

**PENGARUH *SMARTPHONE ADDICTION* DAN *SELF CONTROL* TERHADAP *PHUBBING BEHAVIOR* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MUSLIM NUSANTARA (UMN) MEDAN**

**TESIS**

**OLEH:**

**Rizky Emiliya**

**201804075**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2024**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 20/2/25

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber  
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah

3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area  
Access From (repository.uma.ac.id)20/2/25

**PENGARUH *SMARTPHONE ADDICTION* DAN *SELF CONTROL* TERHADAP *PHUBBING BEHAVIOR* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MUSLIM NUSANTARA (UMN) MEDAN**

**TESIS**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area

**OLEH**

**Rizky Emiliya  
201804075**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2024**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 20/2/25

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**PROGRAM PASCASARJANA  
MAGISTER PSIKOLOGI**

**HALAMAN PENGESAHAN**

Judul Tesis : Pengaruh *Smartphone addiction* dan *Self Control* terhadap  
*Phubbing behavior* pada Mahasiswa Universitas Muslim Nusantara  
(UMN) Medan

Nama : Rizky Emiliya

NPM : 201804075

Prodi : Magister Psikologi

Disetujui Oleh  
Komisi Pembimbing

**Pembimbing I**



Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, Psikolog

**Pembimbing II**



Dr. Amanah Surbakti, M.Psi, Psikolog

**Ketua Program Studi**

**Magister Psikologi**



Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, MA, Psikolog

**Direktur**



Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K, MS

Tanggal Lulus:

## PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa tesis yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar Magister merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam tesis ini

Medan, Agustus 2024



Rizky Emiliya  
201804075

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rizky Emiliya  
NPM : 201804075  
Prodi : Magister Psikologi  
Jenis Karya : Tesis

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**Pengaruh *Smartphone addiction* dan *Self Control* terhadap *Phubbing behavior* pada Mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan  
Pada tanggal : Agustus 2024  
Yang menyatakan



Rizky Emiliya  
201804075

**The Impact of *Smartphone addiction* and *Self Control* in *Phubbing behavior* for Students of Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan**

*Rizky Emiliya, Universitas Medan Area*

[rizqyemiliya@gmail.com](mailto:rizqyemiliya@gmail.com)

**ABSTRACT**

A phenomenon that we are very familiar with in the current era of technological development is the lack of quality interaction between humans. Likewise, students in higher education institutions ideally have a lot of interaction with society and the surrounding environment, create lots of ideas for change, carry out lots of discussion studies to enrich their thinking, in this era of very rapid technological progress, students actually spend more time by staring at their *smartphone* screen, social interactions end up having minimal eye contact because they tend to look at the *smartphone* rather than looking at the person they are talking to. The aim of this research is to determine the effect of *Smartphone addiction* and self-control on *Phubbing behavior*. This research is a quantitative correlational research using non-probability sampling techniques, sampling using purposive sampling with the criteria of active students aged 15-24 years, having a device and actively using a device (using the device more than 5 hours/day) and seen very often holding a *smartphone*, indicated interact while opening the *smartphone* and tend to use the *smartphone* during lecture hours. The total research sample was 149 students. The results of this study show that there is a significant influence of *Smartphone addiction* and *Self Control* together on *Phubbing behavior*. *Smartphone addiction* has a significant positive influence on *Phubbing behavior* with (sig. 0.000 and  $r = 0.448$ ). Meanwhile, *Self Control* has a significant negative influence on *Phubbing behavior* with (sig. 0.000 and  $r = 0.558$ ). *Smartphone addiction* and *Self Control* together contribute 69.7% to *Phubbing behavior* and 30.3% is influenced by other factors outside the research.

**Keywords:** *Phubbing, Smartphone addiction, Self Control*



## **Pengaruh *Smartphone addiction* dan *Self Control* terhadap *Phubbing behavior* pada Mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan**

*Rizky Emiliya, Universitas Medan Area*

[rizqyemiliya@gmail.com](mailto:rizqyemiliya@gmail.com)

### **ABSTRAK**

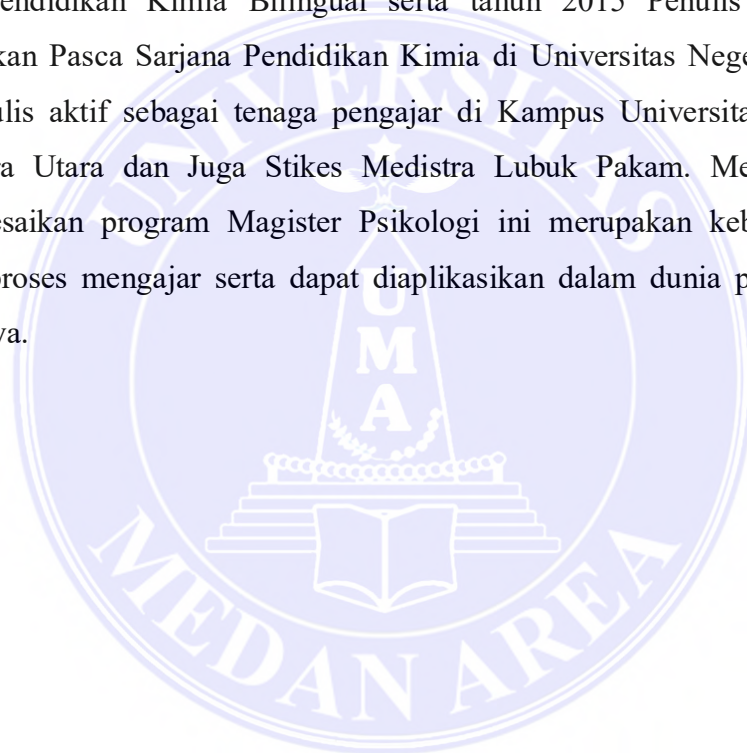
Fenomena yang sudah sangat biasa kita temui di era perkembangan teknologi sekarang adalah kurangnya kualitas interaksi antar manusia. Demikian juga pada mahasiswa di perguruan tinggi yang idealnya banyak melakukan interaksi dengan masyarakat dan lingkungan sekitarnya, banyak menciptakan ide-ide perubahan, banyak melakukan kajian-kajian diskusi untuk memperkaya pemikiran, pada zaman dengan kemajuan teknologi yang sangat pesat ini malah mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menatap layar *smartphone* mereka, interaksi sosialpun akhirnya minim kontak mata karena lebih cenderung menatap *smartphone* dibanding dengan menatap lawan bicara. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Smartphone addiction* dan *Self Control* terhadap *Phubbing behavior*. Penelitian ini bersifat kuantitatif korelasi dengan teknik *non probability sampling*, pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa aktif berusia 15-24 tahun, memiliki gawai dan aktif menggunakan gawai (penggunaan gawai lebih dari 5 jam/hari) serta terlihat sangat sering memegang *smartphone*, terindikasi berinteraksi sembari membuka *smartphone* serta cenderung menggunakan *smartphone* pada saat jam perkuliahan. Jumlah sampel penelitian adalah 149 orang mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh signifikan *Smartphone addiction* dan *Self Control* secara bersama-sama terhadap *Phubbing behavior*. *Smartphone addiction* memiliki pengaruh signifikan positif terhadap *Phubbing behavior* dengan (sig. 0,000 dan  $r = 0,448$ ). Sedangkan *Self Control* memiliki pengaruh signifikan negatif terhadap *Phubbing behavior* dengan (sig. 0,000 dan  $r = 0,558$ ). *Smartphone addiction* dan *Self Control* secara bersama-sama memiliki kontribusi 69,7% terhadap *Phubbing behavior* dan 30,3% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

**Kata Kunci:** *Phubbing behavior, Smartphone addiction, Self Control*

## Riwayat Hidup

Penulis dilahirkan di Medan pada 18 September 1991 dari Ayah bernama Nazaruddin dan Ibu bernama Dra. Emizar. Penulis merupakan putri pertama dari 4 bersaudara. Penulis memiliki suami bernama Irwansyah Putra Nasution, SH., MH., dan telah memiliki 2 orang putra bernama Danish Alfaridzi Negara Putra Nasution dan Daffa Adzriel Narendra Putra Nasution.

