

**FENOMENA *PHUBBING* DALAM KONTEKS BUDAYA DIGITAL:
DI KALANGAN PENGGUNA MEDIA SOSIAL AKTIF
(STUDI KASUS PADA MAHASISWA UNIVERSITAS LAMPUNG)**

SKRIPSI

Oleh

**SUCI ANANDA PUTRI
NPM 2116011020**



**JURUSAN SOSIOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2025**

**FENOMENA *PHUBBING* DALAM KONTEKS BUDAYA DIGITAL:
DI KALANGAN PENGGUNA MEDIA SOSIAL AKTIF
(STUDI KASUS PADA MAHASISWA UNIVERSITAS LAMPUNG)**

Oleh

**SUCI ANANDA PUTRI
2116011020**

Skripsi

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA SOSIOLOGI**

Pada

**Jurusan Sosiologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik**



**FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK
UNIVERSITAS LAMPUNG
2025**

ABSTRAK

FENOMENA *PHUBBING* DALAM KONTEKS BUDAYA DIGITAL: DI KALANGAN PENGGUNA MEDIA SOSIAL AKTIF (STUDI KASUS PADA MAHASISWA UNIVERSITAS LAMPUNG)

Oleh
Suci Ananda Putri

Phubbing adalah perilaku mengabaikan lawan bicara karena lebih fokus pada ponsel, yang marak terjadi di era budaya digital, khususnya di kalangan pengguna media sosial aktif. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh indikasi meningkatnya ketergantungan mahasiswa pada smartphone dan media sosial, yang berdampak pada menurunnya kualitas interaksi tatap muka, hilangnya keterhubungan emosional, dan bergesernya makna komunikasi dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendorong *phubbing* serta dampaknya terhadap hubungan sosial dan kualitas interaksi tatap muka. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus pada mahasiswa Universitas Lampung, data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap delapan informan yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan intensitas penggunaan media sosial dan keragaman konteks tempat tinggal. Analisis data dilakukan secara interaktif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan. Temuan dianalisis menggunakan teori interaksi simbolik George Herbert Mead yang menyoroti pergeseran simbol komunikasi dari tatap muka ke digital yang membentuk identitas dan norma baru dalam budaya digital mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *phubbing* didorong oleh kecanduan smartphone, kecemasan sosial, *fear of missing out* (FoMO), preferensi interaksi online, dan lingkungan sosial yang minim komunikasi. Dampaknya mencakup menurunnya kepercayaan, keterhubungan emosional, serta kualitas komunikasi langsung. Namun, dalam beberapa situasi, *phubbing* juga menjadi bentuk adaptasi untuk menghindari ketegangan sosial.

Kata kunci: Kecemasan sosial, Interaksi simbolik, Interaksi online, Lingkungan sosial

ABSTRACT

THE PHENOMENON OF PHUBBING IN THE CONTEXT OF DIGITAL CULTURE: AMONG ACTIVE SOCIAL MEDIA USERS (A CASE STUDY OF UNIVERSITY OF LAMPUNG STUDENTS)

By

Suci Ananda Putri

Phubbing is the behavior of ignoring one's conversation partner because of being more focused on one's phone, which is prevalent in the digital culture era, especially among active social media users. This research is motivated by indications of increasing student dependence on smartphones and social media, which impacts the declining quality of face-to-face interaction, the loss of emotional connection, and the shifting meaning of communication in daily life. This research aims to identify the factors that drive phubbing and its impact on social relationships and the quality of face-to-face interactions. Using a qualitative approach with a case study method on students at the University of Lampung, data was collected thru interviews, observations, and documentation from eight informants selected using purposive sampling based on the intensity of social media use and the diversity of living contexts. Data analysis is conducted interactively thru the stages of data reduction, data presentation, and drawing conclusions. The findings were analyzed using George Herbert Mead's theory of symbolic interaction, which highlights the shift in communication symbols from face-to-face to digital, shaping new identities and norms within the digital culture of students. The research findings indicate that phubbing is driven by smartphone addiction, social anxiety, fear of missing out (FoMO), online interaction preferences, and a social environment with minimal communication. The impact includes decreased trust, emotional connection, and the quality of direct communication. However, in some situations, phubbing also serves as a form of adaptation to avoid social tension.

Keywords: Social anxiety, Symbolic interaction, Online interaction, Social environment

Judul Skripsi

**:FENOMENA PHUBBING DALAM KONTEKS
BUDAYA DIGITAL: DI KALANGAN PENGGUNA
MEDIA SOSIAL AKTIF (STUDI KASUS PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS LAMPUNG)**

Nama Mahasiswa

: Suci Ananda Putri

Nomor Pokok Mahasiswa

: 2116011020

Jurusan

: Sosiologi

Fakultas

: Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



1. Komisi Pembimbing

Teuku Fahmi, S.Sos., M.Krim.

NIP. 19850530 200812 1 002

2. Ketua Jurusan Sosiologi

A black ink signature of Damar Wibisono, written in a cursive style.

Damar Wibisono, S.Sos., M.A.

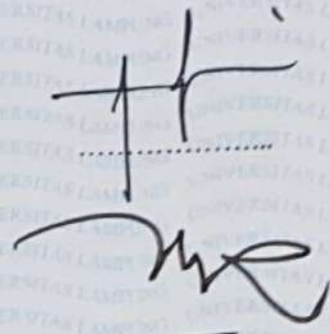
NIP. 198503152014041002

MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

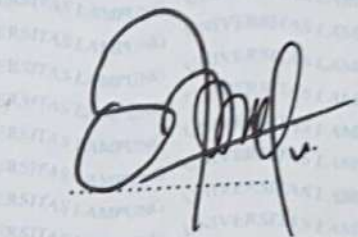
Ketua

: **Teuku Fahmi, S.Sos., M.Krim**



Penguji Utama

: **Drs. Usman Raidar, M.Si.**



Penguji Kedua

: **Imam Mahmud, S.Sos., M.Sos.**



2. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik



Prof. Dr. Anna Gustina Zainal, S.Sos., M.Si.

NIP. 19760821 200003 2 001

Tanggal Lulus Ujian Skripsi: 07 Agustus 2025

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi ini, adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik di Universitas Lampung maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan dari Komisi Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi.

Bandar Lampung, 19 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



Suci Ananda Putri
NPM 2116011020

RIWAYAT HIDUP



Penulis memiliki nama lengkap Suci Ananda Putri, lahir di Desa Ratna Daya Kecamatan Raman Utara Kabupaten Lampung Timur pada tanggal 12 November 2002. Penulis merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Rohmat Isnaini dan Alm. Ibu Purwati. Jenjang pendidikan yang ditempuh penulis dimulai dari pendidikan dasar di SD Negeri 4 Ratna Daya, pendidikan menengah pertama di SMP Negeri 3 Ratna Daya, dan pendidikan menengah atas di SMA Negeri 1 Purbolinggo.

Pada Tahun 2021 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Jurusan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi (SNMPTN). Semasa menjadi mahasiswa, penulis turut ikut serta dalam Unit Kegiatan Mahasiswa Fakultas (UKMF) Forum Studi Pengembangan Islam (FSPI) khususnya pada bidang Kemuslimahan hingga tahun 2022. Pada bulan Januari-Februari tahun 2024 penulis mengikuti Kuliah Kerja Nyata (KKN) selama 40 hari di Desa Tangkas, Kecamatan Kasui, Kabupaten Way Kanan. Selanjutnya, pada bulan Februari hingga Juli 2024 penulis mengikuti Program Magang MBKM selama satu semester di Dinas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DPPKB) Kota Bandar Lampung dan ditempatkan di Balai Penyuluhan Keluarga Berencana Kecamatan Teluk Betung Barat.

MOTTO

La Yukallifullahu Nafsan Illa Wus'aha

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Al-Quran, Surah Al-Baqarah ayat 286)

“Setiap langkah kecil yang berani adalah kemenangan atas rasa takut dan keraguan.”

(Suci Ananda Putri)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Hirobbil Alamin,

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kemudahan untuk segala urusan serta memberikan rahmat dan ridho-Nya sehingga penulis dapat mempersembahkan tulisan ini sebagai tanda terimakasih dan kasih sayang kepada:

Bapakku dan Alm. Ibuku

Bapak Rohmat Isnaini dan Alm. Ibu Purwati yang tak pernah lelah memberi semangat, doa, dan keteguhan di setiap langkah. Terima kasih atas segala pengorbanan dan kasih sayang yang tak pernah putus.

Kedua Adikku

Viana Refalina dan Rayyan Rizki Al Fikri yang selalu menjadi alasan untuk terus melangkah dan tidak menyerah. Kehadiran kalian adalah semangat, tawa, dan pengingat bahwa penulis tidak pernah sendiri.

Para Pendidik dan Bapak Ibu Dosen

Yang telah berjasa memberikan bimbingan dan ilmu yang sangat berharga melalui ketulusan dan kesabaran.

Sahabat-Sahabatku

Terimakasih untuk semua hari-hari yang penuh warna, Terimakasih selalu ada disaat suka dan duka, Semoga kalian selalu dalam lindungan-Nya

Almamaterku Tercinta

Universitas Lampung

SANWACANA

Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Fenomena *Phubbing* Dalam Konteks Budaya Digital : Di Kalangan Pengguna Media Sosial Aktif (Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Lampung)**” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Lampung.

Skripsi ini merupakan hasil dari proses panjang yang tidak terlepas dari bimbingan, dukungan, serta doa dari banyak pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, atas segala nikmat hidup, kekuatan, dan kesempatan yang telah diberikan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapakku tercinta bapak Rohmat Isnaini, terima kasih atas segala doa, didikan, pengorbanan, semangat dan kasih sayang yang sangat berlimpah yang telah diberikan.
3. Almarhum Ibuku, Ibu Purwati, terima kasih telah melahirkan dan membesarkan penulis dengan penuh kasih sayang, terima kasih atas pengorbanan dan pelajaran yang diberikan sedari penulis kecil hingga saat ini, walaupun tidak bisa membersamai penulis sampai proses penyelesaian skripsi terima kasih atas waktu dan semangat yang diberikan selama ini.
4. Rektor, Wakil Rektor, dan segenap pimpinan serta tenaga kerja Universitas Lampung.
5. Prof. Dr. Anna Gustina Zainal, S.Sos., M.Si., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung.

6. Bapak Damar Wibisono, S.Sos., M.A., selaku Ketua Jurusan Sosiologi Universitas Lampung.
7. Bapak Junaidi, S.Pd., M.Sos., selaku Sekertaris Jurusan Sosiologi Universitas Lampung.
8. Bapak Teuku Fahmi, S.Sos., M.Krim., selaku dosen pembimbing. Terima kasih penulis ucapkan karena telah dengan sabar dan penuh perhatian membimbing serta memberikan arahan selama proses penyusunan skripsi ini. Semoga segala ilmu, dukungan, dan kebaikan yang Bapak berikan dibalas dengan kesehatan, keberkahan, dan kebaikan yang berlipat ganda oleh Allah SWT.
9. Bapak Drs. Usman Raidar, M.Si., dan Bapak Imam Mahmud, S.Sos., M.Sos., selaku dosen penguji skripsi. Terima kasih atas segala saran dan masukan yang diberikan dalam seminar proposal, seminar hasil, hingga ujian komprehesif. Semoga segala ilmu, dukungan, dan kebaikan yang Bapak berikan dibalas dengan kesehatan, keberkahan, dan kebaikan yang berlipat ganda oleh Allah SWT.
10. Prof. Dr. Hartoyo, M.Si., selaku dosen pembimbing akademik. Terima kasih atas nasihat dan bimbingannya selama masa perkuliahan semoga selalu diberikan kesehatan dari Allah SWT.
11. Segenap Dosen di Jurusan Sosiologi FISIP Universitas Lampung. Terima kasih telah berbagi ilmu serta pengalaman selama masa perkuliahan.
12. Seluruh staf administrasi Jurusan Sosiologi dan staf administrasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik yang telah membantu melayani keperluan administrasi.
13. Untuk kedua Adikku, Viana Refalina dan Rayyan Rizki Al Fikri. Terima Kasih atas doa dan dukungan yang diberikan kepada penulis dalam menjalankan pendidikan.
14. Untuk Keponakan ku, Clemira Ar Rumi Sodiq. Terima kasih atas keceriaannya karena dapat menjadi penyemangat untuk penulis dalam mengerjakan skripsi.
15. Untuk Saudaraku, Ririn Tri Septiani, S.Pd., dan Aprilia Wulan Restiana. Terima kasih atas segala dukungan dan doa yang diberikan, terima kasih

sudah memberikan semangat dan menjadi pendengar yang baik atas keluhan kesah yang disampaikan oleh penulis.

