

# Hubungan Perilaku *Phubbing* dan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya

Sindi Fitriana<sup>1\*</sup>, Ratna Sari Dewi<sup>1</sup>

[1] Universitas Sriwijaya, Indonesia.

## Abstract

This study aims to determine the relationship between phubbing behavior and interpersonal communication in students of the Guidance and Counseling Study Program of Sriwijaya University. This study involved 366 students of the Guidance and Counseling Study Program of Sriwijaya University from the Indralaya and Palembang classes from 2021 to 2024, with a sample of 79 students obtained through the Slovin formula. The sampling technique applied was Probability Sampling with the Simple Random Sampling method. The research instrument consists of a phubbing behavior scale and an interpersonal communication scale, with data analysis using Pearson Product Moment correlation. The results of this study found that a significant negative relationship between phubbing behavior and interpersonal communication ( $r = -0.468$ ,  $p < 0.05$ ), which means that the higher the phubbing behavior, the lower the interpersonal communication skills of students. This finding shows the importance of building awareness in the wise use of technology so as not to reduce the quality of social interactions, especially in academic environments that highly demand good communication skills.

**Keywords:** Phubbing; Interpersonal Communication; Student

## Article Info

Artikel History: Submitted: 2025-05-02 | Published: 2025-06-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v15i2.12526>

Vol 15, No 2 (2025) Page: 565 - 574

(\*) Corresponding Author: Sindi Fitriana, Universitas Sriwijaya, Indonesia, Email: [sindifitrianaaa@gmail.com](mailto:sindifitrianaaa@gmail.com)



Ini adalah artikel akses terbuka yang disebarluaskan di bawah ketentuan [Lisensi Internasional Creative Commons Atribusi 4.0](#), yang mengizinkan penggunaan, penyebaran, dan reproduksi tanpa batasan di media mana pun dengan mencantumkan karya asli secara benar.

## PENDAHULUAN

Di tengah arus globalisasi dan urbanisasi, peradaban manusia mengalami perkembangan yang sangat cepat dalam sektor teknologi, transportasi, dan industri. Perkembangan teknologi, khususnya di bidang informasi dan komunikasi, mengalami lonjakan signifikan melalui berbagai inovasi perangkat modern. Salah satu kemajuan yang paling menonjol adalah kehadiran *smartphone*, yaitu perangkat telepon pintar portabel yang dapat

terhubung ke internet. *Smartphone*, yang kini dilengkapi dengan teknologi kecerdasan buatan, telah menjadi alat komunikasi yang canggih dan banyak digunakan oleh masyarakat luas. Fitur-fitur canggih yang tersedia pada perangkat ini telah mengubah pola komunikasi antarindividu secara drastis (Andiana & Barida, 2021).

Mulyati & NRH (2018) mencatat bahwa penggunaan *smartphone* di Indonesia telah mencapai angka 25%, yang dipengaruhi oleh harga perangkat yang semakin terjangkau sehingga meningkatkan minat pasar. Hal ini diperkuat oleh temuan Alrasheed & Aprianti (2018) yang menunjukkan bahwa kemudahan akses terhadap jaringan internet turut mendorong meningkatnya penggunaan *smartphone*. Berdasarkan survei terbaru dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia APJII (2024) jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2023 tercatat sebanyak 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa. Tingkat penetrasi internet di Indonesia mencapai 79,5%, meningkat sebesar 1,4% dibandingkan tahun sebelumnya.

Kemajuan *smartphone* saat ini berlangsung sangat pesat, dilengkapi dengan beragam fitur menarik yang membuat para penggunanya merasa sulit untuk melepaskan diri dari perangkat tersebut. Ketika *smartphone* terhubung ke internet dan digunakan untuk mengakses media sosial, hal ini memicu berbagai perubahan sosial. Salah satu dampaknya adalah pergeseran pola interaksi individu terhadap orang-orang di sekitarnya, khususnya ketika mereka terlalu larut dalam aktivitas media sosial melalui *smartphone*, atau bahkan hanya karena gangguan kecil seperti getaran ponsel yang membuat mereka kehilangan fokus dari percakapan langsung (Mujianto & Nurhadi, 2023).

