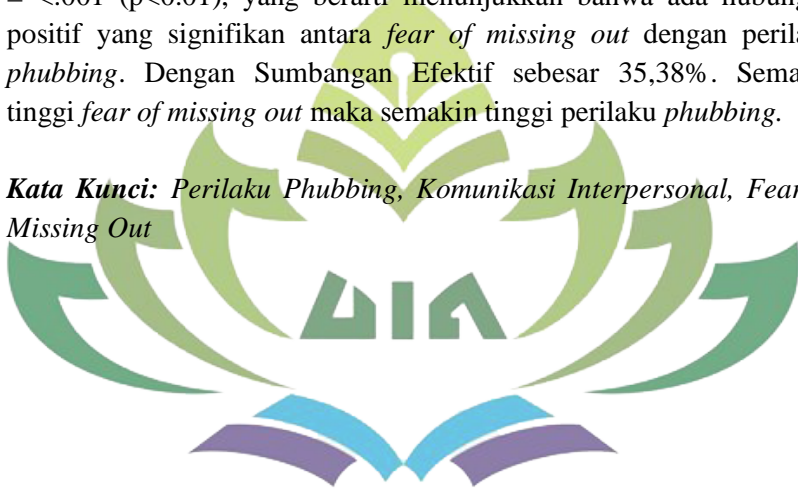
Smartphone telah menyebabkan timbulnya beberapa perubahan pola perilaku masyarakat khususnya pada kaum muda. Individu memiliki dunianya sendiri, bahkan interaksi individu lebih banyak dengan *smartphone* dibanding dengan orang sekitarnya. Individu juga terkadang mengabaikan pembicaraan orang lain karena perhatiannya lebih tertuju kepada *smartphone*. Perilaku itu disebut dengan perilaku *phubbing*. Penelitian ini memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan antara komunikasi interpersonal dan *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung, untuk menganalisis hubungan antara komunikasi interpersonal dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung, dan untuk menganalisis hubungan antara *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung.

Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Prodi Sosiologi Agama Angkatan 2020 dan 2021 yang berjumlah 203 orang. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling* dimana tidak semua populasi mendapatkan kesempatan untuk menjadi subjek, karena didasarkan pada karakteristik tertentu. Dan didapatkan 125 subjek berdasarkan karakteristik yang telah ditetapkan oleh peneliti. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala perilaku *phubbing* sebanyak 18 aitem (Cronbach's $\alpha = 0,784$), skala komunikasi interpersonal sebanyak 17 aitem (Cronbach's $\alpha = 0,854$) dan skala *fear of missing out* sebanyak 15 aitem (Cronbach's $\alpha = 0,840$). Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis regresi berganda yang dibantu oleh *software* JASP versi 0.16.2.0 for windows.

Penelitian menunjukkan beberapa hasil sebagai berikut :

Hasil penelitian pertama menunjukkan ada hubungan positif yang signifikan antara komunikasi interpersonal dan *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing* dengan nilai R sebesar 0,617, dan nilai F sebesar 37,440, dengan taraf signifikan $P < .001$. Dan untuk kedua variabel memberikan Sumbangan Efektif (SE) sebesar 38%. Hasil dengan nilai koefisien korelasi (R_{x_1-y}) = -0,234 dengan $P = 0.009$ ($p < 0.01$), menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara komunikasi interpersonal dengan perilaku *phubbing*. Dengan memberikan Sumbangan Efektif (SE) sebesar 2,66%. Semakin tinggi komunikasi interpersonal maka semakin rendah perilaku *phubbing*. Hasil ketiga dengan nilai koefisien korelasi (R_{x_2-y}) = 0.607 dengan $P = < .001$ ($p < 0.01$), yang berarti menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing*. Dengan Sumbangan Efektif sebesar 35,38%. Semakin tinggi *fear of missing out* maka semakin tinggi perilaku *phubbing*.

Kata Kunci: Perilaku Phubbing, Komunikasi Interpersonal, Fear of Missing Out



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Selly Susanti

NPM : 1831080147

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dan *Fear of Missing Out* dengan Perilaku *Phubbing* pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung” merupakan hasil karya penelitian dan bukan hasil plagiasi, maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 17 Agustus 2022
Yang Menyatakan,



Selly Susanti
1831080147



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI
AGAMA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung Telp.(0721) 783260, 780422

PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dan
Fear of Missing Out Dengan Perilaku Phubbing
Pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung
Nama : Selly Susanti
NPM : 1831080147
Program Studi : Psikologi Islam

MENYETUJUI


Untuk Dimunaqosyahkan dan Dipertahankan dalam Sidang
Munaqosah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam
Negeri Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Pembimbing II


Prof. Dr. M. Afif Anshori, MA

NIP. 196003131989031004


Annisa Fitriani, S.Psi, MA

NIP. 198901120180120001

Mengetahui

Ketua Program Studi Psikologi Islam


Drs. M. Nursalim Malay, M.Si

NIP.196301011999031001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI
AGAMA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Letkol H. Endro Suratmin, Sukarame, Bandar Lampung Telp.(0721) 783260, 780422

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **“Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dan *Fear of Missing Out* Dengan Perilaku *Phubbing* pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung”** disusun oleh Selly Susanti NPM : 1831080147. Program Studi : **Psikologi Islam**. Fakultas : **Ushuluddin dan Studi Agama**, telah dimunaqosahkan pada tanggal :

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua Sidang : **Abdul Qohar, M.Si** (.....)

Sekretaris : **Indah Dwi Cahya Izzati, M.Psi** (.....)

Penguji Utama : **Drs. M. Nursalim Malay, M.Si** (.....)

Penguji Pendamping I : **Prof. Dr. M. Afif Anshori, MA** (.....)

Penguji Pendamping II : **Annisa Fitriani, S.Psi, MA** (.....)

DEKAN

Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama

Dr. Ahmad Isnaeni, MA

NIP. 197403302000031001



MOTTO

وَإِذَا حُيِّئْتُمْ بِهِ بِحَيَّةٍ فَحْيُوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا
كُلُّ شَيْءٍ حَسِيبًا ٨٦

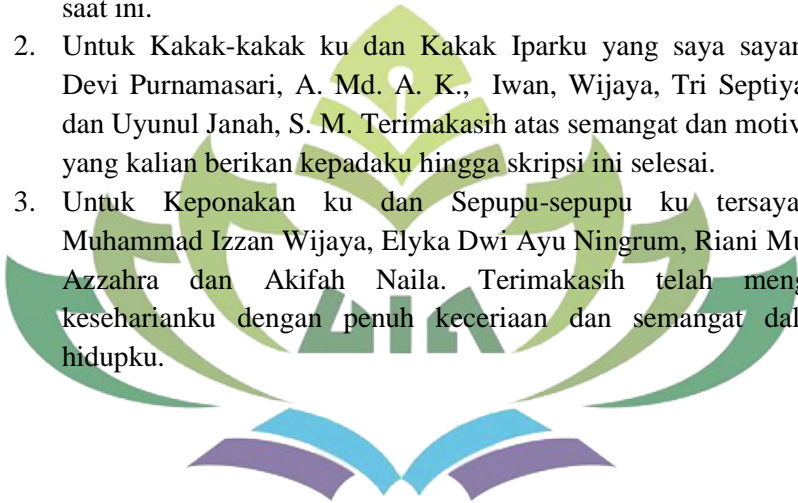
“Apabila kamu diberi penghormatan dengan sesuatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik dari padanya, atau balaslah penghormatan itu (dengan yang serupa). Sesungguhnya Allah memperhitungkan segala sesuatu.” (QS. An-Nisa Ayat 86)



PERSEMBAHAN

Ucapkan syukur tak henti-hentinya saya panjatkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan Izin Allah SWT saya dapat mempersembahkan karya ini kepada orang-orang terkasih dan tersayang. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua Orang Tua saya yang sangat saya hormati dan cintai, Ibu Badawiyah dan Bapak Sahimi, saya persembahkan karya ini kepada kalian yang telah mendidik, merawat, mendoakan serta memberikan kesempatan untuk mendapatkan pendidikan sampai saat ini.
2. Untuk Kakak-kakak ku dan Kakak Iparku yang saya sayangi, Devi Purnamasari, A. Md. A. K., Iwan, Wijaya, Tri Septiyani, dan Uyunul Janah, S. M. Terimakasih atas semangat dan motivasi yang kalian berikan kepadaku hingga skripsi ini selesai.
3. Untuk Keponakan ku dan Sepupu-sepupu ku tersayang, Muhammad Izzan Wijaya, Elyka Dwi Ayu Ningrum, Riani Mutia Azzahra dan Akifah Naila. Terimakasih telah mengisi keseharianku dengan penuh keceriaan dan semangat dalam hidupku.



RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap Selly Susanti, lahir di kota Cilegon pada tanggal 28 Maret 2000. Peneliti merupakan anak terakhir dari 4 bersaudara, putri dari pasangan Bapak Sahimi dan Ibu Badawiyah. Alamat tempat tinggal di Link. Ciwedus Jalan K.H.Undulusi, Kelurahan Ciwedus, Kecamatan Cilegon, Kota Cilegon, Provinsi Banten. Berikut ini adalah riwayat pendidikan peneliti :

1. TKIT Bina Insan Kamil, lulus pada tahun 2006
2. SD Negeri Ciwedus II, lulus pada tahun 2012
3. SMP Negeri 7 Cilegon, lulus pada tahun 2015
4. SMA Negeri 3 Cilegon, lulus pada tahun 2018

Setelah menamatkan pendidikan di SMA Negeri 3 Cilegon tepatnya pada tahun 2018, peneliti terdaftar menjadi mahasiswi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada tahun 2018.



KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillah rabbil'alamiin, puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT, yang telah memberikan segala kenikmatan, ilmu pengetahuan, kemudahan dan petunjuk-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam memenuhi gelar Sarjana Psikologi.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari bahwa skripsi yang ditulis ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga kritik dan saran yang membangun sangatlah di butuhkan untuk kedepannya. Selain itu, terselesainya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan dari pihak-pihak yang turut serta dalam memberikan dukungan secara moril maupun materil. Oleh sebab itu, dengan segala hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. Ahmad Isnaeni, MA selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan dukungan berupa terlaksananya sidang munaqosyah skripsi ini.
2. Bapak Drs. M. Nursalim Malay, M.Si selaku Ketua Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah memberikan arahan serta informasi penting dalam hal perkuliahan dan telah menyetujui skripsi ini untuk disidangkan.
3. Ibu Annisa Fitriani, S.Psi, MA selaku sekretaris prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan arahan serta informasi mengenai perkuliahan dan telah meluangkan waktu serta memperbaiki kekurangan-kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dengan tulus dan sabar.
4. Bapak Prof. Dr. H. M. Afif Anshori, M.Ag selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini dengan penuh kesabaran.

5. Ibu Khoiriya Ulfah, MA selaku Pembimbing Akademik yang selalu memberikan support dan arahan dalam permasalahan perkuliahan dari semester awal hingga semester akhir.
6. Bapak dan Ibu Dosen Penguji skripsi yang telah memberikan masukan untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendidik serta memberikan ilmu kepada peneliti selama perkuliahan.
8. Seluruh Dosen dan Staff Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang membantu peneliti terkait proses administrasi dan memberikan informasi perkuliahan kepada peneliti.
9. Keluarga Besarku yang meberi bantuan, motivasi, nasihat dan doa kepada peneliti sehingga terselesaikannya skripsi ini.
10. Untuk sahabatku sejak awal perkuliahan hingga saat ini Alvida Zulfaini, Fatimah Fitri Annisa dan Uci Budiarti yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membantu dan mendengarkan keluh kesah serta memberikan canda tawa.
11. Keluarga besar Psikologi Islam angkatan 2018 terkhusus kelas B, terimakasih atas kebersamaan selama peneliti menempuh perkuliahan dan saling memberikan dukungan serta bantuan.
12. Kemudian semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan namanya satu per satu yang telah berjasa membantu baik secara moril dan meateril dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti berharap kepada Allah SWT semoga apa yang telah mereka berikan dengan segala kemudahan dan keikhlasannya akan menjadi pahala dan amal yang barokah serta mendapat kemudahan dari Allah SWT. Aamiin.

Bandar Lampung, 17 Agustus 2022

Selly Susanti
1831080147

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	iii
PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN	vi
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Perilaku <i>Phubbing</i>	11
1. Pengertian Perilaku <i>Phubbing</i>	11
2. Aspek-aspek Perilaku <i>Phubbing</i>	12
3. Faktor-faktor Perilaku <i>Phubbing</i>	13
4. Perilaku <i>Phubbing</i> dalam Perspektif Islam	16
B. Komunikasi Interpersonal.....	17
1. Pengertian Komunikasi Interpersonal	17
2. Aspek-aspek Komunikasi Interpersonal.....	18
3. Faktor-faktor Komunikasi Interpersonal	19
C. <i>Fear of Missing Out</i>	21
1. Pengertian <i>Fear of Missing Out</i>	21
2. Aspek-aspek <i>Fear of Missing Out</i>	22

3. Faktor-faktor <i>Fear of Missing Out</i>	22
D. Hubungan antara Komunikasi Interpersonal dan <i>Fear of Missing Out</i> Dengan Perilaku <i>Phubbing</i>	24
E. Kerangka Berfikir	27
F. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Identifikasi Variabel-Variabel dan Definisi Operasional	29
1. Identifikasi Variabel Penelitian	29
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
B. Subjek Penelitian	30
1. Populasi.....	30
2. Teknik Sampling	39
3. Sampel	31
C. Metode Pengumpulan Data.....	31
D. Validitas dan Reliabilitas	36
1. Uji Validitas	36
2. Uji Reliabilitas	36
E. Metode Analisis Data	36
BAB IV PELAKSANAAN PENELITIAN.....	39
A. Orientasi Kacah dan Pelaksanaan Penelitian	39
1. Orientasi Kacah.....	39
2. Persiapan Penelitian	40
3. Pelaksanaan <i>Try Out</i> (Uji Coba Alat ukur)	41
4. Seleksi Aitem dan Reliabilitas Instrumen	42
5. Penyusunan Skala	44
B. Pelaksanaan Penelitian	47
1. Penentuan Subjek Penelitian	47
2. Pelaksanaan Pengumpulan Data.....	47
3. Skoring.....	48
4. Karakteristik Responden	48
C. Analisis Data Penelitian.....	51
1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian	52
2. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian.....	53
3. Uji Asumsi	56

4. Uji Hipotesis	62
5. Sumbangan Efektif.....	64
D. Pembahasan	65
BAB V PENUTUP	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Rekomendasi	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	77



DAFTAR TABEL

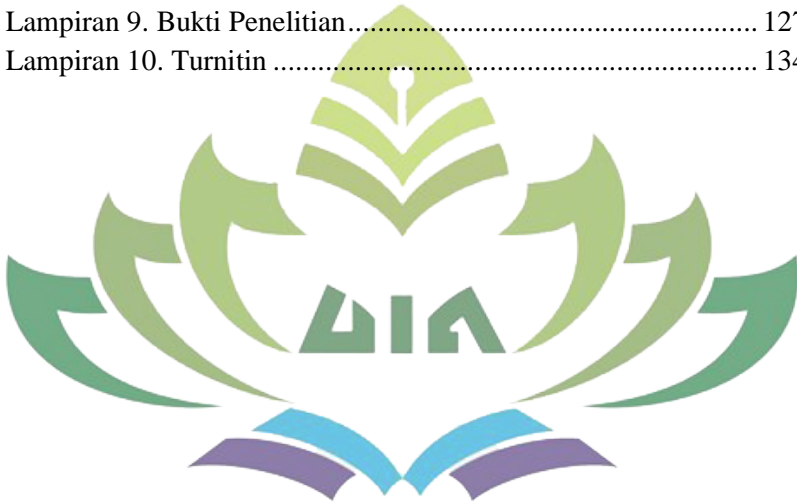
Tabel 1.	Daftar Populasi Penelitian	29
Tabel 2.	Blue Print Skala <i>Phubbing</i>	32
Tabel 3.	Blue Print Skala Komunikasi Interpersonal	34
Tabel 4.	Blue Print <i>Fear of Missing Out</i>	35
Tabel 5.	Hasil Seleksi Aitem Skala Perilaku <i>Phubbing</i> Setelah di Uji Coba.....	42
Tabel 6.	Hasil Seleksi Aitem Skala Komunikasi Interpersonal Setelah di Uji Coba.....	42
Tabel 7.	Hasil Seleksi Aitem Skala <i>Fear of Missing Out</i> Setelah di Uji Coba.....	43
Tabel 8.	Blue Print Skala Perilaku <i>Phubbing</i> Setelah di Uji Coba	44
Tabel 9.	Blue Print Skala Komunikasi Interpersonal Setelah di Uji Coba.....	45
Tabel 10.	Blue Print Skala <i>Fear of Missing Out</i> Setelah di Uji Coba	46
Tabel 11.	Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden.....	47
Tabel 12.	Frekuensi Berdasarkan Angkatan Responden	48
Tabel 13.	Deskripsi Data Penelitian	51
Tabel 14.	Rumus Norma Kategori dengan Tiga Kategori.....	52
Tabel 15.	Kategorisasi Skor Perilaku <i>Phubbing</i>	52
Tabel 16.	Kategorisasi Skor Komunikasi Interpersonal.....	53
Tabel 17.	Kategorisasi Skor <i>Fear of Missing Out</i>	54
Tabel 18.	Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 19.	Hasil Uji Multikolinieritas	61
Tabel 20.	Hasil Uji Hipotesis Pertama.....	62
Tabel 21.	Hasil Uji Hipotesis Ke-2 dan Ke-3	63
Tabel 22.	Persamaan Regresi Variabel X1, X2 dan X3	64
Tabel 23.	Sumbangan Efektif dan Sumbanga Relatif Variabel Bebas dalam Penelitian	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kerangka Berfikir	27
Gambar 2.	Diagram Lingkaran Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis kelamin	48
Gambar 3.	Diagram Lingkaran Frekuensi Responden Berdasarkan Angkatan	48
Gambar 4.	Diagram Lingkaran Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	49
Gambar 5.	Diagram Lingkaran Frekuensi Responden Berdasarkan Bermain Smartphone dalam Sehari	50
Gambar 6.	Diagram Lingkaran Frekuensi Responden Berdasarkan Media Sosial yang Sering Digunakan.....	50
Gambar 7.	Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Perilaku Phubbing	53
Gambar 8.	Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Komunikasi Interpersonal	54
Gambar 9.	Diagram Lingkaran Kategorisasi Skor Fear of Missing Out	55
Gambar 10.	Uji Normalitas Tiga Variabel.....	57
Gambar 11.	Uji Normalitas Variabel Perilaku Phubbing	58
Gambar 12.	Uji Normalitas Variabel Komunikasi Interpersonal	58
Gambar 13.	Uji Normalitas Variabel Fear of Missing Out	58
Gambar 14.	Uji Linieritas Perilaku Phubbing vs Komunikasi Interpersonal	59
Gambar 15.	Uji Linieritas Perilaku Phubbing vs Fear of Missing Out	60
Gambar 16.	Uji Heteroskedastisitas.....	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rancangan Skala Penelitian	78
Lampiran 2. Validitas dan Reliabilitas Hasil Uji Coba	89
Lampiran 3. Skala Penelitian	96
Lampiran 4. Tabulasi Data Penelitian	105
Lampiran 5. Hasil Uji Asumsi	111
Lampiran 6. Hasil Uji Hipotesis	118
Lampiran 7. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif	123
Lampiran 8. Surat Perizinan Penelitian	125
Lampiran 9. Bukti Penelitian	127
Lampiran 10. Turnitin	134



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring dengan perkembangan zaman, inovasi ciri pada *smartphone* semakin melengkapkan atau bahkan menggantikan berbagai fungsi mental (Wilmer et al., 2017). Dengan demikian, *smartphone* adalah benda yang ampuh untuk memenuhi kebutuhan dasar manusia seperti berkomunikasi, memperoleh pakaian, makan dan minum, *chatting* bahkan menonton serial *movie* atau drama yang dahulu biasa dilakukan dengan melalui televisi (Syifa, 2020).