16. Untuk Keluarga Besar Bapak Supardi. Terima kasih atas doa dan dukungan yang tak pernah putus selama proses perkuliahan ini.
17. Untuk kedua Bibik ku, Triastuti dan Sindi Tiara Ningrum. Terima kasih atas segala doa dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis selama ini.
18. Untuk sahabatku dari masa sekolah sampai saat ini, Lisa, Belia, Refi, Maura dan Naila. Terima kasih sudah kebersamai penulis dan selalu memberikan doa serta dukungan hingga saat ini.
19. Untuk sahabat kosan tercinta, Tamara Nisa, S.Ak., dan Fiartha. Terima kasih atas kebersamaan, candaan, dukungan, dan semangat yang selalu hadir ditengah kepenatan. Terima kasih sudah menjadi keluarga kedua yang selalu memberikan bantuan dan saran kepada penulis selama masa perkuliahan.
20. Untuk Inflasi, sahabat penulis sedari awal perkuliahan sampai saat ini, Melvina Putri Rikhardo, Kurnia Marisca, Lydia Yunartha Nainggolan. Terima kasih atas kebersamaan dari awal perkuliahan hingga saat ini, terima kasih sudah menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis di saat senang maupun sedih. Terima kasih atas segala dukungan, bantuan dan doa yang tak terkira.
21. Untuk sahabat seperjuangan menyelesaikan skripsi, Nanda Aprilia, Wilda Cyntia, dan Miftaql Zein. Terima kasih telah kebersamai penulis selama proses skripsi ini. Terima kasih atas, dukungan, bantuan, dan saran yang diberikan kepada penulis sehingga bisa sampai di tahap ini.
22. Untuk teman-teman selama masa perkuliahan terima kasih atas kebersamaan, diskusi, dan dukungan selama proses perkuliahan hingga skripsi ini.
23. Teman-teman Sosiologi 2021 yang telah menemani dan berjuang bersama selama masa perkuliahan hingga mendapatkan gelar sarjana.
24. Teman-teman KKN Desa Tangkas, Wahyuni, Cheni, dan Yudi. Terima kasih atas kebersamaannya dari masa KKN hingga saat ini, segala doa, dukungan, dan motivasi kalian sangat berharga bagi penulis.

25. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis dalam proses menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, terima kasih atas segala kebaikan dan bantuan yang diberikan kepada penulis, serta mohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam skripsi ini, karena penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Semoga karya ilmiah ini dapat berguna dan bermanfaat bagi banyak orang.

Bandar Lampung, 07 Agustus 2025

Penulis,

Suci Ananda Putri

2116011020

DAFTAR ISI

Halaman

DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
I. PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
a. Manfaat Teoritis	4
b. Manfaat Praktis	5
II. TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Tinjauan Tentang <i>Phubbing</i> (<i>Phone Snubbing</i>)	6
2.2 Tinjauan Tentang Penggunaan Media Sosial Aktif	9
2.3 Tinjauan Tentang Definisi Budaya Digital	10
2.4 Tinjauan Tentang Dampak <i>Phubbing</i> Terhadap Interaksi Sosial	12
2.5 Landasan Teori	14
2.6 Penelitian Terdahulu	16
2.7 Kerangka Pemikiran	21
III. METODE PENELITIAN	24
3.1 Tipe Penelitian	24
3.2 Lokasi Penelitian	25
3.3 Fokus Penelitian	25
3.4 Penentuan Informan	26
3.5 Sumber dan Jenis Data	27
a. Sumber Data	27
b. Jenis Data	28
3.6 Teknik Pengumpulan Data	28
a. Wawancara (<i>Interview</i>)	28
b. Observasi	29
c. Dokumentasi	30

3.7	Teknik Analisa Data	30
a.	Pengumpulan Data	31
b.	Reduksi Data	31
c.	Penyajian Data	31
d.	Penarikan Kesimpulan	31
IV.	GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN	33
4.1	Deskripsi Lokasi Penelitian (Universitas Lampung).....	33
a.	Sejarah Singkat Berdirinya Universitas Lampung	33
b.	Perkembangan Fakultas di Universitas Lampung	34
c.	Lokasi Universitas Lampung.....	36
d.	Visi, Misi, dan Tujuan Universitas Lampung	37
4.2	Kondisi Keseharian Mahasiswa Universitas Lampung	38
4.3	Alasan Memilih Lokasi Penelitian	39
V.	HASIL DAN PEMBAHASAN	40
5.1	Informan Penelitian	40
5.2	Faktor-Faktor yang Mendorong Perilaku <i>Phubbing</i>	45
a.	Kecanduan Media Sosial dan Smartphone (<i>Problematic Smartphone Use</i>).....	45
b.	Kecemasan Sosial (<i>Social Anxiety</i>)	47
c.	FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>).....	48
d.	Preferensi Interaksi Online	50
e.	Lingkungan Sosial yang Minim Interaksi	51
f.	Norma Sosial Baru dalam Budaya Digital	53
5.3	Dampak <i>Phubbing</i> terhadap Dinamika Hubungan Sosial	54
a.	Kepercayaan dalam Hubungan (<i>Trust</i>): Munculnya Perasaan Diabaikan dan Dampak Emosional	54
b.	Keterhubungan Emosional: Timbul Konflik dan Ketegangan Sosial....	55
c.	Frekuensi dan Kualitas Interaksi Berkurang: Munculnya Pola Hidup Individualistik.....	56
5.4	Dampak <i>Phubbing</i> Terhadap Kualitas Interaksi Tatap Muka.....	58
a.	Perhatian Penuh (<i>undivided attention</i>).....	58
b.	Respon Empati (<i>Empathy Response</i>).....	60
c.	Efektifitas Komunikasi: Menurunnya Intensitas dan Kualitas Komunikasi	61
5.5	Dampak Positif <i>Phubbing</i> dalam Konteks yang Berbeda.....	62
5.6	Hasil Observasi	64
5.7	Pembahasan Teoritis: Perilaku <i>Phubbing</i> dalam Perspektif Interaksi Simbolik.....	65

VI. KESIMPULAN DAN SARAN	68
6.1 Kesimpulan	68
a. Faktor-Faktor Pendorong <i>Phubbing</i>	68
b. Dampak <i>Phubbing</i> Terhadap Dinamika Hubungan Sosial dan Kualitas Interaksi Tatap Muka	69
c. Kaitan dengan Teori Interaksi Simbolik	70
d. Manfaat Penelitian	70
6.2 Saran	71
a. Bagi Mahasiswa dan Generasi Muda Pengguna Media Sosial	71
b. Bagi Keluarga dan Lingkungan Tempat Tinggal	71
c. Bagi Insitusi Pendidikan	71
d. Bagi Peneliti Selanjutnya	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN	76

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Penelitian Terdahulu	19
2. Jumlah Mahasiswa Universitas Lampung	36
3. Profil Informan	41
4. Faktor Kecanduan Smartphone (<i>Problematic Smartphone Use</i>).....	46
5. Faktor Kecemasan Sosial (<i>Social Anxiety</i>).....	48
6. Faktor FoMO (<i>Fear of Missing Out</i>)	49
7. Faktor Preferensi Interaksi Online	51
8. Lingkungan Sosial yang Minim Interaksi	52
9. Faktor Norma Sosial Baru dalam Budaya Digital	53
10. Dampak Kepercayaan dalam Hubungan (<i>Trust</i>)	55
11. Dampak terhadap Keterhubungan Emosional	56
12. Dampak Frekuensi dan Kualitas Interaksi Sosial yang Berkurang.....	57
13. Dampak Perhatian Penuh (<i>Undivided Attention</i>).....	59
14. Dampak Respon Empati (<i>Empathy Response</i>)	60
15. Dampak Efektifitas Komunikasi.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Pemikiran.....	23
2. Dokumentasi Informan NA	123
3. Dokumentasi Informan WC.....	123
4. Dokumentasi Informan TN.....	124
5. Dokuemntasi Informan RM.....	124
6. Dokumentasi Informan YD	125
7. Dokumentasi Informan FH.....	125
8. Dokumentasi Informan RF	126
9. Dukumentasi Informan AR	126
10. Dokumentasi Observasi FISIP.....	127
11. Dokumentasi Observasi FP	127
12. Dokumentasi Fakultas Teknik.....	128

I. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital pada masa ini telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, salah satunya yaitu cara manusia berkomunikasi dan berinteraksi. Ponsel pintar dan media sosial telah menjadi bagian integral dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi generasi muda yang sangat terhubung dengan dunia digital. Salah satu fenomena yang muncul akibat penggunaan perangkat digital secara intens adalah *phubbing* (*phone snubbing*), yaitu tindakan mengacuhkan atau mengabaikan orang lain dalam sebuah lingkungan karena lebih fokus pada gadget daripada berinteraksi dan berkomunikasi secara tatap muka dengan seseorang (Alamudi, 2023).

Phubbing telah menjadi fenomena sosial yang biasa terjadi di berbagai lingkungan, baik dalam interaksi keluarga, lingkungan pertemanan, bahkan di tempat kerja. Di kalangan pengguna media sosial aktif, perilaku ini sering terjadi ketika seseorang lebih memilih untuk terlibat dengan aktivitas digital. Dampaknya tidak hanya pada hubungan interpersonal tetapi juga pada norma sosial yang semakin berubah, Dimana interaksi digital sering dianggap lebih penting daripada komunikasi secara langsung atau tatap muka. Contohnya, saat beberapa orang bertemu di suatu tempat, masing-masing dari mereka sibuk dengan *smartphone* sehingga tidak terjadi komunikasi secara tatap muka (Suyanto et al., 2024). Sama halnya dalam aktivitas perkuliahan, sering terlihat mahasiswa membuka *smartphone* saat dosen sedang menjelaskan materi (Sigalingging et al., 2020).

Berdasarkan data terbaru yang dikeluarkan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat bahwa jumlah pengguna internet di

Indonesia pada tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia, dan pada tahun 2025 jumlah pengguna internet diperkirakan mencapai 231 juta jiwa. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan tahun sebelumnya, dengan penetrasi internet mencapai 80%-81% dari total populasi. Pengguna internet juga didominasi oleh generasi milenial dan generasi Z (APJII, 2024).

Fenomena *phubbing* juga menunjukkan adanya pergeseran budaya komunikasi di era digital. Ketergantungan pada media sosial telah menciptakan gaya hidup dimana interaksi secara langsung sering tergeser oleh komunikasi virtual. Hal ini menimbulkan pertanyaan tentang bagaimana perilaku *phubbing* memengaruhi kualitas hubungan sosial, serta bagaimana masyarakat, terutama di kalangan pengguna media sosial aktif, memaknai fenomena ini dalam konteks budaya digital yang semakin berkembang.

Penelitian mengenai dampak *phubbing* terhadap hubungan interpersonal di Indonesia menunjukkan bahwa fenomena ini dapat memengaruhi kualitas hubungan sosial, baik dalam konteks pertemanan, keluarga maupun pasangan (Setiawan, 2022). Menurut Surya (2023), *phubbing* tidak hanya berdampak pada individu yang diabaikan, tetapi juga pelaku *phubbing* itu sendiri, yang dapat mengalami penurunan keterlibatan emosional dalam hubungan sosial nya.

Berbagai studi telah menunjukkan bahwa *phubbing* berdampak negatif pada hubungan interpersonal, seperti menurunnya kualitas komunikasi, munculnya perasaan diabaikan bahkan bisa meningkatkan tingkat stress sosial atau kondisi dimana seseorang merasa cemas atau tidak nyaman dalam situasi sosial. Namun, pemahaman yang lebih mendalam tentang *phubbing* sebagai bagian dari budaya digital masih terbatas, terutama dalam konteks bagaimana perilaku ini berkembang dikalangan pengguna sosial media aktif.

Menurut perspektif sosiologi, perilaku *phubbing* juga dapat dikaitkan dengan konsep *social exclusion* atau pengucilan sosial dimana individu atau kelompok

dikecualikan dari interaksi sosial yang bermakna atau dari akses penuh terhadap partisipasi sosial (Nuñez et al., 2020). Pada konsep ini *phubbing* menggambarkan tindakan pengucilan sosial karena penggunaan *smartphone* yang mengganggu interaksi tatap muka secara sosial. Hal ini terwujud dalam perilaku mengabaikan seseorang karena terlalu fokus terhadap *smartphone* dan mengganggu percakapan yang sedang berlangsung yang membuat percakapan menjadi teralihkan. Hal tersebut menciptakan momen pengabaian interpersonal dan dapat dianggap oleh lawan bicara sebagai bentuk *silent treatment* atau perlakuan diam atau sesuatu yang sebanding dengan pengucilan, tindakan mengucilkan atau mengabaikan orang lain secara sosial.

Kajian yang dilakukan oleh Guazzini et al. (2021) mengungkapkan bahwa *phubbing* juga berkaitan dengan konsep *psychological and emotional effects* yang artinya *phubbing* berkaitan dengan dampak emosional negatif bagi pelaku *phubbing* itu sendiri ataupun lawan bicaranya. Dalam hal ini *phubbing* tidak hanya mengganggu interaksi sosial tetapi juga memiliki dampak negatif pada kesehatan psikologis dan emosional seseorang. Karena dengan perasaan diabaikan, keterasingan dan tekanan emosional tidak hanya mengurangi intensitas interaksi tetapi juga dapat merusak kepercayaan dan keharmonisan dalam hubungan sosial.

Berdasarkan penelitian sebelumnya sebenarnya sudah mengidentifikasi hubungan antara *phubbing* dengan pengucilan sosial dan dampak psikologis negatif yang dirasakan baik oleh pelaku maupun lawan bicaranya. Namun, masih sangat diperlukan penelitian yang lebih lanjut untuk memahami secara mendalam mengenai fenomena *phubbing* dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi. Selain itu, perlu ditelaah lebih lanjut mengenai fenomena *phubbing* dapat memengaruhi dinamika sosial dalam konteks penggunaan media sosial yang semakin intensif.

Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi fenomena *phubbing* dikalangan pengguna media sosial aktif dengan pendekatan kualitatif. Dimana pendekatan

ini akan menggali lebih dalam mengenai pengalaman dan persepsi pengguna sosial media aktif terhadap perilaku *phubbing*, serta dampaknya terhadap interaksi sosial di lingkungan mereka. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih mendalam dalam memahami perubahan pola komunikasi di era digital, serta bagaimana budaya digital memengaruhi interaksi sosial masyarakat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah

1. Apa saja faktor yang mendorong perilaku *phubbing* di kalangan pengguna media sosial aktif ?
2. Bagaimana dampak *phubbing* dapat memengaruhi dinamika hubungan sosial dan kualitas interaksi tatap muka di kalangan pengguna media sosial aktif ?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengidentifikasi dan menganalisis faktor-faktor yang mendorong terjadinya fenomena *phubbing* di kalangan pengguna media sosial aktif.
2. Mengeksplorasi dampak *phubbing* terhadap hubungan sosial dan kualitas interaksi tatap muka di kalangan pengguna media sosial aktif.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan akan menambah wawasan tentang bagaimana teknologi digital dapat memengaruhi pola komunikasi dan interaksi sosial di era modern, serta diharapkan dapat memberikan penjelasan yang mendalam mengenai *phubbing* sebagai suatu fenomena budaya digital yang dapat menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dalam bidang sosiologi.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman kepada pembaca khususnya pengguna media sosial aktif tentang dampak negatif *phubbing* terhadap hubungan sosial mereka dan dapat lebih bijaksana dalam menggunakan teknologi terutama dalam menjaga keseimbangan antara interaksi digital dan tatap muka.

II. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Tentang *Phubbing* (*Phone Snubbing*)

Phubbing berasal dari penggabungan dua kata, yaitu *phone* dan *snubbing* yang berarti “telepon” dan “mengabaikan”, yang merujuk pada perilaku mengabaikan orang yang berada di sekitar kita demi menggunakan ponsel. *Phubbing* sering dianggap sebagai salah satu bentuk *digital distraction*, dimana individu lebih fokus pada interaksi digital daripada interaksi langsung di kehidupan nyata.

Phone snubbing atau *phubbing* adalah suatu perilaku seseorang yang menggunakan ponsel dan menghentikan komunikasi secara tatap muka dengan orang lain. Menurut Kelly et al. (2019) ia mengartikan *phubbing* sebagai perilaku mengacuhkan orang lain (*relational partner*) dengan menggunakan ponsel di hadapannya. *Phubbing* merupakan sebuah fenomena ketika individu memperhatikan dan “hilang” ke dalam ponselnya di tengah interaksi dengan orang lain. Dengan kata lain, *phubbing* merupakan perilaku memperhatikan ponsel dan mengacuhkan lawan bicaranya dalam proses interaksi secara tatap muka.

Menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2016), *phubbing* adalah fenomena sosial yang melibatkan penggunaan ponsel yang berlebihan sehingga mengganggu komunikasi tatap muka. Hal ini mengaitkan *phubbing* dengan penurunan kualitas hubungan interpersonal, karena lawan bicara yang dibaikan merasa kurang dihargai. Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) menyebutkan beberapa aspek *phubbing*, diantaranya :

1. *Nomophobia* yaitu suatu ketakutan terpisah atau tertinggal dari ponsel.

2. Adanya konflik interpersonal atau konflik yang dirasakan antara diri sendiri dengan orang lain.
3. Isolasi diri, yaitu cara seseorang menggunakan ponsel untuk menghindari berbagai aktivitas sosial dan mengisolasi diri sendiri.
4. *Problem acknowledgment*, yaitu individu memahami bahwa ia sedang mengalami permasalahan *phubbing*.

Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) juga mengatakan *phubbing* memiliki beberapa faktor, antara lain :

1. Kecanduan internet yang merupakan pola maladaptive penggunaan internet yang membuat individu mengalami kesulitan atau rasa tertekan klinis yang signifikan.
2. FOMO atau *Fear of missing out* yaitu suatu ketakutan, kekhawatiran atau kecemasan yang dimiliki seseorang terkait kontak dengan peristiwa, pengalaman dan percakapan yang terjadi diseluruh lingkaran sosial mereka, bisa juga diartikan sebagai kondisi dimana seseorang merasa takut tertinggal atau tidak terhubung dengan suatu peristiwa yang sedang terjadi.
3. Kontrol diri, yaitu kemampuan individu untuk mengatur sikap, emosi, dan perilaku ketika dihadapkan dengan situasi tertentu.

Pakar lainnya, Li et al. (2023), mengatakan ada beberapa faktor-faktor yang mendorong munculnya perilaku *phubbing*, yaitu *vulnerable narcissism* dan *grandiose narcissism*, *social anxiety* atau kecemasan sosial, *problematic smartphone use* atau penggunaan media sosial yang bermasalah, dan preferensi interaksi online.

Lebih lanjut, Arenz dan Schnauber-Stockmann (2023) dalam penelitiannya juga menjelaskan beberapa faktor yang dapat mendorong terjadinya perilaku *phubbing*, seperti :

1. Kecanduan *smartphone* dan media sosial, individu dengan kebiasaan menggunakan *smartphone* atau media sosial yang berlebihan cenderung menunjukkan perilaku *phubbing*. Hal ini dikarenakan perangkat digital

lebih menjadi prioritas utama dibandingkan interaksi secara langsung dengan orang lain.

2. Kecemasan sosial atau *social anxiety*, orang yang memiliki kecemasan sosial cenderung tidak nyaman dalam berinteraksi sosial secara langsung, mereka seringkali menggunakan *smartphone* sebagai alat untuk menghindari interaksi sosial secara langsung.
3. FoMO atau *Fear of missing out*, suatu ketakutan akan kehilangan suatu informasi atau pengalaman penting di media sosial, hal inilah yang mendorong individu untuk terus memantau perangkat digital mereka bahkan pada saat berada dalam interaksi tatap muka.
4. Narsisme (*grandiose* dan *vulnerable narcissism*), yaitu dua tipe kepribadian yang bisa membentuk munculnya perilaku *phubbing*.
5. Perasaan kesepian atau kebosanan atau *loneliness* dan *boredom*, hal ini juga bisa mendorong individu untuk lebih memperhatikan *smartphone* mereka daripada melibatkan diri dalam percakapan atau interaksi secara langsung.

Phubbing juga dapat diartikan sebagai suatu tindakan mengabaikan seseorang dalam lingkup sosial dengan memperhatikan ponsel, tanpa memberi perhatian langsung pada seseorang yang menjadi lawan bicaranya atau bahkan tidak berbicara secara langsung dengan mereka. Ini menunjukkan dampak negatif dari kecenderungan menggunakan ponsel atau *smartphone* dalam melakukan interaksi sosial, dimana orang dapat lebih memperhatikan perangkat daripada orang-orang disekitarnya (Sigalingging et al., 2020).

Phubbing telah menjadi fenomena yang semakin umum pada masa sekarang ini, dikarenakan mudahnya akses dan begitu banyak aktivitas yang dapat dilakukan melalui internet dengan menggunakan ponsel. Namun, perilaku ini bisa menyebabkan seseorang merasa diabaikan atau merasa tidak dihargai dalam suatu interaksi sosial mereka, dan pada akhirnya bisa mengurangi kualitas komunikasi dalam hubungan antar manusia. Oleh sebab itu, penting untuk meningkatkan kesadaran akan dampak buruk perilaku *phubbing* dan mengutamakan komunikasi interpersonal yang baik.

Pada penelitian ini fenomena *phubbing* dikaji lebih dalam mengenai bagaimana fenomena ini muncul sebagai bagian dari dinamika budaya digital yang dipengaruhi oleh peningkatan ketergantungan pada media sosial dan teknologi komunikasi. Peneliti juga mengkaji dampak dari *phubbing* terhadap kualitas interaksi sosial, termasuk perasaan keterasingan, berkurangnya rasa empati, dan terganggunya keharmonisan dalam hubungan interpersonal. Penelitian ini juga mengeksplorasi sejauh mana *phubbing* memengaruhi pola komunikasi dan relasi sosial, serta sejauh mana *phubbing* dapat dianggap sebagai bentuk pengucilan sosial (*social exclusion*) yang mengurangi rasa keterhubungan emosional di antara individu.

2.2 Tinjauan Tentang Penggunaan Media Sosial Aktif

Penggunaan media sosial aktif yaitu menggunakan media sosial secara intensif oleh individu, yang melibatkan interaksi digital melalui berbagai *platform* seperti *Instagram*, *Twitter*, *Tiktok*, *WhatsApp*, dan lainnya. Cahyani (2020) mendefinisikan penggunaan media sosial aktif sebagai aktivitas rutin atau sering kali yang dilakukan oleh individu dalam memanfaatkan platform digital untuk berbagai tujuan, seperti berinteraksi, mencari informasi, serta membangun jejaring sosial secara online. Pengguna aktif dianggap sebagai mereka yang secara teratur memeriksa, memperbarui, dan mengunggah konten di akun media sosialnya.

Sedangkan menurut Putri dan Santoso (2021), penggunaan media sosial aktif didefinisikan sebagai tindakan atau perilaku seseorang secara intensif dan konsisten terlibat dalam aktivitas media sosial, seperti memposting konten, memberikan respon pada konten orang lain, serta terlibat dalam percakapan atau diskusi *online*. Pengguna aktif media sosial biasanya memiliki tingkat keterlibatan tinggi dalam berbagai platform sosial seperti *Instagram*, *Twitter*, ataupun *Facebook*.

Menurut Rahman (2019) penggunaan media sosial aktif adalah keterlibatan terus-menerus seseorang di media sosial yang meliputi aktivitas mengakses,

memantau, membagikan informasi, ataupun berinteraksi dengan orang lain melalui dunia maya. Pengguna aktif adalah mereka yang tidak hanya menggunakan media sosial sebagai hiburan namun juga digunakan sebagai sarana komunikasi dan ekspresi diri. Yulianti (2022) juga mengatakan penggunaan media sosial aktif mencakup berbagai bentuk platform online, dimana individu tidak hanya sekedar pengguna pasif, tetapi terlibat dalam segala aktivitas di sosial media dan banyak menghabiskan waktunya di media sosial setiap harinya.

Menurut Hidayat dan Susanto (2023) penggunaan sosial media aktif diartikan sebagai keterlibatan intensif individu dalam memanfaatkan fitur-fitur media sosial untuk berbagai tujuan seperti membangun citra diri, melakukan komunikasi interpersonal, hingga mencari informasi. Pengguna aktif menunjukkan frekuensi penggunaan yang tinggi, baik dalam mengunggah konten maupun dalam berinteraksi dengan orang lain.

Dari beberapa definisi yang disampaikan di atas menunjukkan bahwa penggunaan media sosial aktif melibatkan interaksi yang tinggi dan konsisten dengan berbagai konten dan fitur yang tersedia di platform digital, serta menjadi bagian penting dalam aktivitas keseharian pengguna media sosial aktif.

Melihat fenomena *phubbing* yang semakin marak terjadi, peneliti memfokuskan penelitian ini pada mereka yang menggunakan beberapa platform-platform digital seperti *Instagram*, *Tiktok*, *Twitter* atau *X*, *Facebook*, dan juga *WhatsApp*. Penelitian ini mengkaji bagaimana aktivitas media sosial tersebut dapat membentuk pola interaksi sosial, menciptakan dinamika baru dan memengaruhi hubungan interpersonal masyarakat yang semakin terdigitalisasi.

2.3 Tinjauan Tentang Definisi Budaya Digital

Budaya digital adalah bentuk transformasi budaya yang muncul sebagai hasil dari penggunaan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari, yang memengaruhi cara orang berkomunikasi, berinteraksi, dan membangun

hubungan sosial. Seiring dengan perkembangan teknologi informasi, budaya digital semakin kuat memengaruhi pola perilaku masyarakat modern, termasuk dikalangan pengguna media sosial aktif.

Menurut Nasrullah (2019), budaya digital adalah kumpulan nilai, norma, dan praktik yang berkembang dalam masyarakat akibat interaksi dengan teknologi digital. Budaya ini mencakup cara individu dan kelompok berkomunikasi, berinteraksi, dan mengonsumsi informasi melalui perangkat digital, seperti *smartphone* dan komputer. Dalam konteks media sosial, budaya digital juga mencakup perubahan dalam pola hubungan sosial dan preferensi komunikasi yang lebih lanjut dan fokus pada ruang virtual ketimbang ruang fisik.

Subiakto dan Cangara (2020) mendefinisikan budaya digital sebagai fenomena sosial yang mengubah cara manusia berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Dalam budaya digital, individu lebih sering berkomunikasi melalui teknologi daripada secara langsung, yang berpotensi menyebabkan “*disconnected presence*” atau keberadaan fisik tanpa keterlibatan emosional dalam interaksi sosial. Fenomena ini diperparah dengan munculnya perilaku *phubbing*, dimana seseorang mengabaikan lawan bicaranya karena sibuk dengan perangkat digitalnya.

Prasetya menambahkan bahwa budaya digital mengubah cara pandang dan kebiasaan masyarakat dalam mengakses dan menyebarkan informasi. Budaya digital berperan dalam membentuk perilaku yang terhubung erat dengan perangkat digital, terutama dalam interaksi sosial. Hal ini berhubungan erat dengan fenomena *phubbing*, yang terjadi ketika individu lebih memperhatikan perangkat digitalnya daripada berinteraksi sosial secara langsung dengan orang disekitarnya. Menurut Prasetya, fenomena *phubbing* mencerminkan aspek negatif dari budaya digital yang dapat menurunkan kualitas hubungan interpersonal (Prasetya, 2021).

Yulianto dan Hasanah (2023) juga menjelaskan bahwa budaya digital berdampak signifikan pada pola hubungan sosial, dimana individu semakin

merasa nyaman berinteraksi dalam ruang virtual dibandingkan dalam dunia nyata. Fenomena *phubbing*, yang umum terjadi dalam budaya digital, menunjukkan bahwa ketergantungan pada media digital mengurangi keterlibatan sosial dalam interaksi tatap muka.

Budaya digital tidak hanya melibatkan penggunaan perangkat digital, tetapi juga mencakup cara individu berinteraksi, berkomunikasi, dan membentuk makna dalam ruang sosial yang telah dipengaruhi oleh kehadiran teknologi. Dalam penelitian ini, *phubbing* diposisikan sebagai bagian dari praktik budaya digital yang mencerminkan transformasi perubahan komunikasi dari tatap muka ke media digital, serta hadirnya nilai-nilai baru yang memengaruhi kualitas hubungan antar individu, dimana komunikasi atau interaksi digital selalu dilakukan bahkan dalam situasi fisik yang seharusnya mendukung interaksi langsung.