Tahun 2012 Penulis telah menyelesaikan gelar Sarjana Pada Program Studi Pendidikan Kimia Bilingual serta tahun 2015 Penulis menyelesaikan Pendidikan Pasca Sarjana Pendidikan Kimia di Universitas Negeri Medan. Saat ini penulis aktif sebagai tenaga pengajar di Kampus Universitas Islam Negeri Sumatera Utara dan Juga Stikes Medistra Lubuk Pakam. Mempelajari serta menyelesaikan program Magister Psikologi ini merupakan kebutuhan penulis dalam proses mengajar serta dapat diaplikasikan dalam dunia pendidikan pada umumnya.





## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah *Subhanahu Wata'ala*, karena dengan begitu banyak rahmat dan hidayahNya penulis dapat menyelesaikan penyusunan tesis dengan judul: “Pengaruh *Smartphone addiction* dan *Self Control* terhadap *Phubbing behavior* pada Mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan”. Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi) pada Program Pascasarjana (S2) Magister Psikologi Universitas Medan Area. Penulis menyadari sepenuhnya penyusunan tesis ini dapat terselesaikan atas dukungan berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih atas segala bimbingan dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis dari awal sampai akhir penulisan, teruntuk :

1. Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
2. Prof. Dr. Ir. Retna Astuti K., MS selaku Direktur Program Pasca Sarjana Universitas Medan Area.
3. Dr. Suryani Hardjo, S.Psi, M. selaku Ketua Program Studi Magister Psikologi dan juga dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan tesis ini.
4. Ibu Dr. Amanah Surbakti, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan penulis selama penyusunan tesis ini.

5. Teruntuk suami Irwansyah Putra Nasution, SH., MH, teman hidup sekaligus support system penulis, terimakasih senantiasa mendorong dan mendukung penulis untuk terus belajar dan berkembang. Untuk anak-anak penulis Danish Alfaridzi Negara Putra Nasution dan Daffa Adzriel Narendra Putra Nasution yang menjadi motivasi terbesar untuk terus belajar, terimakasih atas pengertian dan dukungannya.
6. Ayahanda Nazaruddin dan Ibu Nurul Huda Parinduri yang terus mendukung, mengingatkan dan mendoakan penulis untuk menyelesaikan tesis ini .
7. Bapak Dekan beserta seluruh Kaprodi FKIP UMN Al-Wasliyah telah berkenan memberikan izin dan juga banyak membantu penulis dalam melakukan penelitian di Kampus Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan
8. Semua pihak yang telah turut serta membantu dari awal sampai akhir penulisan tesis ini, terima kasih untuk semua bantuannya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna, namun penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan dan yang membacanya. Semoga Allah SWT selalu membimbing dan melindungi kita semua, Aamiin.

Medan, Agustus 2024  
Penulis

Rizky Emiliya

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT .....	v
RINGKASAN .....	vi
RIWAYAT HIDUP .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
I. PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	15
1.3. Rumusan Masalah .....	16
1.4. Tujuan Penelitian .....	17
1.5. Manfaat Penelitian .....	17
II. TINJAUAN PUSTAKA .....	19
2.1. <i>Phubbing behavior</i> .....	19
2.2. <i>Smartphone addiction</i> .....	29
2.3. <i>Self Control</i> .....	34
2.4. Kerangka Berfikir .....	40
2.5. Hipotesis Penelitian .....	43
III. METODOLOGI PENELITIAN .....	45
3.1. Desain Penelitian .....	45
3.2. Identifikasi Variabel .....	45
3.3. Defenisi Operasional .....	46
3.4. Populasi dan Sampel .....	47
3.5. Metode Pengumpulan Data .....	49
3.6. Instrumen Penelitian .....	53
3.7. Validitas dan Reabilitas .....	56
3.8. Uji Asumsi Klasik .....	58
3.9. Uji Hipotesis .....	59
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....	62
4.1. Orientasi Kancah dan Persiapan Penelitian.....	62
4.2. Pelaksanaan Penelitian .....	65
4.3. Statistik Deskriptif Penelitian.....	65
4.4. Uji Validitas dan Reabilitas .....	73
4.5. Uji Asumsi Klasik .....	78
4.6. Analisis Regresi Linier Berganda.....	81
4.7. Uji Hipotesis .....	83
4.8. Pembahasan .....	87

V.	KESIMPULAN DAN SARAN .....	103
5.1.	Kesimpulan .....	103
5.2.	Saran .....	103
	DAFTAR PUSTAKA .....	105
	LAMPIRAN .....	110



## DAFTAR TABEL

		Halaman
1	Skor Pengukuran Skala Sikap	50
2	Skor Pengukuran Skala Frekuensi	50
3	<i>Blueprint</i> Skala <i>Phubbing behavior</i>	52
4	<i>Blueprint</i> Skala <i>Smartphone addiction</i>	53
5	<i>Blueprint</i> Skala <i>Self Control</i>	54
6	Tingkat Keandalan <i>Cronbach's Alpha</i>	56
7	Gambaran Umum Subjek Penelitian	64
8	Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	67
9	Mean Empirik dan Hipotetik	68
10	Kategorisasi Variabel	69
11	Kategorisasi berdasarkan <i>Phubbing behavior</i>	70
12	Kategorisasi berdasarkan <i>Smartphone addiction</i>	70
13	Kategorisasi berdasarkan <i>Self Control</i>	71
14	Uji Validitas Terhadap Variabel <i>Smartphone addiction</i>	72
15	Uji Validitas Terhadap Variabel <i>Self Control</i>	72
16	Uji Validitas Terhadap Variabel <i>Phubbing behavior</i>	74
17	Uji Reabilitas	76
18	Hasil uji Normalitas	77
19	Uji Multikolinearitas	79
20	Uji Heteroskedastisitas dengan Uji Glesjer	80
21	Analisis Regresi Linear Berganda terhadap Dependen Variabel <i>Phubbing behavior</i>	81
22	Hasil Uji Korelasi Parsial	83
23	Uji Signifikansi Pengaruh Parsial (Uji t)	84
24	Uji Pengaruh Simultan dengan Uji F	86
25	Koefisien Determinasi	86



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1 Bagan Kerangka Berpikir	43
2 Persentase Usia Subjek Penelitian	64
3 Persentase Jenis Kelamin Sampel	65
4 Persentase Program Studi Sampel Penelitian	65
5 Persentase Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> Rata-rata per Hari	66
6 Uji Normalitas <i>Probability Plot</i>	78
7 Uji Normalitas Histogram	78



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1 Blue Print Skala	111
2 Angket Penelitian	123
3 Adaptasi Alat Ukur SAS-SV	133
4 Data Hasil Perhitungan SPSS	136
5 T table	140
6 Distribusi R <i>Product Moment</i>	141
7 Uji Validitas dan Reabilitas	144
8 Surat keterangan penelitian	147



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Manusia dengan fitrahnya sebagai makhluk sosial menjadikannya tidak mungkin bisa terlepas dari komunikasi. Berbagai aktifitas manusia sebagai makhluk sosial membuat setiap manusia pasti terus menerus melakukan proses komunikasi. Salah satu bentuk dari komunikasi ialah dengan komunikasi langsung secara tatap muka yang membuat setiap individu mampu untuk saling mengenal, saling berbagi informasi, dan saling bertukar pikiran maupun ide yang dimiliki. Selama beberapa dekade, komunikasi langsung secara tatap muka dianggap sebagai komunikasi yang paling efektif untuk digunakan dalam segala situasi dan kondisi. Hal ini dikarenakan komunikasi langsung terjadi tanpa menggunakan media perantara sebagai pengantar pesan maupun informasi dari komunikator ke komunikan.