Fenomena yang disebut "*phubbing*" atau "generasi menunduk" terjadi ketika seseorang lebih memusatkan perhatian pada *smartphone* mereka daripada berkomunikasi langsung dengan orang di sekitarnya. Secara etimologis, istilah "*phubbing*" berasal dari penggabungan dua kata dalam bahasa Inggris, yaitu "phone" (telepon) dan "snubbing" (mengabaikan atau menolak). Istilah ini digunakan untuk mendeskripsikan kecenderungan seseorang yang lebih memilih berinteraksi dengan gadget mereka dibandingkan berkomunikasi langsung dengan orang lain (Abeelee, 2020). Karadağ et al., (2015) mendefinisikan *phubbing* sebagai kebiasaan seseorang yang kerap melihat *smartphone* saat berinteraksi dengan orang lain atau terlalu asyik dengan perangkat tersebut hingga mengabaikan komunikasi interpersonal.

Chotpitayasonondh & Douglas (2018) mendefinisikan *phubbing* sebagai tindakan di mana seseorang kerap mengabaikan lawan bicara mereka demi menggunakan *smartphone*. Fenomena ini dapat terjadi dalam berbagai konteks dan telah menjadi aspek umum dalam interaksi sosial di era digital. *Phubbing* banyak dijumpai pada generasi Z, yaitu individu yang lahir antara 1995 hingga 2010. Dalam membangun hubungan interpersonal, mereka lebih mengandalkan media sosial, karena merasa bahwa kebutuhan informasi dapat dipenuhi melalui layar *smartphone*. Mahasiswa, yang termasuk dalam generasi milenial dan Z merupakan kelompok yang sangat terdampak oleh penggunaan ponsel dan rentan terhadap *phubbing*. Tingginya kecenderungan mahasiswa dalam menggunakan ponsel menjadikan mereka fokus utama dalam berbagai penelitian terkait fenomena ini.

Ugur & Koc (2015) melakukan penelitian di Turki yang mengungkapkan bahwa semua mahasiswa diharapkan untuk memiliki dan membawa ponsel pintar ke kampus. Selain membantu pembelajaran akademis, perangkat ini juga sering digunakan untuk aktivitas pribadi sepanjang hari. Meskipun ponsel pintar meningkatkan komunikasi dan berfungsi sebagai sumber hiburan, penggunaan yang berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan, seperti kebiasaan memeriksa notifikasi secara terus-menerus.

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dalam komunikasi interpersonal dapat menyebabkan seseorang merasa diabaikan atau kurang dihargai saat menyampaikan informasi atau pesan.

Devito (2013) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran pesan yang efektif antara individu, yang berpengaruh terhadap kualitas hubungan sosial maupun profesional. Sementara itu, dalam bukunya "Ilmu Komunikasi", Mulyana (2015) menekankan bahwa esensi komunikasi terletak pada penerimaan dan pemahaman bersama terhadap suatu gagasan, makna, atau pesan. Seiring perkembangan waktu, komunikasi semakin erat kaitannya dengan proses berbagi dan penyampaian gagasan, sebagaimana tercermin dalam ungkapan seperti berbagi ide, mendiskusikan makna, dan mengirimkan pesan.

Kemampuan komunikasi interpersonal yang baik memiliki peran penting dalam berbagai aspek kehidupan, baik di lingkungan akademis maupun di luar kampus. Goleman (2005) menekankan bahwa kecerdasan emosional yang di dalamnya termasuk kemampuan berkomunikasi secara efektif, berkontribusi pada kesuksesan individu dalam bidang akademik, sosial, dan profesional. Mahasiswa yang memiliki kemampuan komunikasi yang kuat lebih mampu membangun hubungan sosial yang harmonis, bekerjasama dalam kelompok, dan menyampaikan ide dengan jelas dan sistematis. Bagi mahasiswa BK, keterampilan ini juga berperan penting dalam membangun hubungan profesional di masa depan, baik dengan klien, rekan kerja, maupun lingkungan sekitar. Oleh karena itu, pendidikan dan pelatihan mahasiswa BK harus mengutamakan pengembangan komunikasi interpersonal agar mereka dapat menjadi konselor yang kompeten dan tanggap terhadap kebutuhan klien.