Fenomena *phubbing* pada penelitian ini dapat dipahami sebagai salah satu wujud dari budaya digital, yaitu pola perilaku yang muncul akibat integrasi teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku mengabaikan seseorang disekitar karena terlalu fokus pada perangkat digital merupakan cerminan bagaimana teknologi dapat memengaruhi nilai, norma dan pola interaksi sosial dalam masyarakat modern. Pembahasan pada penelitian ini tidak hanya berfokus pada aspek teknologi, namun lebih ditekankan pada perspektif sosiologi yaitu memahami bagaimana *phubbing* dapat memengaruhi dinamika hubungan interpersonal, dan kualitas interaksi dalam masyarakat.

2.4 Tinjauan Tentang Dampak *Phubbing* Terhadap Interaksi Sosial

Phubbing, atau tindakan mengabaikan orang di sekitar karena lebih fokus pada ponsel, memiliki dampak signifikan terhadap kualitas interaksi sosial. Fenomena ini sering ditemukan dalam budaya digital di kalangan pengguna media sosial aktif dan memengaruhi berbagai aspek hubungan sosial, termasuk komunikasi, empati, dan kualitas keintiman dalam hubungan.

Menurut Purnomo (2020), *phubbing* memengaruhi komunikasi tatap muka dengan mengurangi keterlibatan emosional antara individu yang berinteraksi. Ketika seseorang mengalihkan perhatian pada ponsel selama percakapan, lawan bicara sering kali merasa diabaikan atau tidak dihargai, yang menyebabkan hilangnya rasa kepercayaan dan menurunkan kualitas hubungan. Handayani dan Santoso (2019) menyatakan bahwa *phubbing* menyebabkan menurunnya empati dan perhatian dalam interaksi sosial. Orang yang di-*phubbing* merasa kurang dihargai, yang dalam jangka panjang dapat menciptakan perasaan keterasingan dan mengurangi kedekatan emosional. Menurut mereka, *phubbing* adalah salah satu contoh perilaku antisosial yang sering muncul akibat ketergantungan berlebihan pada perangkat digital.

Yusuf (2021) juga menyoroti dampak psikologis dari *phubbing*, yang menurutnya juga dapat menyebabkan gangguan hubungan interpersonal. Dalam penelitian yang dilakukan pada kalangan remaja, ditemukan bahwa *phubbing* seringkali menyebabkan konflik dan rasa frustrasi karena ketidakseimbangan dalam perhatian selama interaksi sosial terjadi. Yusuf menyatakan bahwa *phubbing* dapat membuat individu merasa terisolasi dalam lingkup sosial, meskipun secara fisik mereka berada dalam interaksi secara langsung.

Sutrisno dan Mulyani (2022) mengamati bahwa *phubbing* juga berdampak pada interaksi di lingkungan keluarga, berdasarkan studi yang mereka lakukan, perilaku *phubbing* mengurangi kedekatan emosional antar anggota keluarga karena adanya pengalihan perhatian ke perangkat digital selama waktu bersama. *Phubbing* mengurangi intensitas komunikasi langsung, yang sangat penting dalam membangun kepercayaan dan keterikatan emosional dalam keluarga.

Selain itu Dewi (2023) menekankan bahwa *phubbing* tidak hanya berdampak pada individu yang diabaikan tetapi juga pada pelaku *phubbing* itu sendiri. kecanduan terhadap ponsel atau media sosial juga menghambat kemampuan individu untuk membangun keterhubungan yang bermakna dalam interaksi langsung. Dampaknya tidak hanya terlihat dalam hubungan personal, tetapi juga

dalam lingkungan kerja, dimana *phubbing* dapat menurunkan kolaborasi dan efektivitas tim.

Tinjauan pustaka ini menjelaskan bahwa *phubbing* sebagai bagian dari budaya digital memiliki dampak negatif terhadap kualitas interaksi sosial. Dalam penelitian ini, interaksi sosial yang akan dikaji adalah dinamika hubungan antar individu yang terjadi dalam berbagai situasi sosial dimana *phubbing* menjadi fenomena yang memengaruhi kualitas komunikasi. Kajian ini akan memfokuskan pada beberapa konteks interaksi sosial seperti interaksi dalam lingkup pertemanan, dalam lingkup perkuliahan, dan interaksi tatap muka secara umum.

2.5 Landasan Teori

Penelitian ini menggunakan teori yang dikembangkan oleh George Herbert Mead yaitu teori interaksi simbolik. Teori interaksi simbolik (*symbolic interactionism*) merupakan teori sosiologi yang menjelaskan bagaimana manusia membentuk sebuah makna melalui proses komunikasi. George Herbert Mead mendefinisikan teori interaksi simbolik ini sebagai suatu interaksi sosial yang terjadi karena penggunaan simbol-simbol yang memiliki makna. Simbol-simbol inilah yang menciptakan sebuah makna yang memicu adanya interaksi sosial antara individu satu dengan yang lainnya (Rahma, 2021). Teori ini juga menekankan bahwa makna dibentuk melalui interaksi sosial dan penggunaan simbol-simbol yang diberikan makna oleh individu dalam proses komunikasi.

Menurut Mead, interaksi simbolik adalah suatu proses dimana manusia berkomunikasi menggunakan simbol-simbol yang memiliki makna tertentu. Proses ini memungkinkan manusia memahami dan merespons satu sama lain guna membentuk realitas sosial bersama. Ada tiga konsep kritis yang diambil oleh Mead yang diperlukan dan saling memengaruhi satu sama lain guna menyusun suatu teori interaksi simbolik. Ketiganya memiliki hubungan yang merupakan inti pemikiran dari Mead, sekaligus digunakan sebagai *keywords* dalam teori ini (Fauzan, 2020), ketiga konsep tersebut yaitu :

a. Pikiran (*Mind*)

Pikiran yang dimaksud oleh Mead dalam teori ini yaitu sebagai proses percakapan seseorang pada dirinya sendiri, tidak ditemukan pada diri individu, merupakan suatu fenomena sosial. Pikiran yang muncul dan berkembang dalam proses sosial merupakan bagian integral dari proses sosial. *Mind* atau pikiran dalam konsep Mead merujuk pada kemampuan individu untuk menggunakan simbol, terutama bahasa, dalam proses berpikir dan berinteraksi. Pikiran juga memungkinkan individu untuk merenung, membuat keputusan, dan mempertimbangkan tindakan sebelum bertindak.

b. Diri (*self*)

Menurut Mead, *self* merupakan konsep diri yang muncul dari adanya interaksi sosial. Mead berargumen bahwa diri tidak hadir sejak lahir, tetapi berkembang melalui proses. *Self* terdiri dari dua komponen utama yaitu “*I*” yang merupakan bagian dari spontan, kreatif dan individu dari diri yang merespon situasi tanpa mempertimbangkan harapan sosial atau mencerminkan ekspresi diri sendiri dan inisiatif pribadi. Sedangkan “*Me*” adalah bagian yang terbentuk dari pandangan masyarakat atau cerminan bagaimana seseorang melihat dirinya melalui persepsi orang lain dan ekspektasi sosial yang melekat.

c. Masyarakat (*society*)

Dalam pemikiran Mead, *Society* adalah struktur sosial yang terdiri dari individu yang berinteraksi melalui penggunaan simbol bersama. Masyarakat berfungsi sebagai lingkungan yang membentuk, membatasi, dan mengarahkan perilaku individu melalui norma, nilai dan peran sosial. Masyarakat menciptakan generalized other atau “lain yang tergeneralisasi,” yaitu pandangan kolektif yang membantu individu memahami harapan dan ekspektasi yang lebih luas dalam interaksi sosial.

Berdasarkan teori interaksi simbolik, fenomena *phubbing* tidak muncul begitu saja, namun fenomena ini terjadi karena perubahan makna dan simbol dalam hubungan sosial. Ponsel dan media sosial menjadi simbol penting dalam

interaksi sosial, menggambarkan identitas digital yang terbentuk melalui budaya digital. Identitas inilah yang memengaruhi cara individu berinteraksi di masa sekarang ini, dimana perilaku *phubbing* dianggap sebagai norma baru yang menunjukkan eksistensi dan keterhubungan di dunia digital. Fenomena ini juga mencerminkan perubahan makna dalam budaya digital, dimana simbol dan identitas digital mulai mengambil peran utama dalam mendefinisikan hubungan sosial dan komunikasi.

2.6 Penelitian Terdahulu

Untuk melengkapi penelitian ini, penulis menggunakan penelitian-penelitian sebelumnya yang dimaksudkan sebagai rujukan atau standar. Penelitian-penelitian sebelumnya juga digunakan dalam tinjauan pustaka yang digunakan penulis untuk membuat alur yang teratur dalam hal konsep dan teori. Penelitian-penelitian tersebut juga memberikan gambaran umum mengenai fenomena *phubbing* serta dampaknya terhadap interaksi sosial, terutama di kalangan mahasiswa. Melalui penelitian-penelitian terdahulu ini, penulis tidak hanya mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bentuk dan faktor yang memengaruhi perilaku *phubbing*, tetapi juga menemukan celah yang dapat dieksplorasi lebih lanjut.

Sebagian besar penelitian terdahulu menekankan dampak negatif *phubbing* terhadap kualitas interaksi sosial, komunikasi interpersonal, serta pembentukan identitas sosial. Namun, penelitian ini lebih mengkaji fenomena *phubbing* dalam konteks budaya digital, di mana perilaku *phubbing* dipahami bukan hanya sebagai bentuk gangguan komunikasi, tetapi juga sebagai bagian dari dinamika budaya yang berkembang dalam kehidupan mahasiswa masa kini.

Adapun penelitian-penelitian sebelumnya yang dijadikan sebagai rujukan bagi penulis adalah sebagai berikut.

1. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Mumek, Susanti, dan Suwartiningsih (2024) mengkaji perilaku *phubbing* dan dampaknya terhadap interaksi sosial mahasiswa Sosiologi UKSW. Penelitian tersebut

menggunakan pendekatan kualitatif dan teori interaksi simbolik George Herbert Mead untuk menjelaskan bagaimana *phubbing* dapat menghambat pembentukan identitas diri (*self*) dan menurunkan kemampuan sosial dalam berinteraksi langsung. *Phubbing* dipandang sebagai bentuk gangguan komunikasi yang mulai dinormalisasi di kalangan mahasiswa.

Sementara itu, penelitian ini juga menggunakan pendekatan kualitatif dan teori yang sama, namun menawarkan kontribusi yang lebih mendalam dengan mengidentifikasi faktor-faktor pendorong *phubbing* seperti kecanduan smartphone, kecemasan sosial, *fear of missing out* (FoMO), dan preferensi terhadap interaksi online. Penelitian ini juga menyoroti dampak *phubbing* tidak hanya secara negatif, tetapi juga secara fungsional dalam situasi tertentu. Selain itu, penelitian ini mempertimbangkan konteks tempat tinggal informan sebagai variabel yang memengaruhi pengalaman dan intensitas *phubbing*. Dengan demikian, meskipun memiliki kesamaan dalam pendekatan dan teori, penelitian ini memberikan cakupan analisis yang lebih luas dan mendalam dalam memahami *phubbing* sebagai bagian dari budaya digital yang memengaruhi pola komunikasi sosial masa kini.

2. Penelitian Firdaus et al. (2023) membahas perilaku *phubbing* di kalangan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Makassar dengan menyoroti penggunaan fitur-fitur seperti *chatting* dan *game* sebagai penyebab utama. Meskipun menggunakan metode kualitatif yang serupa, penelitian tersebut belum mengaitkan fenomena *phubbing* dengan teori tertentu secara mendalam. Sementara itu, penelitian ini mengkaji *phubbing* dalam kerangka teori interaksi simbolik George Herbert Mead dan menambahkan faktor-faktor psikososial seperti kecanduan smartphone, *fear of missing out* (FoMO), kecemasan sosial, dan preferensi interaksi online. Selain itu, penelitian ini juga mempertimbangkan konteks tempat tinggal sebagai latar sosial yang memengaruhi perilaku *phubbing*, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih menyeluruh terhadap fenomena tersebut.
3. Penelitian Nur Alia Anniza et al. (2023) meneliti perilaku *phubbing* di kalangan mahasiswa dengan menggunakan teori tindakan sosial Max Weber. Fokus utamanya adalah pada motif tindakan pelaku *phubbing*,

seperti tindakan afektif, tradisional, nilai, dan instrumental, serta pengaruhnya terhadap pola interaksi sosial yang cenderung mengalami kompromi dan kadang memicu konflik.

Sementara itu, penelitian ini menggunakan pendekatan teori interaksi simbolik George Herbert Mead dan lebih menekankan pada faktor-faktor penyebab *phubbing* seperti kecanduan smartphone, FoMO, kecemasan sosial, serta preferensi terhadap interaksi online. Penelitian ini juga mengeksplorasi dampak *phubbing* tidak hanya pada hubungan sosial, tetapi juga kualitas interaksi tatap muka, serta mempertimbangkan latar tempat tinggal informan. Dengan demikian, meskipun sama-sama meneliti *phubbing* di kalangan mahasiswa dan dampaknya terhadap interaksi sosial, penelitian ini menghadirkan sudut pandang teoritis yang berbeda dan menjangkau faktor-faktor penyebab yang lebih kompleks serta kontekstual.

4. Penelitian oleh Luthfiah Hayati Sigalingging et al. (2023) meneliti pengaruh perilaku *phubbing* terhadap komunikasi interpersonal mahasiswa Universitas Djuanda dengan pendekatan kuantitatif. Hasilnya menunjukkan bahwa *phubbing* memiliki pengaruh signifikan terhadap menurunnya kualitas komunikasi interpersonal, terutama karena tingginya tingkat *nomophobia* dan isolasi sosial.