Berbagai inovasi untuk fitur baru tersebut membuat *smartphone* semakin diminati dan laris di pasaran. Terbukti dengan banyaknya pengguna *smartphone* di dunia pada tahun 2019 naik sebesar 5,6% yaitu 3,2 dari tahun sebelumnya (Pusparris, 2020). Di Indonesia jumlah pengguna *smartphone* pada tahun 2019 tercatat sebanyak 92 juta orang (Damashinta, 2019).

Salah satu fitur *smartphone* yang paling diminati adalah media sosial yang diakses melalui internet. Terbukti dengan hasil *survey* yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2017) yang melaporkan bahwa sekitar 87,13% pengguna internet mengakses media sosial. Kehadiran fitur ini, tentunya digunakan oleh berbagai kalangan usia, mulai dari anak-anak hingga orang tua. Penggunaan *smartphone* pada penduduk Indonesia rata-rata selama 8 jam 36 menit, sedangkan di dunia rata-rata selama 6 jam 42 menit. Hal ini membuat Indonesia peringkat ketiga di dunia dalam penggunaan *smartphone* per hari.

Ada dampak positif dan negatif dalam penggunaan *smartphone*. Dampak positif dalam penggunaan *smartphone* yaitu memudahkan komunikasi, mengembangkan hubungan sosial, membantu pengguna *smartphone* menghilangkan stress karena adanya fitur *wifi* untuk mengakses internet dan mengakses informasi. Dampak negatifnya antara lain secara langsung atau tidak langsung mengubah perilaku seseorang dalam interaksi dan hambatan bahasa (Mariati & Sema, 2019).

Smartphone telah menyebabkan timbulnya beberapa perubahan pola perilaku masyarakat khususnya pada kaum muda. Individu memiliki dunianya sendiri, bahkan interaksi individu lebih banyak dengan *smartphone* dibanding dengan orang sekitarnya. Individu juga terkadang mengabaikan pembicaraan orang lain karena perhatiannya lebih tertuju kepada *smartphone*. Perilaku itu disebut dengan perilaku *phubbing* (Hanika, 2015).

Fenomena perilaku *phubbing* adalah hal yang negatif, dimana satu orang acuh pada pembicaraan orang lain, dan pada dasarnya, penggunaan *smartphone* memisahkan orang satu sama lain. Perilaku *phubbing* dapat digambarkan sebagai situasi di mana seseorang secara fisik hadir dengan orang-orang di sekitarnya tetapi tidak sepenuhnya satu sama lain (Hanika, 2015).

Fenomena *phubbing* dapat ditemukan di setiap penjuru tempat, biasanya tempat orang berkumpul untuk mengobrol. Tidak dapat dipungkiri bahwa perilaku *phubbing* adalah pilihan seseorang untuk melepaskan diri dari kebosanan dan keengganan untuk mendengarkan. Rendahnya kesadaran dalam menyimak merupakan faktor ketidakpedulian seseorang dalam berinteraksi. Dengan demikian, perilaku *phubbing* menyebabkan seseorang kehilangan rasa solidaritas dalam interaksi langsung. Hal ini mungkin menjadi faktor dalam mengubah perilaku seseorang dalam suatu interaksi dimana seseorang akan menentukan siapa, apa, dan bagaimana berbicara (Ghifary & Kurnia, 2015). Hal ini terbukti pada waktu sebenarnya dilapangan. Setiap orang cenderung tidak dapat dipisahkan saat menggunakan *smartphone*, bahkan saat berinteraksi dengan orang lain.

Penggunaan *smartphone* pada anak muda sebesar 39% antara usia 16 sampai 21 tahun. Pada kalangan mahasiswa pengguna *smartphone* mencapai 80%. Sementara sebesar 44,8% dikalangan siswa menggunakan *smartphone* (Hanika, 2015). Tak jarang, banyak mahasiswa yang menggunakan *smartphone*-nya atau melakukan perilaku *phubbing* pada saat berinteraksi dengan temannya yang di mana masih dianggap suatu hal yang biasa untuk dilakukan. Di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung sendiri yang terletak di Bandar Lampung, dimana hampir semua mahasiswa nya menggunakan *smartphone*.

Peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa mahasiswa UIN Raden Intan Lampung, hasil dari wawancara tersebut ialah mahasiswa yang berinisial RP, mengungkapkan bahwa ia bermain *smartphone* dalam sehari sekitar 10 jam. Terkadang ketika ia berbicara dengan teman merasa bosan sehingga ia lebih tertarik membuka *smartphone* untuk membuka media sosial seperti WhatsApp Instagram, tiktok, dan lain-lain. Ia mengungkapkan jika ada teman yang lebih terfokus dengan *smartphone*-nya atau melakukan perilaku *phubbing*, ia akan menegurinya. Hal serupa juga diungkapkan oleh seorang mahasiswa berinisial UB yang juga terkadang merasa bosan berada di sekitar temannya karena topik pembicaraannya tidak sinkron sehingga ia melakukan *phubbing*. UB menegaskan bahwa dirinya mengaku tidak marah hanya saja merasa kesal jika ada orang lain melakukan *phubbing* terhadap dirinya yang penting ada umpan balik atau masih merespon saat ada yang berbicara.

Wawancara selanjutnya dilakukan terhadap seorang mahasiswa yang berinisial FA, ia mengungkapkan bahwa hampir 24 jam ia bermain *smartphone*. Ia juga mengatakan bahwa *smartphone* itu lebih penting dan merasa tidak tenang jika tidak bermain *smartphone* karena khawatir jika ketinggalan informasi-informasi yang penting. Sedangkan menurut penuturan seorang mahasiswa yang berinisial AZ, jika ada teman yang berbicara dan merasa bosan dengan topic pembicaraannya maka AZ lebih memilih untuk bermain *smartphone*, dan ia tetap mendengarkan teman yang sedang berbicara dengannya dan juga memberi respon atau umpan balik, tetapi ketajaman dalam mendengarkannya berkurang karena fokusnya terbagi. Tetapi jika temannya itu asik saat berbicara maka dia tidak akan melakukan *phubbing*.

Berdasarkan penuturan beberapa informan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam sebuah hubungan sosial khususnya dalam berkomunikasi, sebagian besar mahasiswa sering melakukan perilaku *phubbing* untuk menghilangkan rasa bosannya. Perasaan bosan adalah perasaan yang berasal dari individu pelaku *phubbing*, karena kebosanan dapat muncul jika tidak ada hal menarik yang keluar dari obrolan.

Beberapa peneliti lain menyata bahwa ada beberapa faktor yang menyebabkan orang melakukan perilaku *phubbing*, antara lain kecanduan *smartphone*, SMS, media sosial dan internet, serta tingkat kecanduan individu terhadap *smartphone* dan internet. Dan adanya anggapan bahwa perilaku *phubbing* adalah hal yang wajar (Karadag, et. al., 2015).

Perilaku *phubbing* merupakan fenomena yang cenderung tidak dapat dihindari oleh sebagian orang. Banyak orang kahawatir atau tidak tenang tanpa adanya *smartphone*. Hal ini karena saat ini *smartphone* tidak hanya digunakan untuk berkomunikasi, tetapi juga dapat digunakan sebagai media komersial untuk mendapatkan keuntungan, seperti toko *online*. Oleh karena itu, tidak dapat dipungkiri bahwa kehadiran *smartphone* sangat membantu kehidupan masyarakat. Namun terlepas dari semua itu, kehadiran *smartphone* telah mengubah etika komunikasi masyarakat Indonesia. Islam sebagai agama yang mayoritas di Indonesia, memiliki pandangan tersendiri terkaitterhadap perilaku *phubbing* yang kini marak dan menjadi realitas sosial. Fenomena *phubbing* termasuk dalam tindakan tidak menghormati dan menghargai orang lain, karena perilaku tersebut ditunjukkan sebagai sikap menyakiti dan mengabaikan orang lain dalam proses komunikasi sosial. Mengenai hal ini Allah swt berfirman dalam QS. An-nisa/4 : 86

وَإِذَا حُيِّتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ رُدُّوهَا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ
عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا ۝ ٨٦

Artinya :

“Apabila kamu diberi penghormatan dengan sesuatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik dari padanya, atau balaslah penghormatan itu (dengan yang serupa). Sesungguhnya Allah memperhitungkan segala sesuatu”.

Ayat diatas menjelaskan bahwa ketika seseorang dihormati, maka orang tersebut diminta untuk membalasnya dengan setara atau lebih baik lagi. Hal ini berbeda dengan fenomena *phubbing* yang saat ini banyak dilakukan oleh masyarakat, terutama dalam proses

komunikasi. *Phubber* tampaknya memperhatikan mitra komunikasi mereka, tetapi kenyataannya lebih tertarik dengan *smartphone*-nya.

Menurut Hafizah et al., (2021), masalah penggunaan *smartphone* adalah karena ingin menghindari interaksi manusia yang tidak menyenangkan. Didalam penelitian Auler menjelaskan bahwa perilaku *phubbing* dihasilkan dari rendahnya tingkat kenyamanan yang disebabkan oleh komunikasi interpersonal, sehingga orang yang menggunakan ponsel sengaja menghindari berhadapan di dunia nyata. Karena seseorang yang sedang dalam keadaan emosi atau tidak nyaman di dunia nyata tidak dapat menunda untuk beralih menggunakan *smartphone*-nya.