Hasil wawancara dalam studi pendahuluan dengan mahasiswa BK Universitas Sriwijaya pada 20 dan 22 Februari 2025 menunjukkan bahwa ketika seorang teman sedang memberikan presentasi di kelas, banyak mahasiswa yang justru sibuk mengobrol atau menggunakan ponsel untuk mengakses media sosial, sehingga perhatian terhadap presentasi menjadi terabaikan. Tidak jarang pula mahasiswa bermain game online saat pelajaran berlangsung atau mencari informasi yang tidak berkaitan dengan materi, seperti berbelanja online atau melihat jadwal film. Faktor utama yang mendorong penggunaan *smartphone* saat berkomunikasi langsung antara lain rasa bosan, keinginan untuk tetap terhubung dengan teman melalui media sosial, rasa ingin tahu terhadap aktivitas orang lain, serta kebiasaan yang sulit dihentikan.

Beberapa mahasiswa mengakui bahwa mereka sering merasa terdorong untuk memeriksa ponsel meskipun tidak ada notifikasi, yang menunjukkan tingkat ketergantungan yang tinggi terhadap perangkat tersebut. Kebiasaan ini berdampak pada menurunnya kualitas komunikasi interpersonal, di mana mereka menjadi kurang fokus dalam berinteraksi, tidak memberikan perhatian penuh kepada lawan bicara, dan percakapan kerap terganggu akibat distraksi dari penggunaan ponsel.

Sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan pada 27 Februari 2025 dengan Bapak Romi Fajar Tanjung, M.Pd., salah satu dosen Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya, menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* berdampak negatif terhadap komunikasi interpersonal mahasiswa. Berdasarkan pengamatannya, mahasiswa yang kerap lebih fokus pada penggunaan ponsel saat berinteraksi dengan orang lain cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan yang harmonis dengan teman sebaya, dosen, serta lingkungan sosial di kampus.

Menurut Bapak Romi Fajar Tanjung, M.Pd, *phubbing* berkontribusi pada respon emosional yang tidak tepat dan menurunnya empati dalam interaksi sosial. Hasil

wawancara dengan beberapa mahasiswa menunjukkan bahwa komunikasi menjadi kurang efektif dan kepuasan dalam berkomunikasi menurun, terutama ketika individu kesulitan untuk mempertahankan fokus pada isi pesan dan kurang terlibat secara aktif. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yusnita & Syam (2017) yang menemukan bahwa perilaku ini secara signifikan mempengaruhi interaksi sosial, dengan koefisien regresi sebesar 0,625. *Phubbing* muncul akibat penggunaan ponsel yang berlebihan, yang berdampak negatif pada komunikasi sehari-hari.

Berdasarkan berbagai permasalahan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa *phubbing* merupakan perilaku yang mengganggu dan menimbulkan keresahan. Salah satu faktor yang menyebabkan kegagalan individu dalam membangun komunikasi yang efektif adalah berkurangnya fokus komunikasi dalam memahami pesan yang disampaikan oleh komunikator. Semakin sering seseorang melakukan *phubbing* dalam situasi yang seharusnya melibatkan interaksi langsung, semakin melemah hubungan sosial antar individu. Dalam konteks ini, terdapat indikasi bahwa *phubbing* memiliki keterkaitan dengan kualitas komunikasi interpersonal. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai "*Hubungan Perilaku Phubbing dengan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya*".

## **METODE**

### **Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional, yang bertujuan untuk mengidentifikasi adanya hubungan antara perilaku *phubbing* dan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya. Pendekatan kuantitatif sendiri didasarkan pada paradigma positivistik, di mana penelitian dilakukan terhadap populasi atau sampel tertentu dengan menggunakan instrumen pengumpulan data, kemudian dianalisis secara statistik guna menguji hipotesis yang telah dirumuskan (Sugiyono, 2020). Sementara itu, metode korelasional merupakan jenis penelitian yang dilakukan melalui proses pengumpulan data untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dua atau lebih variabel, serta sejauh mana kekuatan hubungan di antara variabel-variabel tersebut.

### **Partisipan**

Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya dari kelas Indralaya dan Palembang angkatan 2021 hingga 2024, dengan total sebanyak 366 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode *probability sampling*, khususnya teknik *simple random sampling*. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin, sehingga diperoleh 79 mahasiswa sebagai responden penelitian.