Seiring dengan perkembangan zaman, serta maraknya proses globalisasi, saat ini perkembangan peradaban di era 4.0 diiringi oleh pesatnya kemajuan teknologi, transportasi, dan industri. Sejalan dengan itu, progress penciptaan berbagai alat dan perangkat teknologi, termasuk teknologi informasi dan komunikasi pun berkembang dengan cepat. Alat komunikasi canggih yang umum dimiliki dan dipergunakan masyarakat saat ini adalah *smartphone* didukung *artificial intelligence* (kecerdasan buatan) dengan berbagai fitur yang mendorong perubahan cara komunikasi antarindividu (Andiana & Barida, 2021).

*Smartphone* merupakan perangkat komunikasi terkini yang berbentuk

telepon seluler dengan dilengkapi adanya layar, mikroprosesor, memori dan modem yang terdapat di dalamnya (Fadilah et al., 2022). Perangkat inio terdiri dari berbagai fitur yang mudah digunakan secara *online* maupun *offline*, seperti layanan mengirim pesan teks, *voice call* dan *video call*, merekam suara dan video, pemutar musik dan video, bermain *game*, mesin pencari informasi, dan sejumlah fitur lainnya. Dukungan berbagai fitur ini, membuat orang tidak harus bertemu dan bertatap muka untuk dapat berkomunikasi satu dengan yang lain, karena perangkat ini mampu mengantar pesan dalam hitungan detik. Fitur lain yang terdapat pada *smartphone* seperti *Whatsap*, *Facebook* maupun media sosial yang lain, mampu membuat komunikasi menjadi lebih mudah meski masing-masing individu berada dalam jarak tempuh yang jauh (Yusnita & Syam, 2017) terlebih dengan dukungan internet.

*Smartphone* memberikan perubahan pola hidup, nilai, dan budaya (Ahn & Jung, 2016). *Smartphone* membuka kemungkinan dua orang berinteraksi di waktu dan tempat yang berbeda. Hubungan interpersonal menjadi lebih mudah dibangun dan dipertahankan meski tidak saling berdekatan. Namun ditengah banyaknya dampak positif dalam mempersatukan orang-orang, *smartphone* terkadang juga dapat membuat orang terpisah .

Banyaknya kemudahan yang diberikan *smartphone* menjadikan *smartphone* sangat mudah diterima dimasyarakat. Berbagai fitur serta aplikasi menarik yang ditawarkan *smartphone* pun membuat penggunaanya menjadi terlena dan sibuk sendiri dengan *smartphonenanya*. Hal ini akan mengakibatkan beberapa fenomena perubahan sosial di masyarakat, seperti berubahnya pola perilaku individu dengan orang di sekitar ketika mereka asik mengakses media sosial di *smartphone*, atau

bahkan hanya dengan getaran *smartphone* saja individu dapat langsung teralihkan dari komunikasi langsung yang sedang dilakukan. Fenomena ketika individu lebih memilih untuk berinteraksi dengan *smartphone* yang mereka miliki daripada berinteraksi langsung secara fisik ini mendatangkan sebuah istilah baru yang disebut dengan *phubbing*.

Kemunculan *smartphone* pada dasarnya mampu memberi begitu banyak manfaat dan kemudahan bagi penggunanya, khususnya bagi mahasiswa. Berdasarkan prasarvei ditemukan bahwa banyak mahasiswa yang menggunakan *smartphone* untuk hal yang positif yakni dengan banyaknya fitur dan fasilitas pendukung di dalamnya serta mampu terkoneksi dengan jaringan internet sehingga dapat mengakses banyak informasi. Hal ini menyebabkan mahasiswa merasa perlu untuk memiliki *smartphone* dan menggunakannya untuk mencari tugas kuliah dan berbagai aktifitas yang mendukung perkuliahan. Dalam penelitian sebelumnya juga banyak dijelaskan bahwa pemanfaatan *smartphone* oleh mahasiswa sudah berjalan dengan baik ketika mereka menggunakannya untuk mengakses beberapa informasi edukasi seperti: portal akademik, artikel ilmiah, informasi beasiswa, *Wikipedia.org*, *Detik.com*, *Googlebooks*, dan *Ejournal*. Dijelaskan juga bahwa pemanfaatan *smartphone* dalam mengakses informasi edukasi bisa mempermudah mahasiswa dalam menunjang studi dibangku kuliah (Juraman. 2014). Selain itu, melalui *smartphone* juga mahasiswa dapat mengakses informasi mengenai administrasi akademik seperti mengecek Kartu Hasil Studi (KHS) maupun untuk mengisi Kartu Rencana Studi (KRS), dan beberapa hal mengenai penambahan wawasan atau pengetahuan-pengetahuan umum lainnya, dapat diakses melalui *smartphone*.



*Smartphone* juga dapat mempermudah mahasiswa dalam mendapatkan referensi perkuliahan lebih banyak dalam waktu yang singkat dan tidak dibatasi oleh tempat. Materi-materi perkuliahan bisa di akses secara online dan tidak terbatas kepada buku teks saja yang biasanya menghabiskan waktu lebih banyak untuk mencarinya. *Smartphone* merupakan benda kecil yang bisa dibawa kemana-mana dan bisa diakses di manapun asalkan terkoneksi ke internet. Selain itu *smartphone* juga dapat membantu mahasiswa dalam berkomunikasi diantara kolega maupun berkomunikasi dengan dosen dalam berbagai situasi akademis dan sosial. Sehingga dapat disimpulkan bahwa idealnya *smartphone* dapat digunakan untuk membantu mahasiswa mempergunakan waktu secara efektif dan efisien.

Namun tidak dapat dipungkiri banyak juga orang yang terlena dalam penggunaan *smartphone*. Kemudahan-kemudahan yang diberikan *smartphone* ternyata juga diikuti oleh banyaknya dampak negatif bagi penggunaannya, bagaikan dua sisi mata uang yang tak bisa terpisahkan. Dengan begitu banyaknya fasilitas yang ditawarkan oleh *smartphone* membuat penggunaannya seringkali melebihi waktu yang wajar. Selain itu juga penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengakibatkan tingkat komunikasi interpersonal dengan orang lain secara tatap muka menjadi menurun serta terbukti dapat memunculkan perilaku “acuh tak acuh” atau tidak peduli terhadap lingkungan disekitar mereka.

Fenomena yang diamati penulis bahwa sangat sering kita berjalan atau makan bahkan saat sedang berada dalam suatu kelompok atau kumpulan orang. Dan malah ada suatu saat Dimana dalam suatu kelompok atau kumpulan orang-orang yang sedang *hang out*, masing-masing dari mereka hanya sibuk dengan *smartphone*-nya sendiri sehingga tidak terjadi komunikasi yang berlangsung

secara tatap muka; antar pribadi maupun antar kelompok. Bahkan ketika dalam aktivitas perkuliahan pun kita akan menemui beberapa mahasiswa yang ketika berada dalam kelas akan tetap memegang *smartphone*-nya dan mengutak-atik isinya padahal saat itu sedang ada dosen yang mengajar di depan kelas entah itu dia sedang menggunakannya untuk keperluan kuliah, atau sedang bermain, atau bahkan mungkin mahasiswa tersebut memang sudah memiliki rasa ketergantungan dengan *smartphone*-nya sehingga sangat sulit untuk dia lepas meski hanya untuk 2-3 jam kegiatan perkuliahan. Bagi beberapa mahasiswa interaksi yang terjalin secara virtual melalui *smartphone* justru lebih menarik dan penting untuk dilakukan dari pada interaksi langsung (Sutisna et al., 2020). Hal ini merujuk pada perilaku mengabaikan orang lain saat melakukan interaksi langsung (*direct interaction*). Perilaku ini disebut oleh para ahli sebagai *phubbing* (*phone-snubbing*).