Sementara itu, penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan fokus pada faktor pendorong perilaku *phubbing* seperti kecanduan smartphone, FoMO, dan preferensi interaksi online. Penelitian ini juga menggali dampak *phubbing* terhadap dinamika hubungan sosial dan kualitas interaksi tatap muka, serta dikaji melalui teori interaksi simbolik George Herbert Mead. Dengan demikian, meskipun sama-sama menyoroti dampak negatif *phubbing* terhadap interaksi sosial mahasiswa, pendekatan, fokus teori, dan kedalaman analisisnya berbeda. Penelitian ini memberi pemahaman lebih mendalam secara sosiologis terhadap fenomena *phubbing* dalam konteks budaya digital.

5. Penelitian oleh Alamudi (2023) membahas faktor penyebab dan dampak sosial *phubbing* di kalangan mahasiswa dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Mereka mengidentifikasi faktor-faktor seperti keberagaman fitur

aplikasi *smartphone*, kebiasaan *chatting*, dan bermain *game* sebagai penyebab utama. Dampaknya mencakup renggangnya hubungan keluarga, rusaknya pertemanan, meningkatnya sikap individualistik, hingga kecenderungan menjadi antisosial.

Penelitian ini memiliki pendekatan dan fokus yang serupa, yaitu mengkaji *phubbing* sebagai fenomena sosial dalam kehidupan mahasiswa. Namun, perbedaannya terletak pada kerangka teoritis yang digunakan, yaitu teori interaksi simbolik George Herbert Mead, serta analisis mendalam terhadap faktor psikososial seperti kecanduan *smartphone*, FoMO, kecemasan sosial, dan preferensi interaksi online. Penelitian ini juga menggali dampak terhadap dinamika sosial dan kualitas interaksi tatap muka, serta memperhatikan konteks tempat tinggal informan.

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

No.	Nama Penulis & Judul Artikel	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	(Mumek, Susanti, and Suwartiningsih, 2024) Analisis Perilaku <i>Phubbing</i> Dan Dampaknya Terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa Sosiologi Uksw Salatiga Di Era Digital	Hasil dari penelitian ini yaitu perilaku <i>phubbing</i> lazim kalangan mahasiswa sosiologi mengakibatkan penurunan keterampilan sosial, menghambat interaksi sosial serta berdampak negatif pada pembentukan identitas sosial.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Mumek et al. yaitu penelitian ini menggali lebih dalam <i>phubbing</i> ke dalam fenomena budaya digital dimana pada penelitian sebelumnya peran faktor budaya dalam fenomena ini diabaikan.
2.	(Firdaus, Suardi, and Kaharuddin, 2023) Perilaku <i>Phubbing</i> Di Kalangan Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Makassar	Hasil dari penelitian ini yaitu mahasiswa Universitas Muhammadiyah Makassar lebih memprioritaskan interaksi online dibandingkan interaksi secara tatap muka yang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu fitur aplikasi <i>smartphone</i> dan	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Firdaus et al. yaitu penelitian ini akan mengeksplorasi efek jangka panjang dari fenomena <i>phubbing</i> ini pada suatu hubungan. Penelitian ini juga akan menggali faktor budaya yang

No.	Nama Penulis & Judul Artikel	Hasil Penelitian	Perbedaan
		obrolan online yang berlebihan yang berdampak negatif pada kualitas komunikasi interpersonal.	memengaruhi perilaku <i>phubbing</i> .
3.	(Anniza. N. A, Ismail. A, and Mario, 2023) Fenomena <i>Phubbing</i> Pada Mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar	Hasil dari penelitian ini yaitu perilaku <i>phubbing</i> dapat terjadi secara spontan dan beralih menjadi kebiasaan di kalangan mahasiswa sosiologi UNM. Kebosanan, kecemasan, dan norma sosial juga bisa menjadi motif untuk terbentuknya perilaku <i>phubbing</i> . Perilaku <i>phubbing</i> juga dapat menyebabkan konflik dalam interaksi sosial	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Anniza et al. adalah penelitian ini menggali lebih dalam <i>phubbing</i> ke dalam fenomena budaya digital dimana pada penelitian sebelumnya peran faktor budaya dalam fenomena ini diabaikan.
4.	(Sigalingging, Setiawan, and Purnomo, 2020) Pengaruh <i>Phubbing</i> Terhadap Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Mahasiswa Universitas Djuanda Angkatan 2020	Hasil dari penelitian ini adalah perilaku <i>phubbing</i> dikalangan mahasiswa Universitas Djuanda Angkatan 2020 signifikan buruk yang berdampak negatif pada kualitas interpersonal. 41,2% variasi komunikasi dijelaskan oleh perilaku <i>phubbing</i> , namun komunikasi interpersonal antar mahasiswa Universitas Djuanda ini umumnya baik.	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Sigalingging et al. adalah penelitian ini menggunakan metode kualitatif sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif dalam penelitiannya.
5.	(Alamudi, 2023) Sosial <i>Phubbing</i> Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar	Hasil dari penelitian ini adalah faktor-faktor yang menyebabkan <i>phubbing</i> diantaranya yaitu keragaman aplikasi <i>smartphone</i> dan game online. Dampak negatif <i>phubbing</i> termasuk hubungan keluarga yang tegang dan	Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Alamudi adalah penelitian ini menggali lebih dalam <i>phubbing</i> ke dalam fenomena budaya digital dimana pada penelitian sebelumnya peran

No.	Nama Penulis & Judul Artikel	Hasil Penelitian	Perbedaan
		konflik dalam pertemanan,karena perilaku ini mengarah pada individualism dan perilaku antisosial.	faktor budaya dalam fenomena ini diabaikan.
Sumber : Diolah oleh peneliti, 2024			

2.7 Kerangka Pemikiran

Penelitian ini berfokus untuk menggambarkan fenomena *phubbing* sebagai isu sosial dengan menempatkannya pada perspektif sosiologi. Penelitian ini menganalisis lebih dalam mengenai bagaimana *phubbing* muncul sebagai fenomena budaya digital dikalangan pengguna media sosial aktif dan mengetahui apa saja faktor-faktor yang dapat mendorong munculnya perilaku *phubbing* serta dampaknya terhadap interaksi sosial.

Penelitian ini memfokuskan pada identifikasi faktor-faktor utama yang berkontribusi pada munculnya perilaku *phubbing* di kalangan pengguna media sosial aktif. Faktor-faktor tersebut mencakup :

- Kecanduan *smartphone* (*problematic smartphone use*), hal ini merupakan salah satu penyebab utama terjadinya *phubbing* yang disebabkan oleh beberapa desain aplikasi yang memicu keterikatan, seperti notifikasi dan fitur interaktif.
- Kecemasan sosial (*social anxiety*), orang dengan kecemasan sosial cenderung menggunakan ponsel untuk menghindari interaksi secara langsung yang membuatnya merasa tidak nyaman, mereka menggunakan ponsel sebagai pelindung atau pengalih perhatian pada situasi yang dianggap canggung.
- Fear of missing out* (FoMO), ketakutan akan kehilangan atau tertinggal dalam suatu berita atau tren di media sosial mendorong individu untuk terus memantau ponsel mereka.
- Preferensi interaksi online, Sebagian orang lebih memilih berkomunikasi secara online dibandingkan interaksi secara langsung. Hal ini disebabkan

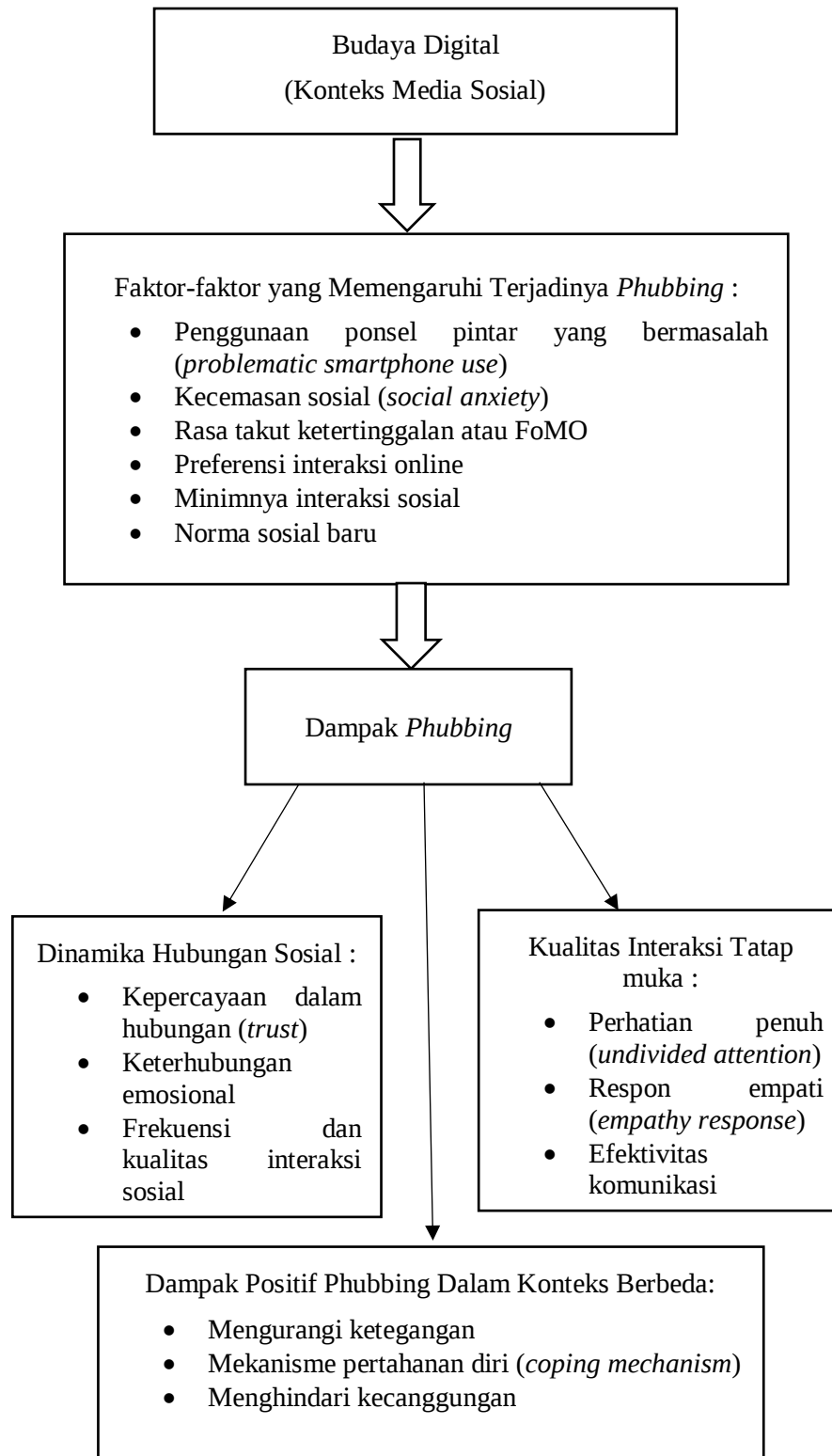
karena mereka menganggap lebih nyaman berkomunikasi secara online, anonimitas, dan lebih fleksibel dalam berinteraksi.

Penelitian ini juga mempresentasikan dampak *phubbing* terhadap dinamika hubungan sosial melalui aspek-aspek berikut :

- a. Kepercayaan dalam hubungan (*trust*), *phubbing* dapat menurunkan tingkat kepercayaan antara individu dalam hubungan yang membutuhkan perhatian seperti dalam pertemanan. Individu yang diabaikan karena *phubbing* bisa kehilangan rasa percaya diri terhadap lawan bicara nya.
- b. Keterhubungan emosional (*emotional bond*), hal ini bisa berkurang ketika salah satu dari pihak lebih fokus kepada ponselnya daripada fokus terhadap percakapan yang sedang berlangsung. Seseorang akan merasa tidak dihargai karena perhatian yang teralihkan.
- c. Frekuensi dan kualitas interaksi sosial, kehadiran *phubbing* akan menurunkan frekuensi interaksi secara langsung dan mengalihkan komunikasi pada platform digital. Interaksi sosial akan terganggu oleh penggunaan ponsel sehingga suasana kebersamaan akan berkurang.

Untuk kualitas interaksi tatap muka yang dipengaruhi oleh *phubbing*, penelitian ini akan mengamati beberapa aspek, yaitu :

- a. Perhatian penuh (*undivided attention*), *phubbing* dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk memberikan perhatian penuh kepada lawan bicara, percakapan akan terganggu karena lebih terfokus kepada ponsel.
- b. Respon empati (*empathy response*), respon empati menjadi berkurang karena individu tidak sepenuhnya hadir secara emosional dalam suatu interaksi.
- c. Efektivitas komunikasi (*communication effectiveness*), kualitas komunikasi akan menurun karena gangguan dari ponsel yang menyebabkan suatu pesan tidak tersampaikan dengan baik.



Gambar 1. Kerangka Pemikiran.

III. METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode penelitian kualitatif bermaksud untuk memahami fenomena mengenai apa yang dialami oleh subjek penelitian dengan cara deskriptif misalnya seperti kata-kata dan bahasa suatu konteks khusus alamiah serta memanfaatkan berbagai metode alamiah.

Metode penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism atau enterpretif, digunakan untuk meneliti kondisi objek yang ilmiah, dimana peneliti adalah sebagai intruksi kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi (gabungan antara wawancara, observasi, dan dokumentasi), data yang diperoleh cenderung data kualitatif, analisis data, bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif bersifat untuk memahami makna, memahami keunikan, mengontruksi fenomena dan menemukan hipotesis.