### **Instrumen Penelitian**

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket atau kuesioner dengan skala Likert. Instrumen yang digunakan mencakup skala *phubbing* dan skala komunikasi interpersonal. Skala *phubbing* dalam penelitian ini merupakan adopsi dari skala yang dikembangkan oleh (Fauzan, 2018), sedangkan skala komunikasi interpersonal merupakan adaptasi dari skala penelitian (Aisyah, 2020). Setelah melalui uji validitas dan reliabilitas, jumlah item pernyataan yang dinyatakan layak sebagai alat ukur terdiri dari 17 item untuk skala *phubbing* dan 31 item untuk skala komunikasi interpersonal.

### Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, analisis data dilakukan menggunakan teknik *Product Moment*, yang berfungsi untuk menghitung koefisien korelasi guna menentukan adanya hubungan antara variabel bebas ( $x$ ) dan variabel terikat ( $y$ ). Sebelum menguji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat, yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Setelah kedua uji ini terpenuhi, barulah dilanjutkan dengan uji hipotesis untuk menilai signifikansi hubungan antara kedua variabel tersebut.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data tingkat *phubbing* dan komunikasi interpersonal mahasiswa diklasifikasikan ke dalam lima kategori, yang akan disajikan dalam tabel berikut:

Table 1. Tingkat Kategorisasi *Phubbing*

Kategorisasi	Hasil	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$x \leq 34$	6	8%
Rendah	$34 \leq x \leq 38$	15	19%
Sedang	$38 \leq x \leq 43$	29	37%
Tinggi	$43 \leq x \leq 47$	23	29%
Sangat Tinggi	$x \geq 47$	6	8%
Total		79	100%

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 1, sebagian besar mahasiswa dalam sampel penelitian tergolong dalam kategori *phubbing* sedang, yaitu sebesar 37% atau sebanyak 29 mahasiswa. Selanjutnya, kategori *phubbing* tinggi menempati urutan kedua dengan persentase 29% (23 mahasiswa), disusul oleh kategori rendah yang mencakup 19% (15 mahasiswa). Sementara itu, kategori sangat tinggi dan sangat rendah masing-masing memiliki persentase yang sama, yaitu 8% (6 mahasiswa).

Dengan demikian, secara keseluruhan, tingkat *phubbing* di kalangan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya berada dalam kisaran skor 38–43, yang diklasifikasikan ke dalam kategori sedang, dengan jumlah mahasiswa terbanyak yaitu 37% atau 29 mahasiswa.

Table 2. Tingkat Kategorisasi Komunikasi Interpersonal

Kategorisasi	Hasil	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$x \leq 82$	5	6%
Rendah	$34 \leq x \leq 91$	15	19%
Sedang	$38 \leq x \leq 100$	36	46%
Tinggi	$43 \leq x \leq 109$	15	19%
Sangat Tinggi	$x \geq 109$	8	10%
Total		79	100%

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 2, sebagian besar mahasiswa yang menjadi sampel penelitian berada pada kategori komunikasi interpersonal tingkat sedang, yaitu sebanyak 36 orang atau 46%. Selanjutnya, kategori tinggi dan rendah masing-masing mencakup 15 mahasiswa atau 19%. Sementara itu, sebanyak 5 mahasiswa (6%) termasuk dalam kategori sangat rendah, dan 8 mahasiswa (10%) berada pada kategori sangat tinggi.

Dari temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan, rata-rata tingkat komunikasi interpersonal mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas

Sriwijaya berada dalam rentang skor 38–100, yang diklasifikasikan ke dalam kategori sedang, dengan jumlah mahasiswa terbanyak yaitu 46% atau 36 mahasiswa.

Table 3. Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>		
		<i>Unstandardised Residual</i>
<i>N</i>		79
<i>Normal Parameters<sup>a,b</sup></i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std. Deviation</i>	8.18949278
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.097
	<i>Positive</i>	.097
	<i>Negative</i>	-.052
<i>Test Statistic</i>		.097
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.066 <sup>c</sup>
<i>a. Test distribution is Normal.</i>		
<i>b. Calculated from data.</i>		
<i>c. Lilliefors Significance Correction</i>		

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0.066. Karena nilai ini lebih besar dari batas signifikansi 0.05 ( $p > 0.05$ ), dapat disimpulkan bahwa distribusi data residual bersifat normal. Dengan demikian, asumsi normalitas dalam analisis data terpenuhi, sehingga data dapat digunakan dalam analisis korelasional.