Pada tahun 2017 di Australia beberapa ahli bahasa, komunikasi, dan teknologi bersama dengan salah satu organisasi yang sering disebut dengan *Macquaire Dictionar*, menciptakan sebuah frasa baru untuk memaparkan suatu sikap yang telah menjadi kebiasaan manusia setiap hari. Kemudian munculah istilah *phubbing* yang dikeluarkan oleh Varoth (2017) yang mengemukakan *phubbing* adalah tindakan acuh tak acuh seseorang didalam sebuah lingkungan karena lebih fokus terhadap *smartphone* dari pada membangun sebuah percakapan. Penjelasan *Phubbing* berasal dari “*Phone*” dan “*Snubbing*” yang digunakan untuk menunjukkan perilaku menyakiti teman bicara menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Dengan kata lain secara terus menerus menggunakannya didepan lawan bicara. Dalam bersosialisasi, "*Phubber*" dapat

didefinisikan sebagai orang yang melakukan *Phubbing* dan "*Phubbee*" didefinisikan sebagai korban dari dampak pelaku *Phubbing*.

*Phubbing behavior* memiliki aspek yaitu *no-mobile phone phobia* (nomophobia), *interpersonal conflict* atau konflik interpersonal dengan lawan bicara, *self isolation* atau isolasi diri dari percakapan dan isolasi diri, dan *problem acknowledgement* atau adanya pengakuan masalah yang telah dilakukan selama percakapan berlangsung (Fitri, 2019; Handayani & Husnita, 2021; Huldi, 2019; Isrofin, 2020; Isrofin & Munawaroh, 2021). Pada mahasiswa, hal ini erat kaitannya dengan keinginan melakukan *update* informasi, peristiwa yang berlangsung, hiburan, dan menunjukkan kegiatan atau capaian diri sendiri kepada publik (Handayani & Husnita, 2021); tuntutan pergaulan di lingkungan sosial (Irawati & Nurmina, 2020) dan lingkungan akademik yang juga mendorong penggunaan *smartphone* setiap saat (Mashoedi & Pekerti, 2022) sehingga akhirnya mengabaikan lawan bicara dan juga lingkungan disekitar.

Istilah *phubbing* atau *phone snubbing* berkembang seiring dengan berkembangnya kemajuan teknologi beberapa tahun kebelakang. Kemajuan teknologi yang ditandai dengan berkembang dengan pesatnya *smartphone* sebagai bagian yang tak terpisahkan dari manusia saat ini. *Smartphone* sudah menjadi kebutuhan primer bagi mahasiswa karena penggunaan *smartphone* menjadi prioritas dalam menunjang aktivitas harian mereka. Alhasil, banyak mahasiswa yang mengaksesnya terus-menerus secara berlebihan sehingga mengabaikan lingkungan disekitarnya.

*Phubbing behavior* dapat berdampak pada kualitas interaksi sosial mahasiswa (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018). Hal ini dapat terjadi karena

dalam interaksi sosial, biasanya *phubber* atau yang kita sebut pelaku *phubbing* akan mengabaikan *phubbee* atau korban *phubbing* yang menjadi lawan bicaranya dalam interaksi tersebut. Akibatnya *phubbee* yang diabaikan merasa diasingkan atau bahkan lebih lanjut dapat menimbulkan perasaan kesepian pada korbannya (Ivanova et al., 2020). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *phubbing* juga berdampak pada kondisi psikologis *phubbee*-nya (Ivanova et al., 2020). *Phubbing behavior* dapat menimbulkan depresi dan kesepian pada korbannya (Davey et al., 2018). Dan sebenarnya *phubbing behavior* juga mempengaruhi kondisi psikologis pelakunya. Karena akan dianggap kurang baik, tidak bisa menghargai orang lain, dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar.

*Phubbing* merupakan sebuah fenomena yang tidak dapat kita hindari, kita semua mungkin bahkan telah terkena *phubb* dari orang sekeliling kita atau bahkan kita pun telah menjadi pelaku *phubbing* terhadap orang lain dengan sadar atau tanpa kita sadari. Pada penelitian yang dilakukan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) ditemukan bahwa semakin sering seseorang mengalami *phubbing*, semakin mereka menganggap perilaku tersebut sebagai hal yang normal dan dapat diterima. Dijelaskan dalam "*learning through modelling*" bahwa setiap individu melakukan observasi berupa *modelling* atau mencontoh dan selanjutnya merepresentasikan tingkah laku individu yang diobservasi secara kognitif. Ketika individu yang diobservasi menggunakan *smartphonenya* secara terus menerus, maka akan diikuti dengan menganggap bahwa *phubbing* merupakan hal biasa dan dapat diikuti. Timbal balik menyebabkan lebih banyak *phubbing*. Biasanya korban *phubbing* akan melakukan hal yang sama kepada lawan bicaranya.



Dikutip dari penelitian (Thaeras, 2017) terdapat 143 responden yang diuji cobakan dan selanjutnya diperoleh hasil 70% dari responden tidak dapat terlepas dari *smartphonenya* dan terkonfirmasi melakukan *phubbing*, dimana karakteristik *phubbing* tersebut dibagi menjadi dua yaitu *phubbing* dengan kategori tinggi dan *phubbing* dengan kategori rendah. Dikatakan *phubbing* dengan kategori rendah ketika seseorang masih mau mendengarkan pembicaraan yang disampaikan oleh lawan bicaranya, memberikan umpan secara timbal balik ketika lawan bicara membutuhkan saran, meletakkan *smartphone* dan melakukan kontak mata pada lawan bicara. Sedangkan *phubbing* dengan kategori tinggi adalah suatu perilaku ketika pandangan seseorang tidak dapat terlepas dari *smartphone* miliknya, kurangnya kontak mata dalam interaksi langsung serta terbatasnya komunikasi dua arah. Hal ini sejalan dengan penelitian David dan Roberts (2017) yang mengklasifikasi *phubbing behavior* sebagai perilaku seseorang yang banyak menghabiskan waktu untuk bermain *smartphone*, dan mengabaikan komunikasi interpersonalnya. Dilansir dari jurnal NCBI (*National Center for Biotechnology Information*) yang berjudul *Determinants of Phubbing, which is the sum of many virtual addiction: A Structural Equation Model* bahwa *phubbing* memiliki struktur multi dimensi yang menurut penelitian yang dilakukan oleh Karadag et al. (2015) dimensi ini meliputi gangguan komunikasi, dan obsesi terhadap *smartphone*.

Manusia yang sejak dahulu dikatakan sebagai makhluk sosial merupakan gambaran bahwa manusia wajib untuk berinteraksi dengan lingkungan lain baik itu keluarga, teman sekalipun orang lain. Interaksi yang dimaksud adalah interaksi atau pembicaraan tatap muka yang melalui aktivitas tersebut orang dapat mengenal satu sama lain, meminta bantuan, membeli, bahkan saling mendapatkan



informasi yang dalam. Tetapi dengan seiring berlalunya waktu, banyak orang lebih suka berselancar menggunakan *smartphone* daripada berinteraksi langsung dengan orang di lingkungan sekitar. Fenomena ini sudah sangat familiar sekarang ini, bahwa seiring dengan perkembangan zaman, interaksi sosial sudah banyak dilakukan melalui *smartphone*, mengobrol menggunakan aplikasi *chatting*, membeli dan menjual melalui *marketplace* yang sangat banyak di dunia maya, serta saling sapa dengan siapa saja melalui aplikasi pintar lainnya. Namun harus diyakini bahwa komunikasi di dunia nyata dengan orang disekeliling kita juga merupakan hal yang amat penting. *Smartphone* telah mendekatkan yang jauh, namun juga menjauhkan yang dekat.

Penggunaan *smartphone* dapat menyebabkan kecanduan, misalnya kecanduan game online, kecanduan sosial media (Tunc-Aksan & Akbay, 2019), kecanduan pornografi dan kecanduan-kecanduan lain yang berkaitan erat dengan teknologi. Hasil penelitian Firmansyah (2017) yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana angkatan 2016, 2017 dan 2018 yang berjumlah 225 orang, 135 responden (60%) mengalami kecanduan penggunaan *Smartphone* dan 90 responden (40%) tidak mengalami kecanduan *Smartphone*. Dikutip dari Sindonews, pada Maret tahun 2021 University College London juga merilis hasil penelitian terkait mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone*. Studi tersebut menyebut bahwa 40 persen mahasiswa perguruan tinggi tidak bisa lepas dari HP sehingga berpengaruh terhadap kualitas tidur. Dari studi tersebut diketahui bahwa prevalensi keseluruhan kecanduan *smartphone* adalah 38,9%. Ini termasuk 35,7% laki-laki yang kecanduan dan 40,1% perempuan.