Menurut Devito dalam Hafizah et al., (2021), komunikasi interpersonal dapat didefinisikan sebagai proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau sekelompok kecil orang dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik langsung. Kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain di dunia nyata dan merasa bosan atau tidak nyaman dengan lingkungannya, yang menyebabkan individu menggunakan *smartphone* untuk menangkis perasaan komunikasi yang tidak nyaman tersebut.

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing*, yaitu *Fear of Missing Out* (FoMO) atau dengan kata lain takut kehilangan merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan terkadang semuanya menyebabkan seseorang kehilangan informasi tentang apa yang dilakukan orang lain (Abel, Buff & Burr, 2016).

Menurut Fauzan (2018) menyatakan bahwa ketakutan kehilangan (FoMO) digambarkan sebagai ketakutan, kecemasan dan kekhawatiran tentang apa yang dia ketahui tentang orang lain, yang membuatnya terus mencoba memahami apa yang dilakukan orang lain melalui jejaring sosial dan itu akan menjadikan dia kecanduan *smartphone* dan mengabaikan orang lain disekitarnya. FoMO dapat melemahkan seseorang dengan menimbulkan ketidakpastian dan telah terbukti terkait dengan penggunaan *smartphone* yang berkelanjutan (Chotpitayasonondh & Douglas, 2018). Seseorang yang takut kehilangan informasi tentang apa yang dilakukan orang lain akan cenderung mencari tahu melalui *smartphone*-nya. Dengan cara ini,

orang tersebut akan fokus pada apa yang mereka khawatirkan daripada orang-orang disekitar mereka. Mereka yang merasa gugup dan cemas dalam konteks sosial akan cenderung mengalihkan perhatiannya ke *smartphone* untuk mengabaikan orang-orang disekitarnya.

Dari beberapa fenomena diatas jika diabaikan secara terus menerus, akan sangat mungkin hal tersebut membuat mahasiswa semakin banyak melakukan perilaku *phubbing*, dan hal tersebut akan membawa masalah di kehidupan yang akan datang dan berdampak besar pada kehidupan, oleh karena itu dirasa perlu untuk mengkaji isu-isu yang berkaitan dengan perilaku *phubbing*, dengan mengutip penelitian sebelumnya bahwa ada hubungan antara Fear of Missing Out dengan Perilaku *Phubbing*, maka peneliti mencoba untuk melakukan penelitian yang berjudul : “Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dan *Fear of Missing Out* Dengan Perilaku *Phubbing* Pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung”

B. Rumusan Masalah

Merujuk pada berbagai uraian dasar permasalahan di atas, perumusan permasalahan pada penelitian ini adalah apakah ada Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal dan *Fear of Missing Out* Dengan Perilaku *Phubbing* Pada Mahasiswa UIN Raden Intan Lampung?

C. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan permasalahan penelitian yang sudah dipaparkan sebelumnya, penelitian ini memiliki beberapa tujuan yaitu:

1. Untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dan *Fear of Missing Out* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung.
2. Untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung.
3. Untuk mengetahui hubungan antara *Fear of Missing Out* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa UIN Raden Intan Lampung.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat memajukan pengetahuan, ide, wawasan tentang keilmuan psikologi terkhususnya bidang psikologi sosial. Serta dapat dijadikan sebagai referensi tambahan dan juga bahan pertimbangan untuk penelitian dengan tema yang sejenis di masa depan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil dari penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa dalam mengurangi perilaku *phubbing* pada dirinya dengan faktor-faktor yang sudah diketahui. Dengan informasi ini diharapkan mahasiswa bisa menghargai saat orang lain sedang berbicara, jangan terlalu asik dengan *smartphone*-nya.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari berlangsungnya penelitian ini dapat digunakan oleh peneliti selanjutnya untuk menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya dan sumber data untuk meningkatkan pemahaman tentang perilaku *phubbing* pada kalangan yang ingin diteliti di kemudian hari.

E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Terdapat acuan untuk melakukan penelitian ini maka peneliti memungkinkan untuk memperdalam berbagi teori yang dilaksanakan pengkajian untuk berlangsungnya penelitian ini yang dilaksanakan, sehingga hal ini dapat diperkuat oleh penelitian-penelitian terdahulu. Pada penelitian tersebut terdapat beberapa penelitian yang mendukung yaitu :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Shirley Kurnia, Novendawati Wahyu Sitasari dan Safitri M (2020) dengan judul “Kontrol Diri dan Perilaku *Phubbing* Pada Remaja di Jakarta” hasil berlangsungnya penelitian ini memperlihatkan bahwa hasil dari analisis data dengan mempergunakan uji korelasi pearson *product*

moment menunjukkan bahwa sig. $p = 0,000$ ($p < 0,05$), dalam hal ini terdapat keterkaitan hubungan antara variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *phubbing*. Hasil tersebut ditunjukkan pada nilai korelasi sebesar $-0,511$, dalam hal ini memiliki makna bahwa terdapat keterkaitan hubungan negatif yang memperlibatkan variabel kontrol diri dengan variabel perilaku *phubbing*. Saat remaja tertentu mempunyai kontrol diri yang tinggi, dengan itu remaja tersebut mempunyai perilaku *phubbing* yang tidak tinggi, dan begitu juga sebaliknya.

2. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eduardo Taufik, Suzy Yusna Dewi dan Hikmah Muktamiroh (2020) dengan judul “Hubungan Kecanduan *Smartphone* Dengan Kecenderungan Perilaku *Phubbing* Pada Remaja di SMAN 34 Jakarta Selatan” menunjukkan bahwa kebanyakan remaja SMAN 34 Jakarta mengalami adiksi dengan *smartphone* ini, yang mana tingkatannya sedang, yakni senilai (57%), dan sementara itu untuk perilaku *phubbing* ini berada pada tingkatan yang sedang, yakni senilai (51%), sehingga dapat dihasilkan simpulan bahwa terdapat adiksi *smartphone* dengan perilaku *phubbing*.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Noor Hafizah, Muhammad Ali Adriansyah dan Rini Fitriani Permatasari (2021) dengan judul “Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku *Phubbing*” menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kontrol diri dan komunikasi interpersonal terhadap perilaku *phubbing* pada generasi Z mahasiswa Universitas Mulawarman Samarinda. Dengan nilai signifikan $F = 14,857$, $R^2 = 0,259$ dan $p = 0,000$. Terdapat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *phubbing* dengan $(B) = -0,370$, $t = -4,319$ dan $p = 0,000$. Terdapat pengaruh komunikasi interpersonal terhadap perilaku *phubbing* dengan $(B) = -0,150$, $t = -2,078$ dan $p = 0,041$.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Mei Sandrin Hura, Novendawati Wahyu Sitasari, dan Yuli Asmi Rozali (2021) dengan judul “Pengaruh *Fear of Missing Out* Terhadap Perilaku *Phubbing* Pada Remaja” menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif signifikan *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja. Dengan nilai sig $p 0,018$ ($< 0,05$) dengan persamaan regresi $Y = 35,017 + 0,247 X$. Dalam penelitian ini diketahui

bahwa responden yang memiliki *fear of missing out* tinggi dan melakukan *phubbing* sebanyak 34 orang atau dalam presentase 60,7%. Sebaliknya responden yang memiliki *fear of missing out* rendah dan tidak melakukan *phubbing* sebanyak 27 orang atau dalam presentase 61,4%.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Ita Musfirowati Hanika (2015) dengan judul “Fenomena *Phubbing* di Era Milenial (Ketergantungan Seseorang pada *Smartphone* terhadap Lingkungannya)” menunjukkan bahwa mayoritas memperjelaskan bahwa Gen Y yang hidup di kota besar, sebagai misalnya ialah Semarang dan juga Jakarta pernah terjadi kejadian *phubbing* yang diakibatkan dengan tingginya ketergantungan dengan penggunaan dari *smartphone* ini. Adiksi semacam ini diakibatkan dengan berbagai kemudahan yang disediakan *smartphone*. Dalam tiap langkah hidup, promosikan segala macam tindakan, mulai dari komunikasi, mencari berbagai data dan juga informasi, berdagang di Internet, membeli suatu produk, hingga kebutuhan yang terkini. Disebabkan dengan berbagai kenyamanannya tersebut, entah sengaja atau tidak, orang menjadi acuh dan anti sosial terhadap orang lain meningkatkan suasana hati.

Dari beberapa penelitian terdahulu diatas, ada beberapa kesamaan yaitu membahas topik perilaku *phubbing*. Persamaan lainnya yaitu ada penelitian yang membahas variabel bebas yang sama yaitu komunikasi interpersonal dan *fear of missing out*. Selain kesamaan, ada jugaperbedaan pada beberapa penelitian di atas ialah pada variabel bebas yang mempengaruhi perilaku *phubbing*, perbedaan yang lain terdapat pada subjek dan lokasi penelitian. Penelitian ini mengambil subjek mahasiswa UIN Raden Intan Lampung yang terletak di Bandar Lampung. Sedangkan penelitian terdahulu mengambil subjek remaja SMAN 45 Jakarta Selatan, remaja di Jakarta, dan Universitas Mulawarman Samarinda.



BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Perilaku *Phubbing*

1. Pengertian Perilaku *Phubbing*

Perilaku *phubbing* berasal dari gabungan kata “*phone*” yang artinya ponsel dan “*snubbing*” yang artinya acuh. Menurut Chotpitayasunondh & Douglas (2018), perilaku *phubbing* dapat diartikan sebagai tindakan yang dapat menyinggung orang lain karena lebih fokus pada *smartphone*. Istilah *phubber* untuk seseorang yang terfokus pada poselnya dan istilah *phubbed* untuk seseorang yang diacuhkan atau korban dari pelaku *phubbing*. Istilah *phubbing* awalnya diciptakan dalam sebuah kampanye oleh Macquarie Dictionary yang digunakan untuk penyalahgunaan *smartphone* dalam situasi sosial (Pathak, 2013).

Dalam penelitian Robert & David (2016) menjelaskan *phubbing* sebagai *partner phubbing (Pphubbing)* yang dapat dipahami dengan sejauh mana seseorang menggunakan atau terganggu oleh ponsel saat berada di perusahaan dengan pasangannya. Robert & David (2016) mengatakan bahwa korban dari pelaku *phubbing (phubber)* adalah mereka yang diabaikan oleh seseorang yang berfokus pada telepon genggamnya ketika berada di perusahaan. *Phubbing* bisa menjadi sebuah gangguan dalam percakapan dengan seseorang saat dia sedang berbincang anda sambil menggunakan ponsel yang ia miliki atau saat anda di berada dekat yang lain tetapi mereka lebih memilih untuk menggunakan ponsel mereka daripada berkomunikasi dengan anda.

Menurut Karadag et al., (2015) perilaku *phubbing* adalah individu yang melihat telepon genggamnya saat melakukan pembicaraan dengan orang lain, sibuk dengan *smartphone*-nya dan mengabaikan komunikasi interpersonalnya. Dengan kata lain, perilaku *phubbing* melibatkan penggunaan *smartphone* dalam pengaturan sosial dari dua orang atau lebih, dan berinteraksi dengan *smartphone* daripada orang yang ada disekitarnya (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016).

Mengacu pada berbagai uraian yang disajikan tersebut dapat kita simpulkan bahwa perilaku *phubbing* ini didefinisikan sebagai suatu sikap, yang mana kita mengabaikan siapa yang berinteraksi dengan kita dan lebih memilih menggunakan telepon genggamnya, dimana dapat menurunkan kualitas hubungan, serta kesehatan mental dan kemampuan berinteraksi.

2. Aspek-aspek Perilaku *Phubbing*

Ada beberapa aspek perilaku *phubbing* menurut Karadag et. al., (2015), yaitu:

a. Gangguan komunikasi

Gangguan komunikasi diakibatkan dengan seseorang yang mempergunakan gadget ini sebagai suatu faktor yang dapat menyebabkan masalah dalam hubungan interaksi dan juga komunikasi pribadi secara langsung. Seseorang yang sering menggunakan gadget mereka dalam lingkungan interaksi sosial, maka sering mengalami gangguan dalam berkomunikasi.

b. Memiliki obsesi pada ponsel

Obsesi terhadap ponsel didorong oleh keinginan untuk menggunakan ponsel secara tatap muka setiap saat. Ditemukan bahwa seseorang selalu membutuhkan handphone di dalam lingkungan sosialnya.

Menurut Chotpitayasunondh & Douglas (2018) mengemukakan beberapa aspek dari perilaku *phubbing*, yaitu :

a. *Nomophobia*

Nomophobia singkatan dari *no-mobile-phone-phobia* yang berarti ketakutan atau kecemasan individu secara berlebihan ketika *smartphone* tidak berada pada jangkauannya. *Nomophobia* juga diartikan tidak hanya seseorang cemas karena tidak membawa *smartphone*, namun ketakutan dan kecemasan tersebut dapat terjadi karena berbagai kondisi, misalnya tidak ada sinyal internet, baterai lemah, kehabisan kuota, dan lain sebagainya (Mulyana, 2017).

b. *Interpersonal conflict*

Interpersonal conflict adalah suatu masalah yang dirasakan antara diri sendiri dengan orang lain akibat penggunaan *smartphone*. Masalah akan timbul dengan lawan bicara ketika *smartphone* berbunyi. Lawan bicara akan merasa terabaikan dan berakibat pada perasaan tidak puas dalam sebuah interaksi (Roberts & David, 2016).

c. *Self isolation*

Self isolation terjadi karena seseorang menarik diri dari lingkungan sekitarnya dan lebih berkonsentrasi pada *smartphone*. Isolasi diri berawal dari isolasi sosial dan pelaku *phubbing* menarik diri dari interaksi sosial yang ditandai dengan tidak adanya kontak mata saat berinteraksi, asyik dengan diri sendiri dan *smartphone*-nya (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

d. *Problem acknowledgement*

Problem acknowledgement berkaitan dengan seseorang yang merasa memiliki masalah *phubbing*, seperti terlalu lama melihat *smartphone*, mengetahui bahwa orang lain tidak menyukai perbuatannya karena terlalu lama menggunakan *smartphone* dan selalu berpikir untuk terus menggunakan *smartphone* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018).

Berdasarkan penjabaran diatas, aspek yang digunakan peneliti sebagai acuan pengembangan skala perilaku *phubbing* adalah yang disampaikan oleh Karadag, et. al., (2015) yang membagi *phubbing* dalam 2 aspek, yaitu gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Peneliti menggunakan aspek perilaku *phubbing* dari Karadag, et. al., (2015) untuk digunakan sebagai skala perilaku *phubbing* karena aspek tersebut dinilai paling sesuai dengan hal-hal yang menunjukkan perilaku *phubbing*.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku *Phubbing*

Terdapat berbagai faktor yang memberi pengaruh pada perilaku *phubbing* menurut Karadag et al., (2015), yaitu :

a. Adiksi *Smartphone*

Ketergantungan ponsel dapat menimbulkan berbagai dampak, sebagai misalnya ialah bahwa penggunaan berlebihan ponsel. Ketergantungan ini sangat dipengaruhi dengan berbagai faktor yang berdampak signifikan untuk hidup seseorang. Ponsel pintar dengan fitur menarik telah membuat langkah besar.

b. Adiksi internet

Perilaku pribadi dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan mendorong peneliti agar melaksanakan penyelidikan untuk konsep semacam ini. Penelitian ini memperlihatkan bahwa *smartphone* bukanlah suatu permasalahan pada dirinya sendiri, namun akar masalahnya terletak pada aplikasi yang dikandungnya. Belakangan ini durasi dan frekuensi penggunaan internet semakin meningkat. Konsumsi internet menyebabkan akses internet yang tidak normal.

c. Adiksi sosial media

Media sosial ini memiliki berbagai elemen tertentu, sebagai misalnya ialah komunikasi, permainan, berbagai media dan juga informasi yang memungkinkan seorang individu agar terus bermain media sosial. Penggunaan media sosial pada komputer yang membutuhkan komputer desktop digantikan oleh *smartphone*. Ini adalah salah satu alasan mengapa orang mudah kecanduan.

d. Adiksi *game*

Kecanduan permainan terkait dengan *game* online, video *game*, dan *game* seluler, masih dapat memberi pengaruh untuk keseharian seorang individu dan sifatnya adiktif serta mempengaruhi perilaku dan sikap seorang individu. Orang yang memiliki keterampilan manajemen waktu menggunakannya untuk mencegah masalah dan bersantai.

Menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) menyebutkan bahwa terdapat berbagai faktor yang dapat memberi pengaruh berlangsungnya perilaku *phubbing* ini sebagaimana di bawah ini :

a. Adiksi *Smartphone*

Penggunaan gadget secara berlebih dan pengecekan berulang terhadap gadget juga memiliki keterkaitan dengan permasalahan interpersonal, sebagai misalnya ialah mengembangkan kepercayaan, menghambat keterkaitan hubungan yang interpersonal, ketidaknyamanan dalam menjalin hubungan yang baik dengan pihak pasangan serta mengganggu aktivitas sosialnya.

b. *Fear of Missing Out* (FoMO)

Fear of Missing Out (FoMO) ini digambarkan sebagai ketakutan, kekhawatiran, dan ketakutan masyarakat tentang peristiwa, percakapan dan juga pengalaman yang berlangsung dalam lingkungan sosial yang ada. Orang yang tidak aman selalu menggunakan ponsel. Kekhawatiran ini bermula dari kurangnya informasi yang merupakan bagian penting dari layanan jaringan, status sosial, kepuasan, kepuasan hidup, dan emosi semuanya terkait dengan tingkat adiksi *smartphone* ini.

c. Kontrol Diri

Kontrol diri memiliki keterkaitan hubungan dengan perilaku ketergantungan, dan bermasalahnya penggunaan dari telepon pintar ini. Tingginya tingkatan kesulitan dalam melaksanakan pengendalian yang impulsif yang tidak memungkinkan untuk melaksanakan pengontrolan diri untuk menggunakan *smartphone* ini. Dengan itu, kontrol diri mampu memprediksikan ketergantungan untuk *smartphone* ini.

Berdasarkan penjabaran diatas, faktor yang digunakan peneliti adalah yang disampaikan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) yang membagi perilaku *phubbing* dalam 3 faktor, yaitu adiksi *smartphone*, *fear of missing out*, dan kontrol diri. Peneliti menggunakan faktor perilaku *phubbing* dari Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) untuk digunakan karena faktor tersebut dinilai paling sesuai dengan judul penelitian yang akan dilakukan peneliti.

4. Perilaku *Phubbing* Dalam Perspektif Islam

Perilaku *phubbing* menjadi fenomena yang cenderung tidak dapat dihindari oleh sebagian masyarakat. Banyak dari kalangan masyarakat yang cenderung tidak dapat tinggal diam dan tenang tanpa *smartphone*. Hal ini karena saat ini *smartphone* tidak hanya digunakan untuk berkomunikasi saja, tetapi dapat digunakan sebagai media bisnis untuk mendapatkan keuntungan, seperti *online shope*. Maka dari itu, tidak dapat dipungkiri bahwa kehadiran *smartphone* cenderung banyak membantu kehidupan masyarakat. Namun, dibalik semua itu kehadiran *smartphone* telah menggeser etika komunikasi masyarakat Indonesia, yang cenderung mengedepankan norma-norma sosial dan etika komunikasi dalam proses interaksi.

