

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2. 1. Phubbing

2. 1. 1 Definisi Phubbing

Menurut Karadag, dkk (2015) *phubbing* merupakan perilaku atau tindakan melecehkan seseorang dalam cakupan lingkungan sosial dengan terfokus pada *smartphone* bukannya memperhatikan lawan bicaranya dan berinteraksi dengannya. Serta, mengarahkan pandangan ke ponsel selama percakapan memiliki dampak negatif afiliasi, kedekatan, dan percakapan menjadi kurang intim. Karadag, dkk (2015) juga menyebutkan bahwa *phubbing* dapat digambarkan sebagai individu yang melihat telepon genggamnya saat berbicara dengan orang lain, sibuk dengan *smartphone* nya dan mengabaikan komunikasi interpersonal.

Phubbing adalah tindakan melecehkan seseorang dalam lingkungan sosial dengan melihat telepon anda alih-alih memperhatikan (*Phubbing: A Word is Born*, 2013). Dengan kata lain, *phubbing* adalah tindakan mengabaikan orang lain dengan menggunakan ponsel pintar selama interaksi sosial berlangsung, apakah itu dengan memeriksa *facebook* atau menggunakan aplikasi chatting lainnya. *Phubbing* dapat dilihat dimana saja dalam aktivitas sehari-hari manusia seperti selama makan, rapat, cerama atau pertemuan sosial dengan teman dan keluarga (Chasombat, 2014).

Phubbing adalah tindakan menghina seseorang dalam interaksi di lingkungan sosial yang terdiri dari dua orang atau lebih dengan berkonsentrasi pada penggunaan gawainya alih-alih berbicara langsung dengan orang tersebut. *Phubber* dapat di definisikan sebagai orang yang mulai melecehkan dengan memperhatikan *smartphonena*, dan *phubee* dapat di definisikan sebagai orang yang

di abaikan oleh temannya dengan situasi sosial karena temannya menggunakan atau memeriksa ponsel cerdas mereka sebagai penggantinya (Chasombat, 2016).

Secara khusus istilah "*phubbing*" (dari kata "*phone*" dan "*snubbing*") menggambarkan tindakan menghina seseorang dalam pergaulan sosial dengan menggunakan teleponnya dari pada berbicara dengan orang tersebut secara langsung (Haigh, 2015). *Phubbing* berarti melecehkan seseorang dalam melihat telepon sedangkan alih-alih memperhatikan. Sibuk dengan ponsel selama kursus atau belajar mengajar adalah tindakan *phubbing* (Ugur, 2015).

Dari uraian di atas, penelitian menyimpulkan bahwasannya *phubbing* adalah tindakan menghina seseorang yang diajak berbicara secara langsung dengan lebih memfokuskan perhatian kepada *smartphonenya*. Orang-orang yang cenderung mengalami *phubbing* ini biasanya menjadi sangat sensitif terhadap *notifikasi* dari *smartphonenya*, sehingga tanpa sadar telah melakukan *phubbing*.

2. 1.2 Dimensi *Phubbing*

Karadag (2015) mengatakan dalam penelitiannya, terdapat dua dimensi dari perilaku *phubbing*, yaitu:

1. Gangguan Komunikasi (*Communication Disturbance*)

Gangguan komunikasi yang terjadi dalam hal ini adalah gangguan komunikasi yang disebabkan karena hadirnya ponsel sebagai faktor yang mengganggu komunikasi *face-to-face* di lingkungan.

Gangguan komunikasi mempunyai 3 komponen, yaitu: menerima atau melakukan panggilan telepon ketika sedang berkomunikasi, membalas pesan singkat (SMS/Chat) ketika sedang berkomunikasi dan mengecek notifikasi sosial media ketika sedang berkomunikasi.

2. Obsesi Terhadap Ponsel

Obsesi terhadap ponsel terjadi karena dorongan akan kebutuhan menggunakan ponsel yang tinggi walaupun sedang melakukan komunikasi face-to-face di lingkungan. Obsesi terhadap ponsel mempunyai tiga komponen, yaitu: kelekatan terhadap ponsel, cemas ketika jauh dari ponsel dan sulit dalam mengatur penggunaan ponsel.