Hal ini menunjukkan fenomena terjadinya *smartphone addiction*. Mahasiswa menghabiskan sekian banyak waktunya untuk menggunakan *smartphone*, banyak waktu yang terbuang sia-sia jika penggunaannya tidak memikirkan efektifitas dan efisiensi dalam penggunaannya. Misalnya para mahasiswa lebih asik bermain *smartphone* dari pada melakukan hal-hal yang lebih bermanfaat. Saking asiknya mahasiswa bermain *smartphone*, mereka lupa akan kewajibannya sebagai seorang mahasiswa yaitu melakukan aktifitas akademis dan juga aktifitas sosial.

Sejak berkembangnya *smartphone* dipasaran, sejak itupula manusia semakin terikat dengan benda ini. Termasuk mahasiswa yang juga tidak bisa lepas dari *smartphone*. Belakangan ini seringkali ditemui dimana banyak mahasiswa yang berkumpul namun tidak saling berkomunikasi lantaran sibuk dengan *smartphone* masing-masing. Hal tersebut banyak dijumpai di tempat-tempat umum seperti di restoran, kafe maupun kampus. Saat dilakukan wawancara kepada mahasiswa tersebut, beberapa dari mereka membuka handphone tanpa ada tujuan tertentu. Mereka membuka handphone hanya untuk melihat-lihat media sosial mereka. Ada juga yang bermain game. Namun yang paling banyak adalah membuka *smartphone* hanya untuk melihat-lihat update-an dari sosial media mereka yang menyebabkan mereka satu sama lain tidak saling berinteraksi atau membangun komunikasi langsung.

Perilaku tersebut seringkali membuat orang-orang merasa terabaikan, sehingga yang terabaikan pun memilih ikut memainkan *smartphone* mereka. Bagi mereka, kemudahan yang ditawarkan oleh *smartphone* jauh lebih banyak daripada dampak negatif yang akan ditimbulkan seperti halnya fenomena *phubbing*

*behavior* yang sedang marak terjadi. Contoh *phubbing behavior* yang ditunjukkan individu adalah ketika seseorang terlalu asyik mengoperasikan *smartphonena* saat terlibat dalam sebuah perbincangan, maka besar kemungkinan seseorang itu tidak dapat menyerap informasi dari lawan bicaranya secara maksimal. Ketergantungan ini menyebabkan manusia berada dalam kehidupannya sendiri. Individu menjadi acuh terhadap lingkungan sekitarnya karena terlalu fokus dengan apa yang ada di genggamannya yaitu *smartphone* (Yusnita & Syam, 2017).

Kualitas hubungan yang dirasakan seseorang terhadap lawan bicaranya menjadi rendah ketika lawan bicaranya melakukan *phubbing*. Kurangnya kontak mata serta minimnya interaksi dua arah menyebabkan lawan bicara atau korban *phubbing* merasa diabaikan. Sehingga dapat memunculkan masalah dalam interaksi atau hubungan antar satu dengan yang lain. Dilihat dari laman CNN Indonesia.com, terdapat 143 responden yang dilakukan uji coba, ternyata 70% dari responden tidak bisa jauh dari *smartphone* dan melakukan *phubbing*, 46% menjadi korban *phubbing* dari pasangannya sendiri.

Saat ini, mengetahui faktor-faktor penyebab *phubbing behavior* terutama di kalangan mahasiswa menjadi hal yang penting untuk diketahui sebagai generasi muda. *Phubbing behavior* potensial dialami oleh generasi muda dikarenakan lebih banyak menggunakan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dalam berinteraksi cenderung melakukan *phubbing*. Dalam berbagai kesempatan di kampus dapat terlihat kumpulan mahasiswa yang masing-masing fokus dengan *smartphone* dalam genggamannya, minim komunikasi padahal tidak sedang dalam kondisi mengerjakan tugas atau hal-hal berkaitan dengan akademis. Bahkan dalam

situasi dosen memberikan pembelajaran dalam kelas pun masih ada ditemui mahasiswa yang tetap sibuk dengan *smartphonenya*. Dan dapat dikatakan bahwa pemandangan seperti ini sangat lazim ditemukan di banyak kampus di kota Medan, hal tersebut yang membuat peneliti tertarik untuk meneliti tentang fenomena tersebut.

Ditinjau dari penggunaan *smartphone*, berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2019-2020, terdapat 196.71 juta jiwa atau sebesar 73.7% pengguna aktif internet dari total populasi penduduk sebanyak 266.91 juta jiwa di Indonesia. Angka tersebut meningkat dari tahun 2018 dengan jumlah pengguna internet di Indonesia sebesar 64.8%. Hasil survei pun menunjukkan bahwa penggunaan internet paling banyak di akses melalui *smartphone* setiap harinya dengan persentase sebanyak 95.4%. Mahasiswa pun menjadi salah satu pengguna terbesar dengan jumlah persentase 92.6%

Penelitian yang dilakukan Hanika (2015) mengenai *phubbing behavior* di Semarang pada tahun 2015 ditujukan kepada mahasiswa-mahasiswi Universitas Diponegoro Semarang sebagai sampelnya. Dari 60 responden yang dijadikan sampel untuk diteliti, hasilnya terdapat 10 responden tidak menjawab dan sebanyak 28 orang (56%) sebagian besar responden berkomunikasi via *smartphone*, sebanyak 30 orang (60%) lebih memilih dompet yang tertinggal daripada *smartphone*, sebanyak 27 orang (54%) merasa cemas saat tidak menggunakan *smartphone*, dan yang melakukan *phubbing behavior* tanpa meminta izin sebanyak 37 orang (82%). Hasil penelitian ini menggambarkan bagaimana mahasiswa yang merasa cemas ketika *smartphone* mereka tertinggal



dibandingkan dengan barang lainnya. Kecemasan lainnya juga muncul saat tidak memegang *smartphone*, bahkan dapat kita rasakan juga bagaimana kecemasan meningkat ketika melihat baterai *smartphone* menunjukkan tanda “*low battery*”.

*Phubbing behavior* pada mahasiswa terjadi karena penggunaan dan pemanfaatan teknologi yang tidak secara bijaksana (berlebihan terhadap penggunaan *smartphone* dan juga tidak pada tempatnya). Pada awalnya hal ini dapat diduga karena seseorang sedang merasa bosan dan kurang berminat dengan pembicaraan yang dilakukan oleh lawan bicara. Namun lama kelamaan menjadi sebuah kebiasaan yang sulit untuk diubah.

Berdasarkan fenomena *phubbing behavior* tersebut dapat dipahami bahwa terdapat masalah yang banyak dialami mahasiswa saat ini, yaitu mahasiswa kurang memiliki sikap saling menghargai baik kepada orang tua, dosen, maupun teman sebaya. *Phubbing behavior* membuat orang ketika makan tidak lagi saling mengobrol melainkan masing-masing memainkan *smartphonenya*, baik itu menonton *youtube*, membuka aplikasi *tiktok*, main *game*, atau malah kadang *bervideo call*, sementara orang yang disekitarnya diabaikan. *Phubbing behavior* ini dapat menyebabkan kurang harmonisnya hubungan antara anggota keluarga dirumah karena kurangnya komunikasi. Ironisnya terkadang dalam satu rumahpun komunikasi juga dilakukan tanpa adanya interaksi langsung melainkan dengan menggunakan *smartphone*. Pastinya ini membuat minimnya komunikasi dan kurangnya kontak mata langsung serta berdampak menurunnya kualitas interaksi antar anggota keluarga.