Agama Islam, sebagai agama yang mayoritas di Indonesia, memiliki pandangan tersendiri terkait perilaku *phubbing* yang saat ini banyak terjadi dan menjadi realitas sosial. Fenomena *phubbing* termasuk dalam suatu tindakan yang tidak menghormati dan menghargai orang lain, karena perilaku tersebut terindikasi sebagai sikap menyakiti dan mengabaikan orang lain dalam proses interaksi sosial. Mengenai hal ini Allah swt berfirman dalam QS. An-nisa/4: 86.

وَإِذَا حُيِّتُمْ بِتَحِيَّةٍ فَحَيُّوا بِأَحْسَنَ مِنْهَا أَوْ أُوَدُّوهَا ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ
عَلَىٰ كُلِّ شَيْءٍ حَسِيبًا ٨٦

Artinya :

Apabila kamu diberi penghormatan dengan sesuatu penghormatan, maka balaslah penghormatan itu dengan yang lebih baik dari padanya, atau balaslah penghormatan itu (dengan yang serupa). Sesungguhnya Allah memperhitungkan segala sesuatu.

Ayat di atas menjelaskan bahwa pada saat seseorang diberikan penghormatan, maka orang tersebut diminta untuk membalasnya lebih baik lagi atau yang setara dengannya. Hal ini bertentangan dengan fenomena *phubbing* yang saat ini banyak

dilakukan oleh masyarakat, terutama pada saat proses komunikasi berlangsung. Pelaku *phubbing* seakan-akan memperhatikan mitra komunikasinya tetapi pada kenyataannya asyik sendiri dengan *smartphone* miliknya. Salah satu perilaku *phubbing* adalah tidak peduli terhadap keadaan di lingkungan sekitarnya karena lebih fokus pada *smartphone* miliknya. Padahal sebenarnya, keberadaan orang-orang yang terikat dengan lingkungannya, harus memfokuskan perhatiannya, paling tidak menyapa, menegur atau memberi salam agar tercipta suasana yang nyaman. Jadi, pada saat berada dalam lingkungan yang sama setidaknya orang tersebut membangun sebuah komunikasi dengan orang di sekitarnya. Hal ini dapat membuat orang-orang yang berada di sekitarnya menjadi tidak canggung dan dapat menghidupkan suasana. Oleh karena itu, ayat di atas dapat menjadi landasan orang-orang muslim pada saat akan berperilaku *phubbing*.

B. Komunikasi Interpersonal

1. Pengertian Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal merupakan penyampaian pesan antar pribadi secara tatap muka yang memiliki efek dan umpan balik (Haomasan & Nofharina, 2018). Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi yang dilakukan antar-individu, baik secara verbal maupun non verbal serta dapat belajar untuk memahami diri sendiri, individu lain dan dunia dengan berinteraksi secara efektif (Muliana, 2019).

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang dilakukan antara dua orang dan bersifat privat dan eksklusif, identic dengan komunikasi face to face. Pada dasarnya yang menyebabkan seseorang atau manusia itu melakukan komunikasi adalah untuk mempertahankan kelangsungan hidup dan kebutuhannya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Ruliana & Puji, 2019).

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang terjadi antara komunikator dan komunikan, umunya dalam suasana tatap muka dan umpan balik dapat langsung diamati oleh komunikator

(Hasanah, 2015). Menurut Hovland dalam penelitian Hasanah (2015), mendefinisikan komunikasi interpersonal sebagai suatu keadaan interaksi ketika seorang (komunikator) mengirimkan stimuli (biasanya simbol-simbol verbal) untuk mengubah tingkah laku orang lain (komunikan), dalam sebuah peristiwa tatap muka.

Berdasarkan penjabaran definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian pesan antara komunikator (sumber informasi) dan komunikan (penerima pesan) secara tatap muka dengan adanya umpan balik baik secara verbal maupun nonverbal.

2. Aspek-Aspek Komunikasi Interpersonal

Menurut DeVito (dalam Heriyanti, 2020) kemampuan komunikasi interpersonal memiliki beberapa aspek agar menjadi komunikasi yang efektif, yaitu meliputi:

a. Keterbukaan (*Openness*)

Keterbukaan dalam komunikasi berarti kesediaan seseorang untuk mengungkapkan pemikiran dan perasaan pada orang lain. Pengungkapan tersebut dapat berupa informasi pribadi dan harus dapat dipertanggungjawabkan. Selain itu, keterbukaan juga berarti kesediaan untuk menerima dan memberikan reaksi yang sesuai dan secara jujur terhadap cerita yang disampaikan oleh orang lain.

b. Empati (*Empathy*)

Empati merupakan kondisi dimana seseorang dapat mengetahui dan merasakan apa yang sedang dilalui maupun dirasakan oleh orang lain. Dengan adanya empati, individu dapat melihat suatu pengalaman yang diceritakan dari sudut pandang orang lain.

c. Dukungan (*Supportiveness*)

Dukungan merupakan bentuk sikap saling mendukung antar satu dengan yang lain dalam suatu hubungan. Dukungan ini diberikan untuk saling menguatkan ketika menemui suatu permasalahan.

d. Sikap positif (*Positiveness*)

Sikap positif dapat ditunjukkan dengan berbagai cara, salah satunya dengan pemberian pujian ataupun

penghargaan. Dorongan positif yang diberikan dapat memelihara hubungan dan juga dapat membentuk citra diri yang baik pada seseorang.

e. Kesetaraan (*Equality*)

Kesetaraan dalam komunikasi berarti dapat menghormati dan menghargai segala bentuk perbedaan dalam proses komunikasi. Biasanya, ketidaksetaraan terjadi ketika terdapat konflik atau perbedaan pendapat sehingga dapat melukai dan menjatuhkan satu sama lainnya.

3. Faktor-Faktor Komunikasi Interpersonal

Rakhmat (dalam Galuh, 2015) mengemukakan bahwa yang mempengaruhi komunikasi interpersonal adalah:

a. Persepsi interpersonal

Persepsi seseorang sering kali tidak cermat, bila kedua belah pihak menanggapi yang lain secara tidak cermat, terjadilah kegagalan komunikasi. Kegagalan komunikasi ini dapat diperbaiki bila orang menyadari bahwa persepsinya mungkin salah. Komunikasi interpersonal kita akan menjadi lebih baik bila mengetahui bahwa persepsi kita bersifat subyektif dan cenderung keliru.

b. Konsep diri

Konsep diri merupakan faktor yang sangat menentukan dalam komunikasi interpersonal, karena setiap orang bertingkah laku sedapat mungkin sesuai dengan konsep dirinya. Faktor ini merupakan yang amat penting dalam terwujudnya kemampuan komunikasi interpersonal, karena jika seseorang mempunyai konsep diri positif maka akan mampu mengeluarkan segala sesuatu yang ada pada dirinya terutama dalam mengeluarkan pendapat, ide, ataupun gagasan pada orang lain. Konsep diri yang positif, ditandai dengan lima hal, yaitu:

- 1) Yakin akan kemampuan mengatasi masalah
- 2) Merasa setara dengan individu lain
- 3) Menerima pujian tanpa rasa malu

- 4) Menyadari, bahwa setiap individu mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui oleh masyarakat
- 5) Mampu memperbaiki diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan berusaha mengubah.

c. Atraksi interpersonal

Atraksi interpersonal artinya mampu meramalkan dari mana pesan akan muncul kepada siapa pesan akan mengalir, dan lebih-lebih lagi bagaimana pesan akan diterima. . Komunikasi antar-pribadi dipengaruhi atraksi interpersonal dalam hal:

1) Penafsiran pesan dan penilaian

Pendapat dan penilaian individu terhadap individu lain tidak semata-mata berdasarkan pertimbangan rasional. Oleh karena itu, ketika menyenangi individu lain, maka akan cenderung melihat segala hal yang berkaitan dengan individu tersebut secara positif. Sebaliknya, jika membencinya, individu cenderung melihat karakteristiknya secara negatif.

2) Efektivitas komunikasi

Komunikasi antarpribadi dinyatakan efektif bila pertemuan komunikasi merupakan hal yang menyenangkan bagi komunikasi. Apabila individu berkumpul dalam satu kelompok yang memiliki kesamaan satu sama lain, maka individu akan merasa gembira dan terbuka. Bila berkumpul dengan kelompok yang dibenci, maka individu akan merasa tegang, resah, dan tidak nyaman. Individu akan menutup diri dan menghindari komunikasi.

d. Hubungan interpersonal

Orang berhubungan dengan orang lain karena mengharapkan sesuatu yang memenuhi kebutuhan mereka. Hubungan interpersonal yang baik akan menumbuhkan derajat keterbukaan individu untuk mengungkapkan dirinya, makin cermat persepsinya tentang individu lain dan persepsi

dirinya, sehingga makin efektif komunikasi yang berlangsung di antara peserta komunikasi.

C. Fear of Missing Out

1. Pengertian *Fear of Missing Out*

Przybylski (2013), *Fear of Missing Out* (FoMO) adalah ketakutan akan kehilangan momen berharga individu atau kelompok lain dimana individu tersebut tidak dapat hadir di dalamnya. FoMO ditandai dengan adanya keinginan untuk terus berhubungan dengan apa yang individu lain lakukan melalui dunia maya. Menurut Bosker (dalam JWT, 2011) *Fear of Missing Out* merupakan suatu energi ketakutan ketika individu melewatkan sesuatu hal yang berharga, seperti suatu acara, momen di televisi dan gadget. Menurut Fake (dalam JWT, 2012) *Fear of Missing Out* adalah dorongan kuat untuk individu berperilaku dan berpikir betapa pentingnya perangkat media sosial dan penggunaannya.