Pendekatan yang dipakai dalam penelitian ini adalah pendekatan fenomenologi dan pendekatan studi kasus. Pendekatan fenomenologi dimulai oleh Edmund Husserl yang digunakan untuk memahami dan mendalami pengalaman hidup manusia. Melalui pendekatan ini peneliti mendapatkan gambaran atas suatu fenomena berdasarkan pengalaman hidup partisipan. Sedangkan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus berupaya untuk mengumpulkan data, mendapatkan suatu pemahaman mengenai kasus tersebut, dan menganalisis kasus tersebut dengan teori yang relevan. Peneliti mengumpulkan informasi

secara lengkap dengan menggunakan berbagai prosedur pengumpulan data melalui wawancara, observasi dan dokumentasi.

3.2 Lokasi Penelitian

Objek penelitian ini adalah kelompok mahasiswa Universitas Lampung yang aktif dalam menggunakan media sosial di dalam kehidupan sehari-hari. Lokasi penelitian tentunya di Universitas Lampung, alasan peneliti mengambil lokasi tersebut karena Universitas Lampung berada di wilayah Bandar Lampung yang merupakan wilayah perkotaan yang kompleksitas dan individualis sehingga banyak terjadi fenomena tersebut, alasan yang kedua yaitu karena kelompok mahasiswa juga masuk ke dalam kategori generasi Z dimana generasi ini lebih aktif dalam menggunakan media sosial. Selain itu, berdasarkan observasi peneliti dapat melihat bahwa kelompok mahasiswa seringkali mengalami fenomena *phubbing* tersebut di dalam perkuliahan maupun di masyarakat.

3.3 Fokus Penelitian

Fokus penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya fenomena *phubbing* di kalangan mahasiswa Universitas Lampung yang aktif dalam menggunakan media sosial dan dampak yang ditimbulkan dari fenomena tersebut. Berkenaan dengan faktor penyebab, peneliti memfokuskan beberapa indikator berikut ini:

- Penggunaan ponsel pintar yang bermasalah atau *problematic smartphone use*.
 - Kecanduan *smartphone*
 - Kecanduan media sosial
- Kecemasan sosial atau *sosial anxiety*
 - Ketakutan yang berlebihan akan penilaian orang lain
 - Menghindari atau menarik diri dari interaksi sosial
 - Kesulitan dalam berkomunikasi secara langsung.
- FoMo (*fear of missing out*)
 - Kecemasan berlebihan terhadap ketertinggalan

- Sikap tidak puas terhadap kehidupan sendiri
- Penggunaan media sosial yang berlebihan
- Preferensi interaksi sosial
 - Ketergantungan interaksi digital
 - Pandangan negatif terhadap interaksi secara langsung
- Minimnya interaksi sosial
- Norma sosial baru

Adapun untuk indikator dampak dari fenomena *phubbing*, peneliti memfokuskan pada indikator diantaranya:

- Dinamika hubungan sosial
 - Kepercayaan dalam hubungan (*trust*)
 - Keterhubungan emosional
 - Frekuensi dan kualitas interaksi sosial
- Kualitas interaksi tatap muka
 - Perhatian penuh (*undivided attention*)
 - Respon empati (*empathy response*)
 - Efektivitas komunikasi

Selain dampak negatif, *phubbing* juga memiliki beberapa dampak positif jika dilihat dari perspektif lain, diantaranya:

- Mengurangi ketegangan
- Mekanisme pertahanan diri (*coping mechanism*)
- Menghindari kecanggungan

3.4 Penentuan Informan

Peneliti menentukan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. *Purposive sampling* menggunakan teknik pengambilan sampel sumber data dengan suatu pertimbangan tertentu untuk menentukan jumlah sampel yang akan diteliti dengan kriteria yang kita inginkan, misalnya orang tersebut dianggap paham tentang apa yang kita harapkan. *Purposive sampling* tergolong

dalam jenis *non-probability* sampling yang artinya tidak memberikan peluang yang sama dari setiap populasi.

Kriteria yang ditetapkan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Universitas Lampung yang aktif dalam menggunakan media sosial. Informan dipilih berdasarkan beberapa pertimbangan, yaitu mahasiswa yang memiliki akun media sosial yang aktif dalam kegiatan sehari-hari, serta terlibat secara intensif dalam aktivitas *online* di berbagai platform, seperti *Instagram*, *Twitter* atau *X*, serta *Facebook*. Dalam penelitian ini, penulis melibatkan 8 (delapan) narasumber yang memiliki beberapa kriteria, yaitu: (1) berdasarkan representasi gender yaitu laki-laki dan perempuan, (2) berusia 18-22 tahun, (3) tinggal bersama orang tua ataupun anggota keluarga lainnya dan mereka yang tinggal sendiri (kost) ataupun yang tinggal dengan lebih dari 1 orang (kontrakan). Pemilihan ini bertujuan untuk memastikan bahwa informan memiliki pengalaman yang relevan dan mendalam terkait fenomena *phubbing* dalam konteks budaya digital.

3.5 Sumber dan Jenis Data

Sumber data dalam penelitian adalah subjek darimana data diperoleh. Sedangkan, Sumber data yang utama dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan literatur lainnya. Peneliti menggunakan dua sumber data untuk mencari dan mengumpulkan sumber data dalam penelitian ini, sumber dan jenis data yang digunakan adalah sebagai berikut :

a. Sumber Data

- Data primer, diambil langsung oleh peneliti kepada sumbernya tanpa adanya perantara melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa yang aktif menggunakan media sosial di Universitas Lampung. Wawancara ini bertujuan untuk menggali pengalaman, pandangan dan persepsi mereka terkait fenomena *phubbing* dan bagaimana hal tersebut dapat memengaruhi interaksi sosial mereka dalam kehidupan sehari-hari.

- Data sekunder, didapatkan dari kajian pustaka yang mencakup artikel jurnal, buku, laporan penelitian, dan sumber-sumber literatur lain yang relevan dengan tema *phubbing*, budaya digital, dan dampaknya terhadap interaksi sosial. Data ini digunakan untuk memperkuat pemahaman konseptual dan teoritis tentang fenomena yang diteliti.

b. Jenis Data

- Data Kualitatif

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data kualitatif, berupa deskripsi mendalam tentang pengalaman dan persepsi informan. Data ini diambil dari narasi wawancara, hasil dari kuisisioner, catatan lapangan, dan dokumentasi yang berkaitan dengan penggunaan media sosial dan perilaku *phubbing*.

Data kualitatif digunakan untuk memahami secara komperhensif fenomena *phubbing* sebagai bagian dari budaya digital, serta dampaknya pada interaksi sosial mahasiswa yang aktif di media sosial.

3.6 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang di tetapkan. Berikut adalah teknik pengumpulan data yang akan peneliti gunakan :

a. Wawancara (*Interview*)

Teknik pengumpulan data yang pertama adalah wawancara. Wawancara merupakan proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan orang yang diwawancarai. Wawancara dapat dilakukan dengan menggunakan alat *interview guide* atau pedoman wawancara maupun tidak. Menurut Prafitasari (2023) Ada dua tipe wawancara, yaitu wawancara terstruktur

serta wawancara mendalam. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tipe wawancara mendalam, yaitu wawancara secara tatap muka atau melalui media online dengan informan yang telah dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Wawancara ini bertujuan untuk menggali secara mendalam pengalaman, pandangan, serta persepsi informan terkait fenomena *phubbing*, khususnya dalam konteks penggunaan media sosial sehari-hari. Informan akan diminta untuk menjelaskan bagaimana *phubbing* terjadi dalam interaksi sosial mereka, serta dampak apa yang dirasakan dari fenomena *phubbing* tersebut baik pada diri sendiri maupun orang lain.

Peneliti menggunakan bantuan pedoman wawancara untuk memudahkan dan memfokuskan pertanyaan yang diutarakan dalam penelitian ini. Pedoman wawancara yang dipakai peneliti adalah wawancara tidak terstruktur atau wawancara non-direktif, yaitu wawancara yang tidak memiliki pola yang ditetapkan dan pertanyaan tidak disusun terlebih dahulu. Wawancara tak terstruktur dapat menjadi alat penelitian yang eksploratif dan sangat berguna, biasanya penelitian ini bersifat kualitatif dan sangat membantu untuk penelitian ilmu sosial yang berfokus pada pengalaman pribadi.

b. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data melalui pengamatan terhadap situasi atau kegiatan yang sedang berlangsung. Proses observasi diawali dengan identifikasi lokasi penelitian yaitu di lingkungan kampus untuk memperoleh gambaran umum tentang sasaran penelitian. Dengan melakukan proses observasi peneliti mungkin dapat menemukan banyak informasi yang mungkin tidak didapat dari hasil wawancara dengan partisipan. Pada penelitian ini, observasi dilakukan pada mahasiswa di Universitas Lampung yang aktif menggunakan media sosial dalam interaksi sosial sehari-hari dengan mengamati beberapa kriteria yang telah ditentukan.

Peneliti menggunakan pedoman observasi untuk memudahkan pengamatan yang dilakukan dalam penelitian ini. Pedoman observasi yang digunakan

peneliti dalam penelitian ini adalah observasi tidak terstruktur, yaitu observasi atau pengamatan yang dilakukan secara spontan dan fleksibel, tidak memiliki pola atau kerangka tetap, sehingga memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi berbagai aspek yang sesuai dengan dinamika atau situasi yang diamati. Observasi tidak terstruktur dipilih karena observasi ini sangat cocok untuk penelitian kualitatif, dimana peneliti dapat mengumpulkan berbagai informasi tanpa memaksakan batasan dan informasi yang diperoleh bersifat beragam.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pelengkap dari penggunaan teknik observasi dan wawancara yang digunakan dalam penelitian kualitatif. Dokumentasi bisa berupa tulisan, gambar, atau karya-karya monumental seseorang. Dokumentasi dalam penelitian ini yaitu foto-foto ataupun arsip mengenai serangkaian kegiatan yang dilakukan peneliti pada saat berada di lapangan. Alat yang digunakan dalam proses dokumentasi ini adalah *smartphone* untuk mengambil foto-foto dan juga rekaman suara saat wawancara jika diperlukan.

Penelitian ini menggabungkan teknik wawancara, observasi dan dokumentasi, diharapkan untuk dapat memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai *phubbing* sebagai fenomena budaya digital di kalangan pengguna media sosial aktif.

3.7 Teknik Analisa Data

Analisis data adalah upaya yang dilakukan dengan cara mengorganisasi data, memilahnya menjadi satuan yang dapat dikelola, mensintesiskannya, mencari, dan menemukan pola, menemukan apa yang paling penting dan dipelajari, dan memutuskan yang dapat diceritakan kepada orang lain. Analisis data kualitatif dilakukan sejak sebelum memasuki lapangan, selama di lapangan, dan setelah selesai di lapangan. Analisis data telah dimulai sejak merumuskan dan

menjelaskan masalah, sebelum terjun ke lapangan, dan berlangsung terus sampai penulisan hasil penelitian.

Teknik analisis data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif menurut Miles dan Hubberman, yaitu :

a. Pengumpulan Data

Pengumpulan data ini didapatkan melalui wawancara mendalam dengan informan serta dokumentasi yang dikopilasi dengan sistematis. Data wawancara direkam dan ditranskripsikan menjadi teks untuk mempermudah analisis.

b. Reduksi Data

Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, dicari tema dan polanya, dan membuang yang tidak perlu. Pada reduksi data, peneliti memilih dan menyederhanakan data mentah yang relevan dengan fokus penelitian. Proses reduksi data ini melibatkan pemilihan informasi yang sesuai dengan tema penelitian dan mengeliminasi data yang tidak relevan. Data disaring dan dikelompokkan berdasarkan konteks tema penelitian. Data yang telah direduksi memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya dan mencari bila diperlukan.

c. Penyajian Data

Setelah data direduksi, tahap selanjutnya adalah menyajikan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Biasanya penyajian data yang paling sering digunakan untuk menyajikan data dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

d. Penarikan Kesimpulan

Langkah terakhir dalam analisa data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila

kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel atau dapat dipercaya.