Mengenyam bangku perkuliahan menjadikan mahasiswa sebagai panutan dalam masyarakat. Sebagai generasi penerus bangsa yang nantinya akan



menggantikan para pemimpin negeri, mahasiswa memiliki beban yang berat dalam masyarakat. Mahasiswa juga memiliki peranan penting dalam menjaga keseimbangan sosial, menginisiasi perubahan positif, membentuk kepemimpinan masa depan, menjadi kekuatan moral, dan menjaga keragaman budaya. Hal ini yang membuat mahasiswa harusnya terus proaktif dalam melakukan berbagai aktifitas positif dan bermanfaat, sehingga sudah selayaknya banyak berinteraksi dengan lingkungan sekitar. *Phubbing behavior* menyebabkan mahasiswa tidak peka terhadap kondisi dan situasi yang terjadi disekeliling mereka, tidak dapat menjadi pendengar yang baik serta tidak memberikan feedback positif dalam tiap interaksi dalam kehidupan sosial masyarakat.

Namun yang selayaknya menjadi harapan besar bernama mahasiswa saat ini banyak mengalami kemunduran etika dan norma dalam berinteraksi. Dalam kehidupan kampus yang seharusnya semarak dalam berdiskusi dan berbagi ide membangun, kenyataannya sekarang lebih banyak terlihat mahasiswa berkumpul dengan masing-masing berkuat dengan *smartphone* ditangan. Minim interaksi padahal berdekatan. Terlihat saling berfoto kemudian membagikan momen kebersamaan di sosial media tapi masing-masing sibuk dengan unggahan di *smartphone* masing-masing. Saling sapa tapi melalui dunia maya. Ironisnya lawan bicara didunia nyata malah tidak dihiraukan.

Hasil wawancara penulis dengan salah seorang dosen dan juga kaprodi di Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan bahwa diantara para mahasiswa juga sering terlihat asyik menatap layar *smartphonenya* saat perkuliahan sedang berlangsung. Terlepas *smartphone* yang juga dapat digunakan sebagai sumber informasi dan juga pengetahuan namun dalam momen-momen perkuliahan

apalagi diwaktu dosen sedang memaparkan materi sudah seharusnya mahasiswa khidmat menyimak dan mendengarkan apa-apa yang disampaikan dan sewaktu-waktu diminta juga turut memberikan *feedback*.

Beberapa penelitian mengungkapkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *phubbing behavior* diantaranya kecanduan internet, rasa takut kehilangan/ketinggalan (*fear of missing out*), *self control* dan kecanduan *smartphone*. Menurut penelitian (Andriani dkk, 2019) bahwa orang yang sangat kesulitan mengendalikan impuls diri tidak dapat mengontrol dirinya dalam penggunaan *smartphone* mereka. Kurangnya kemampuan dalam proses pengendalian diri atau kontrol diri dapat meningkatkan frekuensi penggunaan *smartphone* itu sendiri. Idealnya mahasiswa dengan potensi yang dimilikinya dapat mengontrol diri dalam berperilaku sesuai dengan norma dalam masyarakat sehingga ketika dihadapkan pada *smartphone*, ia dapat mengontrol kebutuhannya dan juga mengontrol tingkah lakunya dalam berkomunikasi dengan orang lain.

*Self control* atau kontrol diri merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan di dalam *phubbing behavior*. Secara umum *self control* dapat dianggap sebagai kapasitas diri untuk berubah dan beradaptasi agar dapat kecocokan optimal antara diri dan lingkungan hidupnya. Studi yang dilakukan oleh Jiang dan Zhao (2016) menyebutkan bahwa individu yang memiliki *self control* yang rendah memiliki kecenderungan untuk menggunakan *smartphone* secara tidak wajar. Individu dengan *self control* yang rendah hanya akan memikirkan keinginan dirinya sendiri tanpa melihat situasi dan kondisi lingkungan sekitarnya, sehingga mendorong individu yang bersangkutan untuk menggunakan *smartphonena* secara berlebihan. Disamping itu, individu dengan

*self control* yang rendah memiliki harga diri yang rendah, gaya hidup yang tidak sehat serta kemampuan akademis dan hubungan interpersonal yang lebih buruk daripada mereka yang memiliki kontrol diri tinggi.

Papalia, Olds dan Feldman (2004) mengatakan bahwa *self control* merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan perilakunya agar diterima oleh suatu lingkungan sosial masyarakat. Sejalan dengan Borba (2008) yang mengatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu mengendalikan perasaan, pikiran dan tindakan agar mampu menahan keinginan dari dalam maupun luar agar seseorang dapat bertindak dengan benar. Seseorang yang memiliki *self control* yang baik mampu menyesuaikan diri dalam suatu keadaan. Dari rangkaian permasalahan yang telah diuraikan menunjukkan bahwa *phubbing behavior* merupakan perilaku yang cukup meresahkan. Hanya dengan menggunakan *smartphone* yang berlebihan dapat menunjukkan sikap menyakiti lawan bicara. Semakin sering seseorang melakukan phubbing di lingkungan yang seharusnya bertatap muka, maka akan terjadi kerentanan dalam hubungan antar individu.

Maraknya *phubbing behavior* dan kompleksnya dampak yang dapat ditimbulkan oleh perilaku tersebut menarik untuk ditelaah lebih lanjut. Dalam konteks pendidikan perilaku ini dapat berdampak signifikan pada proses belajar mengajar dan intraksi sosial antara mahasiswa-mahasiswa serta mahasiswa-dosen. Hasil penelitian ini dapat mengungkap sejauh mana penggunaan *smartphone* telah mempengaruhi konsentrasi dan partisipasi mahasiswa dalam kegiatan akademik, Hal ini menjadi sangat penting mengingat kualitas proses pembelajaran tergantung pada keterlibatan mahasiswa. Selain itu, dengan memahami *phubbing* dikalangan

mahasiswa juga penting agar dapat mengidentifikasi dampaknya terhadap kemampuan sosialisasi mahasiswa sehingga lebih mudah untuk merancang strategi intervensi untuk mengurangi *phubbing behavior* dan meningkatkan kualitas interaksi sosial serta keterlibatan akademik mahasiswa

Berdasarkan pemaparan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“Pengaruh *Smartphone addiction* dan *Self control* Terhadap *Phubbing behavior* Pada Mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan”**.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan diatas didapatkan identifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu adanya fenomena *phubbing behavior* pada mahasiswa di lingkungan Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan. Hal ini terlihat dari hasil wawancara terhadap beberapa orang mahasiswa dan juga dosen di Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan yang mengatakan mahasiswa sering berinteraksi tanpa melakukan kontak mata dan sibuk dengan penggunaan *smartphonenya*. Beberapa dosen juga mengatakan terdapat beberapa mahasiswa yang asik bermain *smartphone* disaat jam perkuliahan berlangsung. Hal ini menunjukkan kurangnya *self control* mahasiswa dalam menggunakan *smartphonenya*. Usia mahasiswa seharusnya sudah lebih dapat mengontrol dirinya dan perilakunya dalam berbuat. Namun nampaknya eksistensi teknologi komunikasi dan informasi telah berdampak terhadap menurunnya kualitas hubungan dan komunikasi interpersonal diantaranya. Akibatnya, tanpa disadari hal ini menjadi dasar berkembangnya *phubbing behavior*. Fenomena *phubbing behavior* sendiri menyebabkan mahasiswa menjadi kurang aktif, acuh tak acuh

dan kurang menghormati orang-orang disekelilingnya, baik di dalam pergaulan di kampus, masyarakat dan keluarga. *Phubbing behavior* yang terjadi dalam perkuliahan menyebabkan kurangnya konsentrasi, kurangnya rasa hormat dan rasa peduli serta dapat menurunkan motivasi belajar mahasiswa.

### 1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

- a. Apakah terdapat pengaruh antara *smartphone addiction* terhadap *phubbing behavior* pada mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan?"
- b. Apakah terdapat pengaruh antara *self control* terhadap *phubbing behavior* pada mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan?"
- c. Apakah terdapat pengaruh antara *Smartphone addiction* dan *self control* terhadap *phubbing behavior* pada mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan?

### 1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah

- a. Untuk mengetahui pengaruh antara *Smartphone addiction* terhadap *phubbing behavior* pada mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan.
- b. Untuk mengetahui pengaruh antara *self-control* terhadap *phubbing behavior* pada mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan.