Fear of Missing Out (FoMO) ialah terjadi ketika orang takut kehilangan informasi berharga tentang orang lain atau kelompok lain, terutama ketika orang itu tidak ada dan tidak dapat dihubungi. Cirinya adalah keinginan untuk tetap berhubungan dengan apa yang dilakukan orang lain melalui media sosial (Wulandari, 2020).

Fear of Missing Out (FoMO) adalah perasaan takut, gelisah, dan cemas yang berasal dari asumsi bahwa peristiwa, pengalaman, atau percakapan yang dialami orang lain lebih memuaskan, dan karenanya mendorong seseorang untuk tetap terhubung melalui media sosial setiap saat (Putra, 2018).

Berdasarkan penjabaran di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa *Fear of Missing Out* (FoMO) adalah perasaan bahwa orang lain bersenang-senang, hidup lebih baik atau memiliki pengalaman yang lebih baik dari dirinya. *Fear of Missing Out* (FoMO) bukan hanya perasaan yang bisa lebih baik dari seseorang, tetapi juga menyiratkan perasaan kehilangan sesuatu yang dianggap penting.

2. Aspek-Aspek *Fear of Missing Out*

Przybylski et al., (2013) mengatakan bahwa teori *Self Determination Theory* (SDT), adalah konsep awal kompilasi FoMO. Kemampuan, kemandirian, dan konektivitas adalah tiga kebutuhan psikologis dasar yang tidak dapat dipenuhi ketika terjadinya FoMO. Hal ini bahwa tidak terpenuhinya kebutuhan dasar psikologis, yaitu :

- a. *Self*, kebutuhan psikologis ini berkaitan dengan kemampuan dan otonomi. Kemampuan adalah keyakinan seseorang dalam bertindak secara efektif dan efisien, sedangkan otonomi merupakan kemampuan penting bagi seseorang untuk mengambil keputusan. Ketika kebutuhan psikologis mereka sendiri tidak terpenuhi, orang sering mendapatkan segala macam informasi melalui internet dan berinteraksi dengan orang lain.
- b. *Relatedness*, ialah seseorang harus selalu merasa berhubungan dengan orang lain dan tetap berhubungan dengan orang lain. Ketika kebutuhan hubungan tidak dapat dipenuhi, beberapa orang akan menjadi khawatir dan mencoba untuk belajar tentang pengalaman dan aktivitas orang lain melalui dunia maya.

3. Faktor-Faktor *Fear of Missing Out*

Menurut Ambarita (2017) Perspektif *Self Determination Theory* (SDT) atau teori motivasi yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan dijadikan sebagai dasar pemahaman terjadi FoMO. FoMO dapat terjadi karena tidak terpenuhinya tiga kebutuhan dasar psikologis yaitu *need for competence, autonomy/ self, dan relatedness*. Apabila ketiga kebutuhan dasar psikologis tidak terpenuhi maka mengakibatkan individu menjadi tidak mampu mengatur diri sendiri secara efektif (Przybylski, 2013). Menurut *Self Determination Theory* maka dapat disimpulkan faktor terjadinya *fear of missing out* adalah:

- a. Kebutuhan untuk berkompetensi (*need for competence*)

Kompetensi merupakan hasil dari interaksi individu dengan lingkungan dan adaptasi. Kebutuhan kompetensi mengacu pada kebutuhan untuk berinteraksi secara efektif

dengan lingkungan sosial, mampu menunjukkan kapasitas diri, dan mencari tantangan yang optimal (Ambarita, 2017). Kebutuhan ini mengarahkan individu untuk berusaha mempertahankan dan meningkatkan keterampilan/kapasitas diri dalam melakukan aktivitas.

b. Kebutuhan untuk otonomi (*need for autonomy/ self*)

Self menurut Rogers merupakan kesadaran individu akan keberadaan dan fungsi dirinya, yang diperoleh melalui pengalaman diri dimana individu tersebut terlibat di dalamnya baik sebagai subjek maupun objek. Kebutuhan otonomi adalah kebutuhan untuk membuat keputusan-keputusan sendiri, bebas melakukan suatu aktivitas, tanpa terikat atau mendapat kontrol dari orang lain (Ambaritan, 2017).

c. Kebutuhan psikologis akan rasa memiliki/ kedekatan dengan orang lain (*Need for Relatedness*)

Relatedness menurut Fromm adalah kebutuhan dasar manusia untuk menyatu dengan pribadi lainnya selain dirinya (Ambarita, 2017). Kebutuhan untuk menyatu dengan pribadi lainnya sama dengan kecenderungan yang melekat pada individu untuk merasa terhubung dengan individu lain, yaitu untuk menjadi anggota kelompok, dicintai, dipedulikan, dan diperhatikan (Tekeng, 2016). Kebutuhan *relatedness* mengacu terjadinya hubungan dan perhatian yang diterima dari interaksi dengan individu lain, sehingga menghasilkan rasa memiliki.

Faktor kebutuhan dasar psikologi diatas dapat ditemukan dalam diri individu sendiri, sehingga dapat disimpulkan bawah faktor-faktor tersebut merupakan faktor internal yang memicu *fear of missing out*. Selain itu, menurut Ambarita (2017) ada beberapa faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *fear of missing out*, yaitu :

a. Media sosial *online*

Fear of missing out muncul dengan rasa ingin terus terhubung dalam media sosial. Kehadiran media sosial

dalam kehidupan individu telah memperkuat kebutuhan dan keinginan untuk mengetahui apa yang individu lain lakukan dan katakan sepanjang waktu (Abel et al., 2016). FoMO pada dasarnya merupakan ketakutan sosial yang berkembang melalui media sosial yang mendorong individu untuk mengikuti trend populer.

b. Pengaruh teman sebaya (*peer group*)

Faktor-faktor sosial di lingkungan yang berkaitan dengan penerimaan dan penolakan dari masyarakat serta faktor budaya yang menekan individu untuk menjadi bagian dari perkumpulan pengguna teknologi maju sehingga mengakibatkan seseorang menjadi pecandu internet (konformitas terhadap lingkungan).

D. Dinamika Hubungan Komunikasi Interpersonal dan *Fear of Missing Out* dengan Perilaku *Phubbing*

Dalam melakukan aktifitas sehari-hari, mahasiswa yang seharusnya berinteraksi dan berkomunikasi dengan baik agar tercapainya tujuan dalam memenuhi tuntutan sosialnya, namun tidak sedikit mahasiswa yang lebih memilih menyibukkan dirinya dengan melakukan aktifitas sendiri dibandingkan berinteraksi dengan lingkungan, seperti mahasiswa lebih memilih bermain *smartphone* dibandingkan berkomunikasi dengan orang yang ada dilingkungannya.

Tidak dapat dipungkiri bahwa saat ini *smartphone* menjadi benda penting dalam kehidupan masyarakat terutama mahasiswa. Seringkali mahasiswa menjadi risau ketika *smartphone* tidak berada pada jangkauannya. Hal ini membuat penggunaan *smartphone* melebihi batas waktu yang tidak wajar bahkan pengguna *smartphone* sering mengabaikan orang lain karena sibuk dengan benda yang ada di genggamannya. Perilaku mengabaikan orang lain karena fokus dengan ponselnya dikenal dengan istilah *phubbing*. *Phubbing* merupakan perilaku dimana individu mengabaikan rekannya dengan menggunakan *smartphone* ketika berkomunikasi dan dapat menyebabkan perilaku *phubbing* tersebut berdampak kembali pada lingkungan sekitarnya (Chotpitayasunodh & Douglas, 2018).

Permasalahan yang terjadi sebagai akibat dari penggunaan *smartphone* yang bermasalah adalah karena ingin menghindari komunikasi interpersonal yang tidak menyenangkan. Auter (2007) menjelaskan dalam jurnalnya bahwa perilaku *phubbing* disebabkan oleh rendahnya tingkat kenyamanan yang diakibatkan oleh komunikasi interpersonal, sehingga individu menggunakan ponselnya dengan sengaja untuk menghindari percakapan di dunia nyata. Karena seseorang yang sedang dalam keadaan emosi atau ketidaknyamanan dalam dunia nyata tidak dapat menunda untuk beralih menggunakan ponselnya (Billeux, 2007). Adapun komunikasi interpersonal sendiri merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau sekelompok kecil orang dengan efek tertentu dan beberapa umpan balik seketika (Devito, 2010).

Penggunaan *smartphone* yang bermasalah dalam situasi sosial dimana mengabaikan orang lain demi *smartphone* atau sering disebut *phubbing* ini dapat disebabkan karena ketidakmampuan individu dalam mengontrol *smartphone* dan penggunaan internet mereka secara benar saat bersama orang lain. Terbiasanya dalam memeriksa *smartphone* secara intens meskipun tidak ada keperluan mendesak yang harus dilakukan dengan *smartphone* ini juga dapat terjadi jika individu sedang dalam proses komunikasi interpersonal yang tidak diinginkan. Kesulitan individu dalam berbicara dengan orang lain di dunia nyata serta merasa bosan atau tidak nyaman di lingkungan sekitar membuat individu menggunakan *smartphone*-nya sebagai pengalihan dari perasaan tidak nyaman berkomunikasi tersebut.

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* ialah *fear of missing out*. Variabel *fear of missing out* memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap *phubbing* dengan menunjukkan perasaan seseorang yang gelisah apabila melihat orang lain melakukan atau merasakan yang lebih baik dari dirinya sehingga secara terus menerus mengecek *smartphone*-nya. Dengan begitu, seseorang dikatakan memiliki tingkat *fear of missing out* yang tinggi apabila ia melakukan *phubbing* dengan

memiliki rasa takut akan tertinggal informasi yang sedang dilakukan orang lain dalam dunia maya walaupun sedang berkumpul dengan orang lain secara tatap muka.