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

<i>ANOVA Table</i>							
			<i>Sum of Squares</i>	<i>df</i>	<i>Mean Square</i>	<i>F</i>	<i>Sig.</i>
KOMUNIKASI INTERPERSONAL *PUBBING	<i>Between Groups</i>	<i>(Combuned)</i>	2607.088	18	144.838	2.123	.016
		<i>Linearity</i>	1468.307	1	21.527	21.527	.000
		<i>Deviation from Linearity</i>	1138.781	17	.982	.982	.489
<i>Within Groups</i>			4092.507	60			
<i>Total</i>			6699.595	78			

Berdasarkan hasil uji linearitas ANOVA yang ditampilkan dalam Tabel 4, penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS versi 25 dengan metode *test for linearity*, di mana suatu hubungan dianggap linear jika nilai signifikansi lebih dari 0.05 ( $p > 0.05$ ). Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi dalam tabel ANOVA sebesar 0.489, yang melebihi ambang batas 0.05. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa variabel *phubbing* dan komunikasi interpersonal memiliki hubungan yang bersifat linear.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi *Pearson Product Moment*

		<i>PHUBBING</i>	<i>KOMUNIKASI INTERPERSONAL</i>
<i>PHUBBING</i>	<i>Pearson Correlation</i>	1	-.468**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		.000
	<i>N</i>	79	79
<i>KOMUNIKASI INTERPERSONAL</i>	<i>Pearson Correlation</i>	-.468**	1
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	
	<i>N</i>	79	79

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson Product Moment pada Tabel 5, diperoleh koefisien korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0.468$  dengan nilai signifikansi ( $p$ ) =  $0.000$ . Karena nilai signifikansi lebih kecil dari  $0.05$  ( $p < 0.05$ ), dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *phubbing* dan komunikasi interpersonal. Dalam penelitian ini, nilai  $r$  hitung sebesar  $0.468$ , sedangkan nilai  $r$  tabel pada taraf signifikansi 5% dengan  $df = (79 - 2)$  adalah  $0.221$ . Karena ( $-0.468 > 0.221$ ) hubungan antara kedua variabel bersifat negatif. Artinya, semakin tinggi tingkat *phubbing* di kalangan mahasiswa, semakin rendah tingkat komunikasi interpersonal mereka. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *phubbing*, semakin tinggi kualitas komunikasi interpersonal yang mereka miliki. Dengan demikian, hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, sementara hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima, menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *phubbing* dan komunikasi interpersonal mahasiswa.

Berdasarkan hasil deskripsi statistik, nilai  $r$  hitung yang diperoleh adalah  $-0.468$ . Dengan tingkat signifikansi 5% dan jumlah sampel sebanyak 79 siswa, maka nilai  $r$  tabel yang diperoleh adalah  $0.221$ . Karena  $r$  hitung bernilai negatif dan lebih besar nilai absolutnya dari  $r$  tabel ( $-0.468 > 0.221$ ), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara perilaku *phubbing* dengan kemampuan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat *phubbing*, maka semakin rendah kemampuan komunikasi interpersonal, sedangkan semakin rendah *phubbing*, maka kualitas komunikasi interpersonalnya cenderung semakin baik.

Penggunaan *smartphone* yang luas di kalangan mahasiswa, seperti yang diamati dalam penelitian ini, menyoroti pergeseran penting dalam pola komunikasi interpersonal. Data menunjukkan bahwa gangguan komunikasi termasuk dalam kategori rendah, yang menunjukkan bahwa mahasiswa masih dapat mempertahankan komunikasi yang mendasar meskipun sering menggunakan *smartphone*. Namun, aspek Obsesi terhadap *Smartphone* dikategorikan tinggi, yang menunjukkan bahwa perhatian mahasiswa sering tertuju pada dunia digital, yang pada akhirnya mengurangi kualitas interaksi tatap muka mereka.