Selanjutnya menurut Kwon, dkk (2013) dimensi perilaku *phubbing* ada 3 yaitu:

1. Gangguan pada Kehidupan Sehari-hari

Adapun contoh hal-hal yang termasuk pada gangguan kehidupan sehari-hari pada perilaku *phubbing* adalah kehilangan pekerjaan yang direncanakan, mengalami kesulitan konsentrasi di kelas atau saat bekerja, mengalami sakit kepala atau penglihatan kabur, sakit pada pergelangan tangan atau di bagian leher dan gangguan tidur.

2. Penarikan Diri

Hal ini dapat di deskripsikan sebagai kondisi dimana individu menjadi mudah marah, gelisah dan tidak bisa menahan diri jika tidak menggunakan *smartphone*, terus menerus bersama *smartphone* dan tidak bisa lepas dari *smartphone* serta menjadi kesal dan marah ketika terganggu menggunakan *smartphone*.

3. Toleransi

Dimensi ini didefinisikan sebagai seorang yang selalu gagal dalam mengontrol penggunaan *smartphone*.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan dimensi yang dikemukakan oleh Karadag (2015) yang membagi menjadi 2 dimensi diantaranya yaitu gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel.

Dari uraian di atas, dapat peneliti simpulkan terhadap dimensi dari perilaku *phubbing* ini, seperti gangguan komunikasi yang terjadi saat melakukan interaksi sosial di dunia nyata karena terlalu fokus dengan *smartphone* sehingga dapat mengganggu kegiatan interaksi sosial, sarta dapat menimbulkan gejala berlebihan ketika jauh dari *smartphone* yang berujung pada kecemasan dan rasa tidak nyaman saat berinteraksi secara langsung tanpa membawa *smartphone*.

2. 1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Phubbing*

Karadag (2015) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa ada 6 faktor yang mempengaruhi *phubbing* :

1. Adiksi Terhadap *Smartphone*

Kebutuhan terhadap teknologi lebih banyak memiliki konsekuensi seperti gangguan teknologi yang berlebihan, tingkat keterlibatan yang tinggi dalam teknologi dan akhirnya kecanduan teknologi (karadag, 2015).

Kecanduan teknologi telah di definisikan oleh kriteria kecanduan DSM-IV, dan telah di jelaskan dalam definisi perilaku adiktif sebagai masalah psikologis yang berkaitan dengan penggunaan teknologi secara tidak harmonis. Kecanduan ini sebagian besar tergantung pada faktor-faktor yang memasuki kehidupan manusia dengan komputer. Ponsel pintar yang dilengkapi dengan fitur komputer memiliki efek signifikan sebagai objek kecanduan.

2. Kecanduan Terhadap Internet

Selain menawarkan banyak kemudahan yang ditawarkan untuk kehidupan sehari-hari, *smartphone* ini menimbulkan efek negatif bagi manusia dengan menawarkan yang beragam dan nyaman terhadap internet. Perilaku individu yang berlebihan terhadap gangguan *smartphone* menyebabkan hal ini layak di teliti terutama dengan pada konsep kecanduan *smartphone* (Karadag, 2015). Studi

ini menunjukkan bahwa smartphone saja tidak menjadi masalah, namun menimbulkan masalah karena adanya aplikasi di dalamnya (Karadag, 2015).

3. Adiksi Sosial Media

Media sosial yang biasa digunakan adalah saluran komunikasi dimana interaksi yang sangat kompleks terjalin, yang dapat memberikan dampak yang pesat pada orang. Media sosial yang mencakup banyak elemen seperti penerima, komunikasi, pertukaran informasi, dan sharing multimedia, yang mendorong orang untuk tetap online, membawa pengikut dari komputer ke *smartphone* juga.

Aplikasi yang sering digunakan adalah game bersama dengan aplikasi situs media sosial seperti *facebook, twitter, instagram, whatsapp*, dll. Dengan kata lain, media sosial tempat yang signifikan diantara objek kecanduan ponsel pintar (Kwon & Yang, 2013). Terlepas dari kenyataan bahwa orang mengakses media sosial melalui telepon mereka, tidak boleh dilupakan bahwa media sosial banyak sosial hanyalah salah satu objek kecanduan di dalam telepon seluler dan bahwa kecanduan telepon akan tetap bertahan meski media sosial tidak ada.