FoMO dapat melemahkan seseorang dengan membangkitkan rasa tidak aman mereka dan telah ditemukan terkait dengan penggunaan *smartphone* yang terus menerus (Carbonell, Obert, dan Beranuy, dalam Chotpitayasunondh dan Douglas, 2018). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) yang mengatakan model dalam penelitian tersebut membuktikan bahwa variabel-variabel seperti *fear of missing out*, *self control*, dan *internet addiction* berpengaruh secara signifikan terhadap *phubbing* dengan melalui *smartphone addiction*. Seseorang yang merasakan takut kehilangan akan informasi atas apa yang dilakukan orang lain akan cenderung untuk mencari tahu melalui *smartphone* yang dimilikinya. Dengan demikian, orang tersebut akan lebih fokus terhadap apa yang dikhawatirkannya daripada orang-orang yang ada disekitarnya. Seseorang yang merasakan kekhawatiran dan kecemasan dalam sebuah lingkungan sosial akan cenderung mengalihkan perhatiannya kepada *smartphone* yang dimilikinya sehingga orang tersebut akan mengabaikan orang-orang yang ada disekitarnya.

Setelah melihat berbagai pemaparan diatas, peneliti menyimpulkan bahwa individu yang memiliki perilaku *phubbing* yang tinggi akan memicu rendahnya tingkat kenyamanan yang diakibatkan oleh komunikasi interpersonal dan sebaliknya, individu yang memiliki perilaku *phubbing* akan memicu tingginya tingkat kenyamanan yang diakibatkan oleh komunikasi interpersonal. Lalu, individu yang memiliki tingkat *fear of missing out* yang tinggi akan melakukan perilaku *phubbing* yang tinggi dan individu yang memiliki tingkat *fear of missing out* yang rendah akan melakukan perilaku *phubbing* yang rendah. Dan hal itu sejalan dengan teori dan penelitian yang telah dijelaskan diatas.

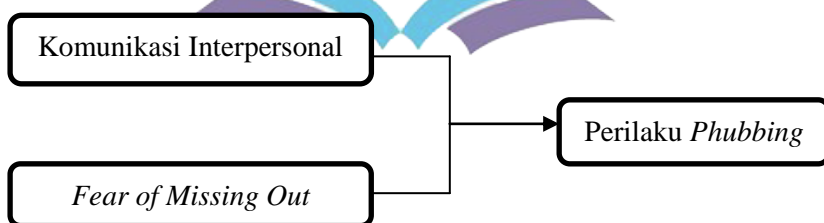
E. Kerangka Berfikir

Perilaku *Phubbing* adalah suatu sikap, yang mana kita mengabaikan siapa yang berinteraksi dengan kita dan lebih memilih menggunakan telepon genggamnya, dimana dapat menurunkan kualitas hubungan, serta kesehatan mental dan kemampuan berinteraksi.

Perilaku *phubbing* disebabkan oleh rendahnya tingkat kenyamanan yang diakibatkan oleh komunikasi interpersonal, sehingga individu menggunakan ponselnya dengan sengaja untuk menghindari percakapan di dunia nyata. Komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian pesan antara komunikator (sumber informasi) dan komunikan (penerima pesan) secara tatap muka dengan adanya umpan balik baik secara verbal maupun nonverbal.

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* adalah *fear of missing out*. *Fear of missing out* adalah perasaan bahwa orang lain bersenang-senang, hidup lebih baik atau memiliki pengalaman yang lebih baik dari dirinya. *Fear of missing out* bukan hanya perasaan yang bisa lebih baik dari seseorang, tetapi juga menyiratkan perasaan kehilangan sesuatu yang dianggap penting.

Tujuan utama pada penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang hubungan antara komunikasi interpersonal dan *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa.



F. Hipotesis

Hipotesis ini bersifat sementara dan dibutuhkan penelitian secara empiris untuk mendapatkan hasil yang sesuai dengan penelitian.

Berdasarkan teori dan kerangka berfikir diatas dapat ditegaskan bahwa terdapat 3 hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara komunikasi interpersonal dengan perilaku *phubbing*
2. Ada hubungan antara *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing*
3. Ada hubungan antara komunikasi interpersonal dan *fear of missing out* dengan perilaku *phubbing*.



DAFTAR PUSTAKA

- Abel, J. P. (2016). *Scale Development and Assessment*. 14(1), 33–44.
- Ambarita, W. N. (2017). Fear of Missing Out Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Ekstrovert dan Introvert. *Skripsi*.
- APJII. (2019). *Infografis : Penetrasi & Perilaku Penggunaan Internet Indonesia*. Retrieved from Apjii.or.Id.
- Auter, P. J. (2007). Portable Social Groups: Willingness to Communicate , Interpersonal Communication Gratifications , and Cell Phone Use Among Young Adults. *Int. J. Mobile Communications*, 5(2)
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Belajar.
- Billieux, J. V. (2007). Does Impulsivity Relate to Perceived Dependence and Actual Use of The Mobile Phone? *Applied Cognitive Psychology*, 527–537.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). Efek “Phubbing” Pada Interaksi Sosial. *Journal of Applied Social Psychology*, 1–40. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). *Bagaimana “Phubbing” Menjadi Norma: Antecedent dan Konsekuensi Dari Penghinaan Melalui Smartphone*. 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.201>
- Damashinta. (2022). *Phubbing Menjauhkan Yang Dekat*. Retrieved from News SoloPos.Com.
- DeVito, J. A. (2010). *Komunikasi Antarmanusia*. Kharisma Publishing Group.

- Fauzan, A. A. (2018). Analisis Psikometrik Instrumen Phubbing Dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya. *Skripsi*.
- Galuh, P. (2015). Hubungan Konsep Diri dengan Kemampuan komunikasi Interpersonal Pada Remaja. *Skripsi*.
- Ghifary & Kurnia. (2015). Intensitas Penggunaan Smartphone dan Perilaku Komunikasi (Studi Pada Pengguna Smartphone di Kalangan Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Telkom). *Jurnal Sosioteknologi*, 170.
- Hafizah, N., Adriansyah, M. A., & Permatasari, R. F. (2021). Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing. *Jurnal Ilmiah*, 9(3), 630–645. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena Phubbing Di Era Milenial (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya). *Jurnal Interaksi*, 4(1), 42–51.
- Haomasan & Nofharina. (2018). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Pola Komunikasi Interpersonal Siswa SMP Negeri 50 Bandung. *Komunikasi*, 1–7.
- Hasanah, H. (2015). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dalam Menurunkan Problem Tekanan. *SAWWA*, 11, 51–74.
- Heriyanti, F. E. (2020). Hubungan Antara Kemampuan Komunikasi Interpersonal Dengan Fear of Missing Out. *Skripsi*.
- Hura, M. S., Sitasari, N. W., Rozali, Y. A., Psikologi, F., & Unggul, U. E. (2021). Pengaruh Fear Of Missing Out Terhadap Perilaku Phubbing. *Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 34–45.
- Karadag et all. (2015). Determinants Of Phubbing, Which is The Sum of Many Virtual Addictions:A Structural Equation Model.

Journal of Behavioral Addictions.
<https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>

- Kurnia, S., Sitasari, N. W., Psikologi, F., & Unggul, U. E. (2020). Kontrol Diri Dan Perilaku Phubbing Pada Remaja Di Jakarta. *Jurna Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 18, 58–67.
- Malay, N. M. (n.d.). *Belajar Mudah & Praktis (Analisis Data dengan SPSS dan Jasp)*. CV Madani Jaya.
- Mariati, L. H., & Sema, M. O. (n.d.). Hubungan Perilaku Phubbing Dengan Proses Kesehatan Universitas Katolik Indonesia Santu Paulus Ruteng. *Jurnal Wawasan Kesehatan*, 002, 51–55.
- Muliana, I. W. (2019). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal dengan Kecenderungan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa. *Skripsi*.
- Pathak, S. (n.d.). *McCann Melbourne Made Up a Word to Sell a Print Dictionary: New Campaign for Macquarie Birthed "Phubbing."*
- Przybylski, A. K. (2013). Motivation, Emotional and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out. *Computer in Human Behavior*, 1841–1848.
- Pusparisa, A. D. (2022). *Berapa Jumlah Pengguna Smartphone Dunia*. Retrieved from Databoks.Katadata.Co.Id.
- Putra, A. D. (2018). Hubungan Antara Fear of Missing Out Dengan Kesejahteraan Psikologis Pengguna Instagram Pada Masa Transisi Menuju Dewasa. *Skripsi*.
- Robert, J. A. (2016). My Life Has Becomes a Major Distraction From My Cell Phone: Partner Phubbing and Relationship Satisfaction Among Romantic Partner. *Computer in Human Behavior*, 134–141.

Ruliana, P. (2019). *Teori Komunikasi*. Rajawali Pers.

Sudaryono. (2018). *Metodologi Penelitian*. Rajawali Pers.

Sugiyono. (n.d.). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Syifa, A. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 83–96. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6309>

Taufik, E., Dewi, S. Y., & Muktamiroh, H. (2020). *Hubungan Kecanduan Smartphone Dengan Kecenderungan Perilaku Phubbing Pada Remaja Di SMAN 34 Jakarta Selatan*.

Tekeng, N. Y. (2016). Peranan Kepuasan Kebutuhan Dasar Psikologis dan Orientasi Tujuan Mastery Approach Terhadap Belajar Berdasarkan Regulasi Diri. *Jurnal Psikologi*, 85–106.

Wilmer, H. H., Sherman, L. E., & Chein, J. M. (2017). Smartphones and Cognition: A Review of Research Exploring the Links between Mobile Technology Habits and Cognitive Functioning. *Frontiers in Psychology*, 8(April), 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00605>

Wulandari, A. (2020). Hubungan Kontrol Diri Dengan Fear of Missing Out Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial. *Skripsi*.