Analisis lebih lanjut mengenai komunikasi interpersonal mengungkap adanya ketidakseimbangan antara aspek dukungan (*supportiveness*) dan sikap positif (*positiveness*). Rendahnya tingkat dukungan mencerminkan kurangnya kemampuan mahasiswa dalam menunjukkan empati, memberikan dukungan emosional, serta memberi perhatian penuh saat berinteraksi. Di sisi lain, tingginya sikap positif menunjukkan bahwa mereka tetap bersikap terbuka, ramah, dan optimis dalam komunikasi. Devito (2013) menyatakan bahwa ketimpangan ini mengindikasikan bahwa interaksi interpersonal cenderung bersifat dangkal dan kurang memiliki kedalaman emosional yang signifikan.

Berdasarkan analisis kategori data, mayoritas mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya berada dalam kategori *phubbing* sedang, dengan persentase sebesar 37% atau sebanyak 29 mahasiswa dalam rentang skor 38–43. Sementara itu, dalam variabel komunikasi interpersonal, mayoritas mahasiswa juga berada pada kategori sedang, dengan persentase 46% atau sebanyak 36 mahasiswa dalam rentang nilai 38–100. Dengan demikian, kedua variabel, baik *phubbing* maupun komunikasi interpersonal, secara umum berada dalam kategori sedang.

Fenomena ini menunjukkan bahwa mahasiswa cukup sering mengalihkan perhatian dari lawan bicara akibat penggunaan *smartphone*, meskipun belum pada tingkat yang ekstrem. *Phubbing* dengan intensitas sedang berpotensi mengurangi kedekatan dalam interaksi, sesuai dengan pandangan David & Roberts (2017) yang menyatakan bahwa

perilaku ini dapat menurunkan kepuasan hubungan dan meningkatkan perasaan keterasingan. Ketika mahasiswa melakukan *phubbing*, mereka secara tidak langsung menyampaikan pesan nonverbal bahwa lawan bicara kurang memiliki prioritas, yang pada akhirnya dapat melemahkan kualitas hubungan interpersonal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa temuan dari penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh Premanatalia (2023) menemukan adanya hubungan negatif antara perilaku *phubbing* dan komunikasi interpersonal pada mahasiswa UIN SUSKA Riau, dengan nilai korelasi sebesar -0.126 dan tingkat signifikansi 0.023. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan komunikasi interpersonal seseorang, maka semakin rendah kecenderungannya untuk melakukan perilaku *phubbing*.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Aditia (2021) dijelaskan bahwa ketika seseorang menjadi korban *phubbing*, mereka cenderung membalas dengan perilaku serupa alih-alih memperbaiki hubungan melalui komunikasi langsung yang lebih efektif. Hal ini dapat memperparah kerusakan dalam hubungan sosial, yang disebabkan oleh kurangnya kepedulian terhadap lingkungan sekitar akibat fokus berlebihan pada penggunaan *smartphone*, terutama dalam aktivitas media sosial.

Penelitian K et al., (2024) menemukan korelasi negatif yang kuat antara *phubbing* dan komunikasi interpersonal mahasiswa Universitas X. Interaksi mahasiswa dengan dosen menurun seiring meningkatnya *phubbing*. Dengan melibatkan 388 mahasiswa aktif sebagai sampel, analisis menggunakan Spearman Rho menunjukkan bahwa semakin sering mahasiswa melakukan *phubbing*, semakin rendah kualitas interaksi mereka dengan dosen ( $p = 0.000$ ,  $r = -0.429$ ).

Penelitian ini telah memberikan bukti yang cukup bahwa terdapat hubungan negatif antara perilaku *phubbing* dan komunikasi interpersonal pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya. Meskipun demikian, terdapat sejumlah keterbatasan dalam penelitian ini. Salah satunya adalah subjek penelitian yang hanya terbatas pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya, sehingga temuan penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas. Selain itu, data dikumpulkan melalui kuesioner self-report yang berpotensi menimbulkan bias sosial. Penelitian ini juga menggunakan desain korelasional, sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung. Beberapa variabel lain yang mungkin berpengaruh, seperti tingkat stres dan pola penggunaan media sosial, belum turut dianalisis secara mendalam. Keterbatasan lain adalah waktu dan konteks pengumpulan data yang terbatas dalam lingkungan akademik tertentu, yang juga dapat memengaruhi hasil penelitian ini.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya menemukan adanya korelasi negatif antara *phubbing* dan komunikasi interpersonal. Hasil analisis menunjukkan bahwa 37% (29 mahasiswa) berada pada kategori *phubbing* sedang, sementara 46% (36 mahasiswa) memiliki tingkat komunikasi interpersonal yang juga berada dalam kategori sedang. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan *smartphone* cukup sering mengganggu interaksi langsung dengan orang lain, meskipun belum mencapai tingkat yang ekstrem. Hasil uji hipotesis yang dilakukan dengan rumus korelasi product moment menghasilkan nilai korelasi sebesar -0.468 pada taraf signifikansi 5%, dengan jumlah responden sebanyak 79 orang dan nilai kritis sebesar 0.221. Hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak

karena nilai korelasi bernilai negatif dan lebih tinggi dari nilai kritis ( $-0.468 > 0.221$ ). Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa *phubbing* dan komunikasi interpersonal berkorelasi negatif. Dengan kata lain, mahasiswa yang melakukan lebih banyak *phubbing* memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang lebih buruk dan sebaliknya. Semakin berkurang intensitas *phubbing*, semakin meningkat kualitas komunikasi interpersonal mahasiswa.

## REFERENSI

- Abeele, M. M. P. Vanden. (2020). The Social Consequences of Phubbing: A Framework and Research Agenda. *The Oxford Handbook of Mobile Communication, Culture, and Informaiton*, 158–174.
- Aditia, R. (2021). Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 8–14.  
<https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Aisyah, S. (2020). *Keterampilan komunikasi interpersonal mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2018 Universitas Sriwijaya* [Universitas Sriwijaya]. <https://repository.unsri.ac.id/26803/>
- Alrasheed, K. B., & Aprianti, M. (2018). Kecanduan Gadget Dan Kaitannya Dengan Kecerdasan Emosi Remaja (Sebuah Studi Pada Siswa Smp Di Kecamatan Setiabudi Jakarta Selatan). *Jurnal Sains Psikologi*, 7(2), 136–142.  
<http://journal2.um.ac.id/index.php/JSPsi/article/view/5675>
- Andiana, Y. T., & Barida, M. (2021). Mengenal Fenomenal Perilaku Phubbing dikalangan Remaja. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Islami*, 1485–1493.  
<http://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/7902%0A>
- APJII. (2024). *APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang*. APJII (Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia). <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316.  
<https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and Alone: Phone Snubbing, Social Exclusion, and Attachment to Social Media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2). <http://dx.doi.org/10.1086/690940>
- Devito, J. A. (2013). The Interpersonal Communication Book. In *The Speech Teacher* (13th Editi). Boston : Pearson Education., 2013.  
<https://doi.org/10.1080/03634527209377915>
- Fauzan, A. A. (2018). *Analisis psikometrik instrumen phubbing dan faktor-faktor yang mempengaruhinya* [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah].  
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/45846>
- Goleman, D. (2005). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Gramedia Pustaka Utama.
- K, D. N., Nurdin, M. N. H., & Kusuma, P. (2024). Hubungan antara Phubbing dengan Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 4(2).
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, I., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>

- 
- Mujiyanto, H., & Nurhadi, Z. F. (2023). Dampak Media Sosial Terhadap Budaya Pembentukan Budaya "Alone Together." *Scriptura*, 13(2), 120–128.  
<https://doi.org/10.9744/scriptura.13.2.120-128>
- Mulyana, D. (2015). Pengantar Ilmu Komunikasi. In *Pengantar Ilmu Komunikasi*. PT Remaja Rosdakraya, Bandung.
- Mulyati, T., & NRH, F. (2018). Kecanduan Smartphone Ditinjau dari Kontrol Diri dan Jenis Kelamin pada Siswa SMA Mardiswa Semarang. *Jurnal Empati*, 7(4), 152–161.
- Premanatalia, S. (2023). *Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dengan Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Suska Riau*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitati-Kualitatif Dan R&D*. Alfabeta Bandung.
- Yusnita, Y., & Syam, H. M. (2017). Pengaruh Perilaku Phubbing Akibat penggunaan Smartphone Berlebihan Terhadap Interaksi Sosial Manusia. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*, 2(3), 1–13.