IV. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN

4.1 Deskripsi Lokasi Penelitian (Universitas Lampung)

Universitas Lampung (Unila) merupakan perguruan tinggi negeri yang pertama dan paling tertua di provinsi Lampung yang didirikan secara resmi sejak tanggal 23 September 1965, yang memiliki visi menjadi perguruan tinggi sepuluh terbaik di Indonesia pada tahun 2025. Unila memiliki 8 fakultas dan telah terakreditasi A oleh BAN-PT, 8 fakultas tersebut yaitu antara lain Fakultas Ekonomi, Fakultas Hukum, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Fakultas Pertanian, Fakultas Teknik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Fakultas MIPA, dan Fakultas Kedokteran. Selain itu Unila memiliki 109 program studi, termasuk 5 program doctor, 35 program magister, dan 3 program spesialis. Kampus utama Unila berada di jalan Prof. Soemantri Brojonegoro No. 1 Gedong Meneng, Rajabasa, Bandar Lampung. Luas tanah Unila diperkirakan memiliki luas sekitar 70 hektar.

a. Sejarah Singkat Berdirinya Universitas Lampung

Universitas Lampung (UNILA) merupakan sebuah perguruan tinggi atau universitas pertama dan tertua di Provinsi Lampung, Indonesia. Unila berdiri pada tanggal 23 September 1965 berdasarkan Surat Keputusan Menteri Perguruan Tinggi dan Ilmu Pengetahuan (PTIP) Nomor 195 tahun 1965. Usaha mendirikan perguruan tinggi di Karesidenan Lampung sudah dimulai sejak tahun 1959, ada dua panitia yang berperan penting dalam pembentukan ini yaitu Panitia Pendirian dan Perluasan Sekolah Lanjutan (P3SL) dan Panitia Persiapan Pembentukan Yayasan Perguruan Tinggi Lampung (P3YPTL). P3SL dan P3YPTL kemudian dilebur menjadi Yayasan Pembina Perguruan Tinggi Lampung (YPPTL) pada 7 September

1960. Setelah itu Yayasan ini membentuk Fakultas Ekonomi, Hukum, dan Sosial (FEHS), yang berada di Jalan Hasanuddin 34, Bandar Lampung.

b. Perkembangan Fakultas di Universitas Lampung

Setelah dibentuknya Yayasan Pembina Perguruan Tinggi Lampung (YPPTL) maka Yayasan tersebut membentuk atau mendirikan Fakultas Ekonomi, Hukum, dan Sosial atau FEHS. YPPTL diberikan tugas yaitu untuk membina FEHS dan mengupayakan status negeri. Pada saat itu jalan yang ditempuh oleh YPPTL adalah dengan melakukan kerjasama bersama Universitas Sriwijaya (Unsri) di Palembang. Setelah pada tanggal 14 September 1961 berdasarkan keputusan Presiden Unsri Nomor D-40-7-1961, terhitung sejak tanggal 1 Februari 1961, FEHS Lampung ditetapkan sebagai Fakultas Ekonomi Cabang Unsri dan Fakultas Hukum Cabang Unsri yang bertempat di Teluk Betung, Lampung. Setelah itu pada tanggal 23 September 1965 keluarlah Syrat Keputusan Menteri Perguruan Tinggi dan Ilmu Pengetahuan (PTIP) Nomor 195 tahun 1965, yang meresmikan berdirinya Universitas Lampung sebagai universitas negeri di Lampung. Keputusan tersebut kemudian dikukuhkan dengan Keputusan Presiden RI No. 73 tahun 1966. Oleh sebab itu dapat dikatakan bahwa FEB dan FH merupakan fakultas tertua yang ada di Unila dan lahir secara bersamaan.

Setelah FEB dan FH, pada tahun 1967 berdirilah Fakultas Pertanian yang didasari Surat Keputusan Presidium Unila Nomor 756/KPTS/1967, kemudian dikukuhkan dengan keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan RI Nomor 0206/1973.

Selang satu tahun yaitu pada tahun 1968 Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan (IKIP) Cabang Jakarta diintegrasikan ke dalam Unila berdasarkan Keputusan Direktorat Jenderal Perguruan Tinggi Nomor 1 Tahun 1968 dan menjadi Fakultas Keguruan dan Fakultas Ilmu Pendidikan atau FKIP.

Setelah berdirinya Fakultas Pertanian dan Fakultas Keguruan dan Fakultas Ilmu Pendidikan (FKIP), Fakultas Teknik dibentuk melalui Surat Keputusan Presidium Unila Nomor 227/KPTS/Pres/1968 tertanggal 5 Juli 1968. Namun, karena menghadapi berbagai kendala, fakultas tersebut tidak

dapat terus beroperasi. Berdasarkan Surat Keputusan Nomor 101/B-/11/72, fakultas ini dihentikan penerimaan mahasiswanya, dan sebagian mahasiswa yang telah terdaftar dialihkan ke fakultas lain. Dengan dukungan dari Pemerintah Provinsi Lampung, kemudian dibentuk Panitia Persiapan Pembukaan Fakultas Teknik Sipil. Selanjutnya, pada tanggal 13 Januari 1978, melalui Surat Keputusan Rektor Unila Nomor 08/KPTS/R/1991 tanggal 6 Juli 1991, status Fakultas Non Gelar Teknologi (FNGT) resmi ditingkatkan menjadi Fakultas Teknik.

Selanjutnya pada tahun akademik 1986/1987, Program Studi Sosiologi dan Ilmu Pemerintahan mulai dibuka di bawah naungan Fakultas Hukum. Untuk mengatur dan mengoordinasikan kegiatan akademik kedua program tersebut, dibentuklah unit Persiapan FISIP. Kemudian, melalui Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 0334/0/1995, unit ini secara resmi ditetapkan menjadi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP).

Pada tahun akademik 1989/1990, Program Studi Biologi dan Kimia mulai dibuka di bawah naungan Fakultas Pertanian. Untuk mengoordinasikan kegiatan akademiknya, dibentuklah unit Persiapan FMIPA yang kemudian secara resmi ditetapkan sebagai Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 0334/0/1995.

Pada tahun akademik 2002/2003, Universitas Lampung mulai membuka Program Pendidikan Dokter. Berdasarkan Surat Keputusan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi (Dikti) Nomor 3195/D/I/2003, Unila memperoleh izin untuk menyelenggarakan program tersebut dan mulai menerima mahasiswa baru pada tahun akademik yang sama. Fakultas Kedokteran Unila telah meraih akreditasi A dari Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT) di bawah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud). Prestasi ini dikukuhkan melalui Surat Keputusan Kemendikbud Nomor 051/SK/BAN-PT/AK-XV FK ("Univ. Lampung," 2015).

Sehingga pada saat ini Unila sudah memiliki 1 program Pascasarjana dan 8 fakultas yang menaungi 107 program studi di tingkat diploma, sarjana, magister, doktor, dan profesi. Per 2024 ini Unila diperkirakan memiliki mahasiswa sebanyak 48.720 orang yang tersebar di 8 fakultas tersebut.

Tabel 2. Jumlah Mahasiswa Universitas Lampung

Fakultas Unila	Banyaknya Mahasiswa Universitas Lampung menurut Fakultas dan Jenis Kelamin		
	Laki-laki	Perempuan	Laki-laki dan Perempuan
Ekonomi+Diploma Ekonomi	1.488	2.457	3.945
Hukum	1.936	2.172	4.108
Fisip	1.987	3.475	5.462
Pertanian+Diploma Pertanian	2.738	3.814	6.552
Keguruan dan Ilmu Pendidikan+Diploma Pendidikan	4.314	12.656	16.970
Teknik	3.773	2.413	6.186
MIPA	1.110	2.084	3.914
Kedokteran	359	1.025	1.384
Pasca Sarjana	102	97	199
Jumlah	17.807	30.913	48.720

Sumber : Data Badan Pusat Statistik Kota Bandar Lampung 2025

Berdasarkan data di atas dapat diketahui bahwa jumlah mahasiswa di Universitas Lampung pada tahun 2024 yaitu sebanyak 48.720 orang, dengan jumlah mahasiswa laki-laki sebanyak 17.807 orang dan jumlah mahasiswa perempuan sebanyak 30.913 orang yang tersebar di 8 fakultas baik yang menempuh program studi tingkat diploma, sarjana, magister, doktor, serta profesi.

c. Lokasi Universitas Lampung

Universitas Lampung berada di wilayah Bandar Lampung, ibukota Provinsi Lampung. Provinsi yang berada di ujung selatan Sumatera dan bersebrangan dengan Pulau Jawa ini telah menjadi salah satu tujuan utama untuk program transmigrasi pemerintah dan migrasi lainnya dari berbagai daerah yang

banyak memberikan kontribusi terhadap pembentukan masyarakat multikultural di wilayah Lampung.

Adapun lokasi kampus Universitas Lampung saat ini berada di Jl. Prof. Dr. Ir. Soemantri Brodjonegoro No. 1 Kelurahan Gedong Meneng, kecamatan Rajabasa, Kota Bandar Lampung. Universitas Lampung berdiri di lahan seluas 700.000 m² serta memiliki luas bangunan sekitar 121.885 m² yang berada di Kampus Utama Gedong Meneng. Beberapa lokasi lainnya adalah di wilayah Panglima Polim (Gedung Kampus FKIP Universitas Lampung, Pogram Studi Pendidikan Jasmani dan Seni Tari), serta ada juga yang berlokasi di Kota Metro (Gedung Kampus FKIP Universitas Lampung, Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar).

d. Visi, Misi, dan Tujuan Universitas Lampung

1. Pada tahun 2025 ini Unila memiliki Visi menjadi Perguruan Tinggi 10 Terbaik di Indonesia. Visi ini mencerminkan tekad kuat Unila dalam meningkatkan kualitas pendidikan tinggi di Indonesia melalui pengembangan institusi yang unggul, inovatif, dan adaptif terhadap dinamika global serta kebutuhan masyarakat. Sebagai perguruan tinggi negeri yang berlokasi di wilayah strategis Pulau Sumatera, Unila berkomitmen untuk menjadi pelopor dalam mencetak sumber daya manusia yang kompeten, serta menghasilkan karya-karya ilmiah yang berdampak positif bagi pembangunan nasional. Visi ini juga menekankan pada pentingnya daya saing institusional di tingkat nasional dan internasional, sebagai upaya mewujudkan pendidikan tinggi yang bermutu.
2. Dalam upaya mewujudkan visi tersebut, Universitas Lampung menjalankan beberapa misi strategis sebagai berikut:
 - Menyelenggarakan tridarma perguruan tinggi (Pendidikan, peneilitian, dan pengabdian) yang berkualitas dan relevan
 - Menjalankan tata pamong organisasi Unila yang baik (*good university governance*)
 - Menjamin aksesibilitas dan ekuitas Pendidikan tinggi

- Menjalin kerjasama yang produktif dengan berbagai pihak, baik di tingkat nasional maupun internasional
3. Berdasarkan visi dan misi yang telah dirumuskan, Universitas Lampung juga menetapkan sejumlah tujuan strategi yang ingin dicapai dalam jangka menengah hingga jangka panjang, antara lain :
- Menghasilkan lulusan Unila yang bermutu, adaptif, berdaya saing global, dan mempraktikan nilai luhur budaya nasional sebagai salah satu landasan berfikir, bersikap, dan berperilaku dalam kehidupan
 - Meningkatkan kualitas dosen dan tenaga kependidikan yang kompetitif, fleksibel, serta berorientasi pada pencapaian indikator kinerja
 - Meningkatkan produktivitas, riset, inovasi, dan iptek yang mampu meningkatkan kesejahteraan masyarakat, serta unggul di tingkat nasional dan internasional
 - Mewujudkan tata kelola Perguruan Tinggi yang akuntabel, efektif, efisien, terintegrasi, berkelanjutan secara optimal bagi seluruh pemangku kepentingan (“Visi Dan Misi Universitas Lampung,” n.d.)

4.2 Kondisi Keseharian Mahasiswa Universitas Lampung

Keseharian mahasiswa Unila sama seperti keseharian mahasiswa umumnya yang mencakup berbagai aktivitas, mulai dari kegiatan akademik, organisasi, hingga kegiatan sosial di kampus. Unila memiliki suasana kampus yang nyaman dan hijau, serta memberikan berbagai fasilitas yang mendukung proses belajar. Tidak hanya melakukan kegiatan akademik, mahasiswa Unila juga aktif dalam kegiatan organisasi kampus, seperti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), baik di tingkat fakultas maupun tingkat universitas. Kehidupan kampus Unila yang inklusif dan terbuka memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan diri, menjalin relasi sosial, dan memperluas wawasan. Namun, dalam aktivitas keseharian tersebut, penggunaan smartphone atau ponsel telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari mahasiswa. Hampir seluruh mahasiswa membawa dan menggunakan ponsel pintar sepanjang hari, baik untuk mengakses

informasi akademik, belajar, mengerjakan tugas, berkomunikasi dengan teman dan dosen, mengikuti perkuliahan daring, maupun sekedar mengisi waktu luang.

4.3 Alasan Memilih Lokasi Penelitian

Peneliti memilih lokasi penelitian di Universitas Lampung karena Unila merupakan salah satu perguruan tinggi negeri terbesar di provinsi Lampung dengan jumlah mahasiswa yang sangat beragam, baik dari segi latar belakang sosial, budaya, maupun kebiasaan dalam penggunaan teknologi. Gaya hidup digital pada mahasiswa Unila yang sangat signifikan membuat mereka aktif dalam berbagai platform media sosial seperti Instagram, Tiktok, X atau Twitter, Facebook, dan WhatsApp. Aktivitas digital ini menjadi salah satu ciri khas gaya hidup mereka yang sangat berkaitan erat dengan fenomena *phubbing* yang akan diteliti oleh peneliti. Oleh karena itu, lingkungan kampus ini sangat cocok untuk menggambarkan interaksi sosial dalam era digital pada saat ini.

Selain itu, alasan peneliti memilih lokasi ini untuk melakukan penelitian karena mahasiswa Universitas Lampung memiliki tempat tinggal yang beragam, mulai dari yang tinggal bersama dengan orang tua nya, tinggal bersama dengan sanak saudara nya, tinggal dirumah kontrakan dengan teman, atau bahkan yang tinggal sendiri di kamar kost. Variasi ini memberikan perspektif yang luas mengenai bagaimana interaksi sosial dan kebiasaan *phubbing* terjadi dalam konteks kehidupan sehari-hari mereka.

Alasan selanjutnya mengapa peneliti memilih lokasi ini karena peneliti melihat adanya urgensi fenomena *phubbing* di kalangan mahasiswa Universitas Lampung. *Phubbing* sebagai bentuk perilaku sosial yang muncul dari penggunaan smartphone secara berlebihan sangat sering terjadi di kalangan mahasiswa, baik di lingkungan pertemanan, saat aktivitas perkuliahan berlangsung, saat diskusi kelompok, bahkan dalam relasi personal tempat tinggal. Oleh karena itu, Universitas Lampung menjadi tempat yang strategis untuk menggali fenomena ini secara mendalam dan kontekstual dalam ruang budaya digital.