- c. Untuk mengetahui pengaruh antara *Smartphone addiction* dan *self control* terhadap *phubbing behavior* pada mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan.

## 1.5. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini mencakup manfaat teoritis dan manfaat praktis yaitu sebagai berikut:

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam ilmu pengetahuan psikologi, khususnya pada psikologi pendidikan. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang *smartphone addiction* dan *self control* serta pengaruhnya terhadap *phubbing behavior* pada mahasiswa di Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi subjek, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan kepada mahasiswa terutama dewasa awal dalam memahami indikasi *phubbing behavior*, dan khususnya pada mahasiswa yang cenderung melakukan *phubbing* dalam berinteraksi dapat lebih mengontrol dirinya dalam hal penggunaan *smartphone* dan juga dapat lebih menghargai lawan bicara.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan masukan dalam penelitian selanjutnya yang berkaitan mengenai variabel *phubbing behavior*, *smartphone addiction* dan *self control*.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 *Phubbing behavior*

##### 2.1.1. Defenisi *Phubbing behavior*

Secara khusus istilah "*phubbing*" berasal dari kata "*phone*" dan "*snooping*" yang menggambarkan tindakan menghina seseorang dalam pengaturan sosial dengan menggunakan teleponnya daripada berbicara dengan orang tersebut secara langsung (Haigh, 2015).

*Phubbing behavior* digambarkan dengan perilaku individu yang melihat telepon genggamnya saat berbicara dengan orang lain dimana ia berurusan dengan telepon selulernya dan menghindari komunikasi interpersonal (Karadag, 2015). *Phubbing* berarti melecehkan seseorang dengan terus menerus melihat *smartphone* sedangkan dia alih-alih memperhatikan pembicaraan yang berlangsung. Sibuk dengan *smartphone* selama kursus atau belajar mengajar adalah tindakan *phubbing* (Ugur, 2015).

Menurut kamus *Macquarie* yang merupakan tempat istilah *phubbing* pertama kali ditemukan pada tahun 2013, menjelaskan bahwa *phubbing behavior* adalah tindakan melecehkan seseorang dalam lingkungan sosial dengan melihat telepon anda alih-alih memperhatikan. Dengan kata lain, *phubbing behavior* adalah tindakan mengabaikan orang lain dengan menggunakan *smartphone* selama interaksi sosial berlangsung, apakah itu dengan memeriksa media sosial atau menggunakan aplikasi *chatting* lainnya. *Phubbing behavior* dapat dilihat dimana saja dalam aktivitas sehari-hari manusia seperti dalam waktu makan, rapat,

ceramah, atau pertemuan sosial dengan teman dan keluarga (Chasombat, 2014). Dalam defenisi yang lain *phubbing behavior* adalah perilaku menghina seseorang dalam interaksi di lingkungan sosial yang terdiri dari dua orang atau lebih dengan berkonsentrasi pada penggunaan *smartphonenya* alih-alih berbicara langsung dengan orang tersebut. Kemudian istilah *phubber* dapat didefinisikan sebagai orang yang mulai melecehkan dengan memperhatikan *Smartphone*-nya, dan istilah *phubbee* dapat didefinisikan sebagai orang yang diabaikan oleh temannya (korban *phubbing behavior*) dalam situasi sosial karena temannya menggunakan atau memeriksa *smartphone* mereka sebagai gantinya (Chotpitayasonondh, 2016).

Dalam penelitian Robert dan David (2016) menjelaskan *phubbing behavior* sebagai *partner phubbing (Phubbing)* yang dapat dipahami dengan sejauh mana seseorang menggunakan atau terganggu oleh ponsel saat berada di perusahaan dengan pasangannya. Robert dan David (2016) mengatakan bahwa korban dari pelaku *phubbing behavior (phubber)* adalah mereka yang diabaikan oleh seseorang yang berfokus kepada telepon genggamnya ketika berada di perusahaan. *Phubbing behavior* bisa menjadi sebuah gangguan didalam percakapan dengan seseorang saat sedang berbincang dengan orang lain sambil menggunakan ponsel yang dimiliki atau saat seseorang berada di dekat yang lain tetapi lebih memilih untuk menggunakan ponsel daripada berkomunikasi dengan lawan bicaranya.

Kemudian dalam penelitian selanjutnya yang dilakukan David dan Robert (2017) dijelaskan bahwa *phubb* adalah terputusnya percakapan dengan seseorang ketika *smartphone* mereka berada di dekatnya dengan menggunakan *smartphone*

alih-alih berkomunikasi dengan anda. Ini bisa menjadi pandangan sekilas pada *Smartphone*-nya ketika berbicara, menyela percakapan lawan bicaranya untuk menerima panggilan, menanggapi teks, atau membuat posting, atau hanya mengabaikan keberadaan lawan bicara ketika bersamanya.

Berdasarkan uraian di atas dapat di simpulkan bahwa *phubbing behavior* merupakan sebuah perilaku pengabaian yang dilakukan seorang individu dengan sibuk melihat telepon genggamnya, menjawab panggilan telepon, menerima pesan singkat, bahkan membuka postingan-postingan di sosial media pada saat berinteraksi dengan lawan bicaranya serta orang-orang yang sedang berinteraksi di sekitarnya.

### **2.1.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Phubbing behavior***

Dalam penelitian Karadag (2015) disebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *phubbing behavior* diantaranya adalah:

#### **1. Kecanduan Terhadap *Smartphone***

Kebutuhan terhadap teknologi pastinya memiliki banyak konsekuensi seperti penggunaan teknologi yang berlebihan, tingkat keterlibatan yang tinggi dalam teknologi dan akhirnya kecanduan teknologi (Karadag, 2015). Kecanduan teknologi juga telah didefinisikan oleh kriteria kecanduan DSM-IV (Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental), dan telah dijelaskan dalam definisi perilaku adiktif sebagai masalah psikologis terkait dengan penggunaan teknologi secara kurang bijaksana dan tidak cerdas. Kecanduan ini sebagian besar tergantung pada faktor-faktor yang memasuki kehidupan manusia dengan

internet. *Smartphone* yang dilengkapi dengan fitur komputer dan internet memiliki efek signifikan sebagai objek kecanduan.

## 2. Kecanduan terhadap Internet

Selain menawarkan banyak kemudahan yang ditawarkan dalam kehidupan sehari-hari, komputer ini memunculkan efek negatif pada manusia dengan menawarkan beragam kenyamanan berselancar di internet serta bermain game. Perilaku individu yang berlebihan terhadap penggunaan komputer menyebabkan hal ini layak diteliti terutama pada konsep kecanduan komputer (Karadag, 2015). Studi ini menunjukkan bahwa pada dasarnya komputer saja tidak menjadi masalah, namun menimbulkan masalah karena adanya aplikasi di dalamnya.

## 3. Kecanduan Media Sosial

Kecanduan juga dapat dialami oleh orang yang sering membuka aplikasi media sosial. Media sosial yang biasa digunakan yaitu saluran komunikasi dimana interaksi yang sangat kompleks terjalin, serta dapat memberi dampak besar pada orang. Media sosial mencakup banyak elemen seperti permainan, komunikasi, pertukaran informasi, dan juga *sharing* multimedia, serta banyak hal yang mendorong orang untuk tetap online sehingga membawa pengikutnya pindah dari komputer ke *smartphone* juga. Aplikasi paling sering digunakan adalah aplikasi *game* bersama dengan aplikasi situs media sosial lainnya seperti *facebook*, *twitter*, *Instagram*, *tiktok* *whatsapp*, dan lainnya. Dengan kata lain, media sosial memiliki tempat yang signifikan di antara objek kecanduan



*smartphone* (Kwon & Yang., 2013). Terlepas dari kenyataan bahwa orang mengakses media sosial melalui *smartphone* mereka, tidak boleh dilupakan bahwa media sosial hanyalah salah satu objek kecanduan di dalam *smartphone* dan bahwa kecanduan *smartphone* akan tetap bertahan meski media sosial tidak ada.