4. Adiksi Terhadap Game

Diantara faktor-faktor yang mempengaruhi *phubbing*, kecanduan games merupakan sumber kecanduan lainnya yang sama pentingnya dengan kecanduan ponsel. Individu yang tidak memiliki manajemen waktu menggunakan games untuk melepas diri dari masalah dan sebagai alat relaksasi mental (Karadag, 2015). *Games Addiction* mengacu pada game online, video game yang keseluruhan mengacu pada permainan game yang sejauh ini mempengaruhi kehidupan sehari-hari dan dianggap sebagai perilaku adiktif.

5. Kontrol Diri

Kontrol diri selalu berkaitan dengan segala perilaku adiksi (Malouf, dkk, 2013). Sejalan dengan gejala yang berhubungan dengan ketergantungan zat, orang dengan tingkat kesulitan tinggi dalam mengendalikan impuls mereka mungkin tidak dapat memoderasi penggunaan ponsel mereka (Billieux, dkk, 2008). Oleh karena itu masuk akal bahwa kontrol diri secara signifikan mempengaruhi *phubbing*.

6. Empati

Dalam penelitian (Lachmann, 2018) menyebutkan adanya korelasi yang sangat erat antara empati dan adiksi *smartphone*. Hal ini juga berkaitan dengan empati yang seharusnya melekat dengan sifat sosial manusia yang mengakibatkan mereka lebih suka berhubungan melalui internet dari pada bertemu langsung (Armayati, 2014). Maka tidak heran pada gilirannya empati ditemukan akan mempengaruhi *phubbing* karena manusia semakin tidak peduli dengan orang disekitarnya (Prasetyo, 2017).

Selanjutnya menurut Al-Saggaf dan O'Donnell (2019) menyatakan bahwa ada 3 faktor yang memperngaruhi *phubbing*, yaitu:

1. *Technology Addiction*

Kecanduan teknologi dapat berupa kecanduan internet, *smartphone*, sosial media dan games.

2. *FOMO*

FOMO adalah singkatan dari *fear of missing out* atau takut ketinggalan tren. Perasaan selalu ingin terhubung dengan orang lain di dunia maya dapat membuat individu melakukan *phubbing*.

3. Lack of Self-Control

Rendahnya kontrol diri dapat menimbulkan beragam perilaku maladaptives pada individu, termasukla perilaku *phubbing*. Individu dengan mengontrol diri yang rendah lebih mudah melakukan *phubbing* dari pada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan faktor-faktor yang dikemukakan oleh karadag (2015) yang menbagi menjadi 6 faktor diantaranya adiksi terhadap *smartphone*, kecanduan terhadap internet, adiksi sosial media, adiksi terhadap game, kontrol diri dan empati.

Dari uraian di atas, faktor-faktor yang mempengaruhi *phubbing* yaitu tingkat penggunaan *smartphone* yang melebihi sewajarnya, dampak negatif *phubbing* ini bukan hanya disebabkan oleh *smartphone* tetapi itu berasal dari fitur-fitur yang berasal dari dalamnya, seperti media sosial, games online, serta layanan mudah dengan menggunakan internet. Selain faktor yang ada di dalam *smartphone* faktor dalam diri juga berperan dalam terjadinya *phubbing*, kontrol diri yang kurang dan sering berinteraksi di media online membuat interaksi sosial secara langsung menjadi kurang dan *phubbing* menjadi hal yang nyata dilakukan.

2. 1.4. *Phubbing* dalam Prespektif Islam

Menurut karadag, dkk., (2015) *phubbing* merupakan perilaku atau tindakan melecehkan seseorang dalam cakupan lingkungan sosial dengan terfokus pada ponsel bukannya memperhatikan lawan bicara dan berinteraksi dengannya. Serta, mengarahkan pandangan ke ponsel selama percakapan memiliki dampak negatif afiliasi, kedekatan dan percakapan menjadi kurang intim. Dengan kata lain, perilaku *phubbing* melibatkan penggunaan *smartphone* dalam pengaturan sosial dari dua orang atau lebih dan berinteraksi dengan *smartphone*

dari pada orang yang ada disekitarnya (Chotpiyasasunondh & Douglas, 2016).