VI. KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendorong perilaku *phubbing* dan mengeksplorasi dampaknya terhadap dinamika hubungan sosial dan kualitas interaksi tatap muka di kalangan pengguna media sosial aktif, khususnya mahasiswa Universitas Lampung. Berdasarkan hasil wawancara mendalam dan pendekatan teori interaksi simbolik George Herbert Mead, diperoleh beberapa kesimpulan utama sebagai berikut:

a. Faktor-Faktor Pendorong *Phubbing*

Perilaku *phubbing* di kalangan mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor. Beberapa faktor yang mendorong perilaku *phubbing*, antara lain:

1. Kecanduan smartphone (*problematic smartphone use*) atau kecanduan media sosial dan penggunaan ponsel yang berlebihan.
2. Kecemasan sosial (*social anxiety*), beberapa informan mengalami kecemasan sosial jika berinteraksi dengan seseorang yang mengakibatkan mereka melakukan *phubbing* sebagai bentuk pertahanan diri.
3. FoMO (*Fear of Missing Out*) atau rasa takut akan ketertinggalan, hal inilah yang menyebabkan sebagian informan melakukan *phubbing*, karena mereka merasa jika tidak melihat sosial media atau jika meninggalkan media sosial sedikit lama mereka akan merasa tertinggal dan tidak mengetahui berita atau *trend* yang sedang viral.
4. Preferensi untuk berinteraksi atau berkomunikasi secara digital dibandingkan secara langsung karena dianggap lebih nyaman, aman, praktis, dan bebas dari tekanan sosial.

5. Minimnya interaksi sosial di lingkungan tempat tinggal (baik tinggal bersama orang tua, tinggal bersama sanak saudara, tinggal dikontrakan maupun tinggal dikosan).
 6. Norma sosial baru dalam budaya digital yaitu normalisasi *phubbing* dalam budaya digital, yang membuat perilaku tersebut diterima bahkan dianggap sebagai hal wajar.
- b. Dampak *Phubbing* Terhadap Dinamika Hubungan Sosial dan Kualitas Interaksi Tatap Muka
1. *Phubbing* memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hubungan sosial, diantaranya adalah:
 - Kepercayaan dalam hubungan (*trust*) yaitu munculnya perasaan diabaikan yang menimbulkan tekanan emosional.
 - Keterhubungan Emosional yaitu munculnya konflik dan ketegangan sosial.
 - Frekuensi dan kualitas interaksi berkurang, akibatnya muncul pola hidup individualistik.
 2. Selain memberikan dampak yang cukup signifikan dalam dinamika hubungan sosial, *phubbing* juga memberikan dampak yang signifikan terhadap kualitas interaksi tatap muka, diantaranya sebagai berikut:
 - Perhatian penuh (*undivided attention*), *phubbing* dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk memberikan perhatian penuh kepada lawan bicara, sehingga percakapan akan terganggu karena lebih terfokus kepada ponsel.
 - Respon empati (*empathy response*), dalam suatu komunikasi atau interaksi yang terganggu karena adanya *phubbing*, respon empati akan berkurang karena individu tidak hadir secara emosional atau tidak memberikan perhatian secara sepenuhnya dalam suatu interaksi, akibatnya interaksi akan menjadi membosankan dan kurang menarik.
 - Efektifitas Komunikasi, *phubbing* dapat menyebabkan menurunnya intensitas dan kualitas komunikasi interpersonal. Efektifitas

komunikasi dapat terganggu, karena gangguan dari ponsel saat berinteraksi dapat menyebabkan suatu pesan tidak tersampaikan dengan baik dan dapat menimbulkan kesalahpahaman serta dapat menurunkan kualitas komunikasi.

Mahasiswa yang melakukan *phubbing* cenderung menunjukkan penurunan kepekaan sosial dan keterlibatan emosional dalam interaksi langsung, bahkan dengan orang-orang terdekat.

3. Meskipun secara umum *phubbing* sering dipandang sebagai hal negatif dan berdampak negatif terhadap kualitas interaksi sosial, namun berdasarkan temuan dilapangan terdapat juga dampak yang dianggap positif dari perilaku *phubbing* dalam konteks tertentu, diantaranya:

- Mengurangi ketegangan.
- Mekanisme pertahanan diri (*coping mechanism*).
- Menghindari kecanggungan.

c. Kaitan dengan Teori Interaksi Simbolik

Fenomena *phubbing* merepresentasikan terjadinya perubahan dalam makna sosial yang terbentuk melalui interaksi. Dalam konteks teori interaksi simbolik George Herbert Mead, makna yang biasa dibentuk melalui simbol-simbol sosial seperti ekspresi wajah, nada bicara, dan bahasa tubuh mulai tergantikan oleh simbol digital seperti pesan teks, emoji, dan notifikasi. Individu menjadi lebih terhubung secara virtual, namun terputus secara sosial. Akibatnya, *self* yang terbentuk adalah *self* yang dibentuk oleh interaksi digital, bukan *self* yang berkembang dari komunikasi tatap muka yang mendalam.

d. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian sosiologi, khususnya mengenai interaksi sosial di era budaya digital, memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena *phubbing* melalui perspektif teori interaksi simbolik George Herbert

Mead, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terkait pengaruh teknologi terhadap hubungan sosial.

2. Secara praktis, penelitian ini bermanfaat untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa dan generasi muda mengenai dampak *phubbing*, menjadi acuan bagi keluarga, pendidik, dan institusi pendidikan dalam mendorong penggunaan teknologi secara bijak, serta memberikan masukan bagi pihak kampus maupun pembuat kebijakan untuk mengurangi dampak negatif penggunaan ponsel secara berlebihan.

6.2 Saran

Berdasarkan temuan dan kesimpulan penelitian, peneliti mengajukan beberapa saran yang bersifat teoritis, praktis, dan reflektif:

- a. Bagi Mahasiswa dan Generasi Muda Pengguna Media Sosial

Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya kehadiran sosial yang nyata dalam kehidupan sehari-hari. Mengurangi ketergantungan pada ponsel dan media sosial dalam situasi sosial seperti makan bersama, diskusi, atau waktu keluarga dapat menjadi langkah awal untuk membangun kembali kualitas komunikasi yang lebih sehat dan mendalam.

- b. Bagi Keluarga dan Lingkungan Tempat Tinggal

Perlu diciptakan ruang komunikasi yang lebih terbuka dan bebas dari gangguan digital, misalnya dengan membuat waktu khusus “tanpa ponsel” (*gadget-free time*). Interaksi langsung tetap menjadi bagian penting dalam membentuk empati, kepercayaan, dan keintiman antaranggota keluarga maupun teman satu tempat tinggal.

- c. Bagi Insitusi Pendidikan

Kampus dapat menyelenggarakan kegiatan literasi digital yang tidak hanya fokus pada keterampilan teknis, tetapi juga pada etika penggunaan media sosial dan dampaknya terhadap interaksi sosial. Pendidikan karakter berbasis kesadaran sosial dan komunikasi empatik menjadi penting dalam

membangun generasi yang tidak hanya cerdas digital, tetapi juga tangguh secara sosial.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memperluas cakupan penelitian dengan mempertimbangkan faktor-faktor psikologis seperti *fear of missing out (FoMO)*, kecemasan sosial (*social anxiety*), dan konsep penguatan sosial dalam interaksi *online*. Selain itu, pendekatan kuantitatif atau *mixed methods* juga dapat digunakan untuk menguji hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan tingkat *phubbing* dalam populasi yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamudi, F. S. N. A. (2023). Sosial phubbing di kalangan mahasiswa Fakultas Psikologis Universitas Negeri Makassar. *Jurnal sosialisasi*, 6(3), 31-36
- Anniza. N. A, Ismail. A, & Mario. (2023). Fenomena phubbing pada mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar. , 5(1). *Jurnal Predestination*, 5(1), 27–33.
- APJII. (2024). APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang. Retrieved from Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia website: <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Arenz, A., & Schnauber-Stockmann, A. (2023). Who “phubs”? A systematic meta-analytic review of phubbing predictors. *Mobile Media and Communication*, (December). <https://doi.org/10.1177/20501579231215678>
- Cahyani. (2020). Dampak penggunaan media sosial terhadap perkembangan sosial remaja. *Jurnal Komunikasi Digital Indonesia*, 4(2), 45–56.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Dewi, F. (2023). Phubbing dan tantangan interaksi sosial di tempat kerja. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 8(2), 23–31.
- Fauzan, M. (2020). Dedi Mulyana, *Metodologi penelitian kualitatif teori interaksi simbolik George Herberd Mead*. 68–70.
- Firdaus, T., Suardi, & Kaharuddin. (2023). Perilaku phubbing di kalangan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Makassar. *Jurnal Ilmiah Research and Development Student*, 1(2), 27–34. <https://doi.org/10.59024/jis.v1i2.313>
- Guazzini et al. , Raimondi, Biagini, Bagnoli, & D. (2021). Phubber’s emotional activations: The association between PANAS and phubbing behavior. *Future Internet*, 13, 12–14. <https://doi.org/10.3390/fi13120311>
- Handayani, R., & Santoso, D. (2019). Phubbing dan dampaknya terhadap empati dalam hubungan sosial. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia. Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 6(1), 12–20.
- Hidayat, R., & Susanto, A. (2023). Penggunaan Media Sosial dan Dampaknya terhadap Identitas Diri pada Generasi Z. *Jurnal Sosiologi Digital*, 7(1), 35–47.

- Kelly, L., Miller-Ott, A. E., & Duran, R. L. (2019). Phubbing friends: Understanding face threats from, and responses to, friends' cell phone usage through the lens of politeness theory. *Communication Quarterly*, 67(5), 540–559. <https://doi.org/10.1080/01463373.2019.1668443>
- Larasati, S. (2022). Pemikiran George Herbert Mead dan Teori Interaksionisme Simbolik. Retrieved from Kompasiana website: [https://www.kompasiana.com/sabrinalarasati12/633c818908a8b5291f228182/pemikiran-george-herbert-mead-dan-teori-interaksionisme-simbolik#:~:text=Teori Interaksionisme Bagi Mead%2C,\) dan diri \(self](https://www.kompasiana.com/sabrinalarasati12/633c818908a8b5291f228182/pemikiran-george-herbert-mead-dan-teori-interaksionisme-simbolik#:~:text=Teori Interaksionisme Bagi Mead%2C,) dan diri (self).
- Li, W., Bizumic, B., Sivanathan, D., & Chen, J. (2023). Vulnerable and grandiose narcissism differentially predict phubbing via social anxiety and problematic social media use. *Behaviour and Information Technology*, (September), 1–15. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2023.2262608>
- Mumek, J. L., Susanti, A. T., & Suwartiningsih, S. (2024). Analisis perilaku phubbing dan dampaknya terhadap interaksi sosial mahasiswa Sosiologi Uksw Salatiga di era digital. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4(4), 3299–3312.
- Nasrullah, R. (2019). Teori dan riset media sosial dan budaya digital. *Jakarta : Kencana*.
- Nuñez, T. R., Radtke, T., & Eimler, S. C. (2020). A third-person perspective on phubbing: Observing smartphone-induced social exclusion generates negative affect, stress, and derogatory attitudes. *Cyberpsychology*, 14(3), 1–22. <https://doi.org/10.5817/CP2020-3-3>
- Prafitasari, A. (2023). Pengertian wawancara menurut para ahli. Retrieved from ADJARPEDIA website: <https://adjar.grid.id/read/543779163/10-pengertian-wawancara-menurut-para-ahli?page=all>
- Prasetya, I. (2021). Perubahan sosial dan budaya dalam era digital. *Yogyakarta : Pustaka Belajar*.
- Purnomo, A. (2020). Dampak phubbing dalam interaksi sosial: perspektif psikologi sosial. *Jurnal Komunikasi dan Perilaku Sosial. Jurnal Komunikasi Dan Perilaku Sosial*, 7 (2), 45–52.
- Putri, & Santoso. (2021). Hubungan penggunaan media sosial aktif dengan kepuasan sosial pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 5(1), 23–33.
- Rahma, F. (2021). Teori interaksi simbolik menurut ahli. Retrieved from Gramedia Blog website: https://www.gramedia.com/literasi/teori-interaksi-simbolik/#google_vignette
- Rahman. (2019). Pengaruh Penggunaan Media Sosial Aktif terhadap Interaksi Sosial Remaja. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 3(3), 57–65.
- Sigalingging, L. H., Setiawan, K., & Purnomo, A. M. (2020). Pengaruh perilaku phubbing terhadap komunikasi interpersonal di kalangan Mahasiswa

Universitas Djuanda Angkatan 2020. 3, 7071–7083.

Subiakto, H., & Cangara, H. (2020). Komunikasi massa dalam era digital. *Jakarta : Rajawali Press.*

Sutrisno, H., & Mulyani, L. (2022). Perilaku phubbing dan dinamika interaksi keluarga di era digital. *Jurnal Sosiologi Indonesia, 10(1), 34–42.*

Suyanto, A. P., Purnomo, A. M., & Sukarelawati. (2024). Pengaruh pesan website tentang rekayasa lalu lintas terhadap sikap pengendara pada cyber public relations pemerintah Kota Bogor. *Karimah Tauhid, 3(3), 3088–3102.* <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v3i3.12357>

Universitas Lampung. (2015). Retrieved from Universitas Lampung website: <https://blu-djpb.kemenkeu.go.id/index.php?r=publication/blu/view&id=33>

Visi dan Misi Universitas Lampung. (n.d.). Retrieved from Universitas Lampung website: <https://www.unila.ac.id/visi-dan-misi/>

Yulianti, S. (2022). Dinamika Interaksi Pengguna Aktif Media Sosial di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Media Sosial Dan Perilaku, 6(2), 77–89.*

Yulianto, S., & Hasanah, L. (2023). Budaya digital: dampak teknologi terhadap masyarakat modern. *Surabaya: Airlangga Press.*

Yusuf, I. (2021). Ketergantungan digital dan gangguan interaksi sosial pada remaja. *Jurnal Sosiologi Digital, 9(3), 77–85.*