Phubbing dapat juga digambarkan sebagai individu yang melihat ponselnya saat berbicara dengan orang lain, sibuk dengan ponselnya dan mengabaikan komunikasi interpersonal. Seseorang dengan perilaku *phubbing* memiliki indikasi menyakitkan orang lain dengan cara pura-pura memperhatikan saat di ajak komunikasi, tetapi pandangan sebentar-bentar tertuju pada ponsel yang ada di tangannya. Mereka yang sibuk dengan ponselnya sering berjibaku dengan hal yang maya, tidak nyata, bahkan terkadang tidak bermanfaat, sedangkan hadapan ada yang lebih penting dilakukan.

Baginda Rasulullah Saw selalu perhatian kepada lawan bicaranya. Bila ia tertawa Rasul ikut tertawa. Jika ia terhadap apa yang sedang di bicarakan maka Rasul juga ikut takjub.

وَلَا يَنْقُطُ عَلَى أَحَدٍ حَدِيثُهُ

“Dan Rasulullah tidak pernah memotong pembicaraan orang lain”.
(Hadist Riwayat Tirmidzi)

Phubbing yang sekarang ternyata cukup memprihatinkan karena dilakukan saat momen kebersamaan terjadi. Phubbing jika dilakukan sekali dua kali masih bisa saja dimaklumi bagi teman atau orang yang lebih tua dari kita, tetapi jika dilakukan secara terus menerus berdampak merusak kualitas hubungan antar individu maupun kelompok. Pada umumnya orang yang lalai akibat teknologi akan merusak psikologi dirinya sendiri. Membuat ia kecanduan dalam penggunaan teknologi informasi dan fasilitas yang berkembang sehingga muncul dorongan kejahatan, masuknya nilai-nilai budaya asing yang negatif, hingga bisa mendorong tindakan konsektif dan pemborosan.

Termasuk kebaikan bagi seorang muslim adalah meninggalkan hal-hal yang tidak bermanfaat bagi dirinya sendiri baik dunia maupun akhirat, Rasulullah Saw bersabda:

مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَعْنِيهِ

Yang artinya: "Diantara tanda kebaikan dalam islam seseorang adalah meninggalkan hal yang tidak bermanfaat baginya" (HR. Tirmidzi).

Hadist ini mengandung makna bahwa diantara kebaikan islam seseorang adalah meninggalkan hal yang tidak bermanfaat baik berupa perkataan atau perbuatan. Dalam buku kitab Jaami'ul'Ulum wal Hikam, 1:288.

Tanda kebaikan seorang muslim adalah dengan ia melakukan setiap kewajiban. Juga diantara tandanya adalah meninggalkan yang haram sebagaimana sabda Nabi Saw, jika manusia seseorang yang baik, maka sudah tentu ia meninggalkan pula perkara yang haram, yang syubhat dan perkataan yang makruh. Meninggalkan hal yang tidak bermanfaat semisal itu menunjukkan baiknya seorang muslim. Demikian perkataan Ibnu Rajab Al Hambali.

Di hadist di atas dapat disimpulkan bahwa meninggalkan hal yang tidak bermanfaat seperti meninggalkan perilaku phubbing merupakan bentuk kebaikan yang mana bila seseorang dapat interaksi dengan lingkungan sekitar dan menghasilkan proses komunikasi yang baik yang dapat berpengaruh besar dalam hubungan antara individu maupun kelompok. Oleh karena itu, sebuah niscayaan bahwa seseorang mampu berkomunikasi dengan baik dan dengan benar. Hal ini selar dengan isyarat Al-Qu'an. Dalam Q.S Ali-Imran ayat 190-191 sebagai berikut:

وَالْأَرْضِ وَاخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ لآيَاتٍ لِأُولِي الْأَلْبَابِ ﴿١٩١﴾

لَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِهِمْ وَيَتَفَكَّرُونَ فِي خَلْقِ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ رَبَّنَا

مَا خَلَقْتَ هَذَا بَاطِلًا سُبْحَانَكَ فَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ﴿١٩١﴾

Surat Ali-Imran ayat 190-191 menjelaskan bahwa dalam penciptaan langit dan bumi serta silih berganti malam dan siang terdapat tanda-tanda kekuasaan Allah bagi ulul albab. Ulul albab yang diterjemahkan sebagai orang-orang berakal memiliki dua ciri utama yakni dzikir dan pikir. Hal ini ekuivalen di atas yang di kemukakan oleh Hamka (1994), melalui surat Ali-Imran ayat 190, Allah Swt mengarahkan agar hamba-Nya merenungkan alam, langit dan bumi. Dia mengarahkan agar hamba-Nya mempergunakan pikirannya dan memperhatikan pergantian antar siang dan malam. Semua itu penuh dengan tanda-tanda kekuasaan Allah. Orang yang mampu memahami bahwa pencipta langit dan bumi serta pergantian siang dan malam merupakan tanda-tanda kekuasaan Allah, mereka itulah ulul albab. Yang menurut Ibnu Katsir, mereka adalah orang yang memiliki akal sempurna lagi memiliki kecerdasan. Sedangkan menurut Sayyid Qutb, mereka adalah orang-orang yang memiliki pemikiran dan pemahaman yang benar.

Surat Ali-Imran ayat 191 menjelaskan ciri-ciri ulul albab. Bahwa ulul albab adalah orang yang banyak berdzikir dan berpikir. Ia berdzikir dalam segala kondisi baik saat berdiri, duduk ataupun berbaring. Ia juga mentafakkuri (memikirkan) pencipta alam maka ia pun berdoa kepada Allah, memohon perlindungan dari siksa neraka.

Dua ayat ini menjelaskan tentang tanda-tanda kebesaran Allah. Tanda-tanda ini hanya dipahami bagi orang yang berakal atau orang yang tidak diselubingi akal untuk menciptakan kehancuran. Orang-orang berakal yang dimaksud dalam ayat ini adalah orang-orang yang senantiasa memikirkan ciptaan Allah, merenungi keindahan ciptaan-

Nya, kemudia dapat mengambil manfaat dari ayat-ayat seraya berdzikir kepada Allah dengan hati, lisan, dan anggota tubuh seraya menjalankan aktivitas sehari-harinya.

Kemudian, sebagaimana yang dijelaskan dalam firman Allah Swt. Pada surat Az-zumar ayat 18, yang berbunyi:

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُوا

الْأَنْبِيَاءِ

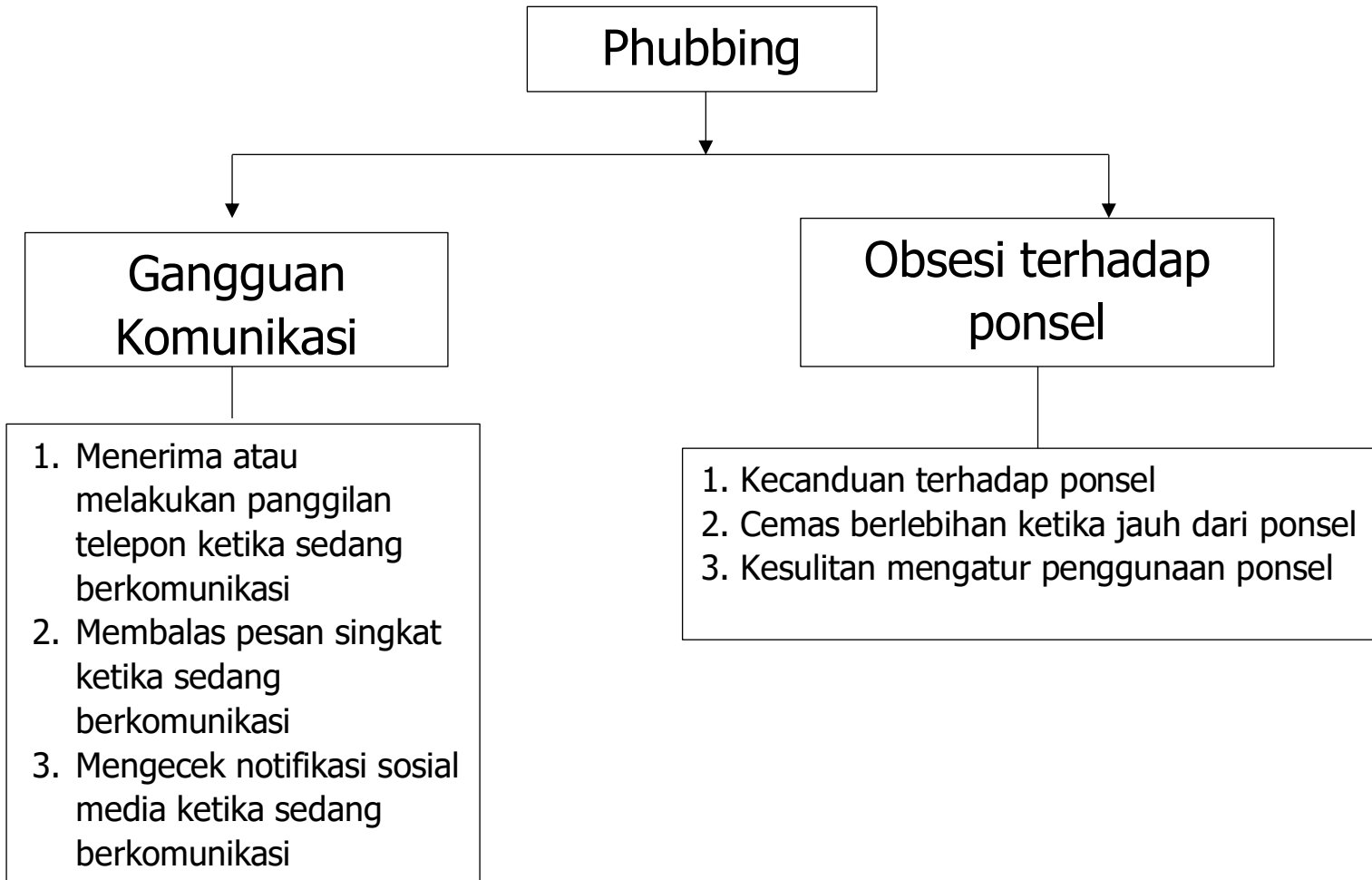
Setiap individu yang mendengarkan perkataan dan memilah-milah diantara yang baik dan yang buruk, lalu mengikuti yang terbaik karena ia yang bermanfaat. Mereka yang memiliki sifat-sifat tersebut adalah orang-orang yang Allah bimbing kepada hidayah. Mereka adalah orang-orang yang memiliki akal yang lurus. Menurut Shihab (1993) menjelaskan bahwa dan orang-orang yang menjauhi patung-patung dan setan-setan, lalu kembali kepada Allah dalam segala urusan mereka, akan memperoleh kabar gembira di segala tempat. Maka, berila kabar gembira kepada hamba-hambaku yang mendengarkan omongan lalu mengikuti omongan yang baik dan lebih membawa kearah kebenaran. Merekalah, bukan yang lain, yang akan ditunjukkan Allah untuk mendapat hidayah. Dan merekalah orang-orang yang memiliki pikiran yang cemerlang.

Ayat di atas menjelaskan bahwa seseorang yang mendengarkan perkataan orang lain dengan baik, maka akan berperilaku baik juga. Hal ini bertentangan dengan perilaku phubbing yang dinilai sebagai perilaku yang kurang baik kerana mengabaikan orang sekitar, sehingga tidak memperhatikan perkataan mitra komunikasi. Perilaku ini menimbulkan dampak positif sehingga terjalin konektivitas baik jauh maupun jarak dekat dan mengurangi durasi waktu dimana kita tidak berkomunikasi dengan orang lain, serta

memudahkan informasi yang berupa suara, gambar, teks data maupun kombinasinya dan juga dapat membina keterampilan dasar untuk membantu tercapainya tujuan. Namun, dampak positif ini juga akan menjadi negatif jika dilakukan pada waktu yang tidak tepat, apalagi sampai melakukan *phubbing*.

2. 2. Kerangka Pikir Penelitian

Kerangka berpikir penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Bagan 1 Kerangka Berpikir