#### 4. Adiksi Terhadap Game

Di antara beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi *phubbing behavior*, kecanduan game merupakan sumber kecanduan lainnya yang sama pentingnya dengan kecanduan *smartphone*. Individu yang tidak memiliki manajemen waktu menggunakan *game* untuk melepaskan diri dari masalah dan juga sebagai alat relaksasi mental (Karadag, 2015). Kecanduan *game* mengacu pada berbagai aplikasi *game online* juga fitur *video games* yang kesemuanya mengacu pada permainan *game* komputer yang sejauh ini mempengaruhi kehidupan sehari-hari dan dianggap sebagai perilaku adiktif.

#### 5. *Self control*

*Self control* selalu berkaitan dengan segala perilaku adiksi (Malouf *et al.*, 2013). Sejalan dengan berbagai gejala yang berhubungan dengan ketergantungan zat, orang dengan tingkat kesulitan yang tinggi dalam mengendalikan impuls mereka mungkin tidak dapat mengontrol penggunaan *smartphone* mereka (Billieux, Van der Linden, & Rochat, 2008). Oleh karena itu masuk akal bahwa *self control* secara signifikan mempengaruhi *phubbing behavior*.

## 6. Empati

Dalam penelitian yang dilakukan Lachmann (2018) menyebutkan adanya korelasi yang sangat erat antara empati dan kecanduan *Smartphone*. Hal ini juga berkaitan dengan empati yang seharusnya melekat dengan sifat sosial manusia yang mengakibatkan mereka lebih suka berinteraksi melalui internet daripada bertemu langsung (Armayati, 2013). Maka tidak heran pada waktunya empati ditemukan akan mempengaruhi *phubbing behavior* karena manusia semakin tidak peduli dengan orang disekitarnya (Prasetyo, 2017).

Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) juga menjelaskan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *phubbing behavior*, yaitu:

### a. Kecanduan *Smartphone*

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan tidak pada tempatnya dihubungkan dengan penarikan diri, intoleransi, perilaku kompulsif dan juga gangguan fungsional. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan perilaku memeriksa *smartphone* secara berulang-ulang juga terkait dengan masalah hubungan interpersonal seperti terganggunya kedekatan interpersonal dan pengembangan kepercayaan, hambatan terhadap aktivitas sosial lainnya dan ketidaknyamanan dalam hubungan romantis dengan pasangan.

### b. *Fear of missing out (Fomo)*

Gambaran ketakutan, kekhawatiran, keresahan serta kegelisahan yang mungkin dimiliki individu saat berada di (atau di luar) adanya

peristiwa, pengalaman, dan percakapan. *Fear of missing out* (FoMO) memungkinkan individu cenderung memiliki rasa tidak aman terkait dengan penggunaan ponsel yang terus-menerus yang terjadi dalam lingkungan sosial. Kecemasan ini terkait kekhawatiran dalam ketertinggalan informasi yang juga memainkan peran penting dalam layanan jejaring sosial, kepuasan kebutuhan, kepuasan hidup, dan suasana hati, yang semuanya telah terhubung dalam sebuah tingkat kecanduan *smartphone*.

c. *Self control*

*Self control* atau kontrol diri berkaitan erat dengan perilaku adiktif (kecanduan) dan juga terkait dengan penggunaan *smartphone* yang dorongan dalam diri juga memungkinkan ketidakmampuan dalam mengontrol penggunaan *smartphone*. Oleh karena itu sangat masuk akal bahwa *self control* dapat memprediksi kecanduan *smartphone*, dan pada akhirnya dapat memprediksi penggunaan *smartphone* bermasalah menjadi *phubbing behavior*.

Dari uraian yang telah di paparkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *phubbing behavior* terdiri dari kecanduan *smartphone* yang berlebihan dalam hal ini kecanduan berbagai fitur didalam *smartphone*, kurangnya rasa empati dalam hal ini kurang menghargai lawan bicara dan *self control* yaitu kurangnya kontrol terhadap aktifitas yang merugikan orang lain dan diri sendiri.

### 2.1.3. Karakteristik *Phubbing behavior*

Chotpitayasunondh dan Karen (2018) mengemukakan karakteristik *phubbing behavior* antara lain:

#### a. Penarikan Kontak Mata

Penarikan kontak mata dapat diartikan seolah diberikan "*Silent Treatment*" atau ditolak secara sosial. Penghindaran tatapan adalah bentuk pasif dari pengucilan sosial, tanda ketidaktertarikan, dan dari empat dasar kebutuhan manusia sisi penerima cenderung mengalami kepuasan yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang melakukan kontak mata secara langsung. Oleh karena itu, *Phubbing behavior* menunjukkan dampak yang paling umum dari pengucilan sosial. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa *phubbing behavior* memiliki efek merugikan yang serupa dalam pemenuhan kebutuhan sosial dan terhadap perasaan seseorang.

Selain itu, perilaku pengasingan yang disebabkan oleh telepon genggam berdampak negatif pada kebutuhan, ancaman dan suasana hati, dan kebutuhan yang tidak terpenuhi serta pengaruh negatif cenderung memiliki efek korosif terhadap hasil relasional secara bersamaan. Misalnya, individu yang kehilangan kebutuhan self control cenderung mengakhiri atau mengubah pola hubungan antar individu. Kehilangan rasa memiliki juga bisa menjadi tanda akan kehilangan hubungan dengan individu atau kelompok lain. Namun, dalam beberapa kasus, individu dengan kebutuhan yang tinggi dapat mencoba untuk memperkuat kembali hubungan mereka dengan orang lain.

b. Emosi yang dapat membatasi hubungan interpersonal

Menurut teori kelekatan, banyak emosi menjadi fungsi adaptif dalam kelangsungan hidup manusia. Pengaruh positif dapat mendekatkan individu, yang dapat membantu individu untuk membentuk, memastikan, dan menjaga hubungan mereka dengan orang lain. Selain itu, emosi positif berpengaruh terhadap interaksi sosial yang sukses. Sebaliknya, penelitian telah mengungkapkan bahwa pengaruh negatif tidak mengarah pada hubungan yang erat dan kepuasan hubungan. Apalagi emosi negatif ekstrim (kemarahan) dapat menyebabkan efek buruk seperti hubungan yang tidak baik ataupun konflik antar pribadi.

Berdasarkan paparan yang telah di sampaikan di atas, dapat diketahui bahwa beberapa karakteristik *phubbing behavior* yaitu penarikan kontak mata atau menghindari kontak mata atau tatapan pada saat interaksi berlangsung dan juga emosi negatif yang juga dapat membatasi hubungan interpersonal.

**2.1.4. Dimensi *Phubbing behavior***

Karadag (2015) mengatakan dalam penelitiannya berdasarkan hasil dari *exploratory factor analysis* (EFA), terdapat dua dimensi dari *phubbing behavior*, yaitu:

a. Gangguan Komunikasi (*communication disturbance*)

Dalam hal ini, gangguan komunikasi yang terjadi adalah gangguan komunikasi yang disebabkan karena hadirnya *smartphone* sebagai faktor yang dapat mengganggu komunikasi tatap muka 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 media sosial ketika sedang berkomunikasi.

b. Obsesi terhadap *Smartphone* (*smartphone obsession*)

Obsesi terhadap *smartphone* terjadi karena dorongan akan kebutuhan menggunakan *smartphone* yang tinggi walaupun sedang melakukan komunikasi *tatap muka* di lingkungan. Obsesi terhadap *smartphone* mempunyai tiga komponen, yaitu: Kelekatan terhadap *smartphone*, cemas ketika jauh dari *smartphone* dan kesulitan dalam mengatur penggunaan *smartphone*.

Chotpitayasunondh (2016) membagi menjadi dua dimensi *phubbing*, yaitu:

1. Durasi

Durasi yang dimaksud adalah seberapa lama seseorang dalam melakukan *phubbing*.

2. Frekuensi

Frekuensi yang dimaksud adalah seberapa sering seseorang dalam melakukan *phubbing*.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan dimensi yang dikemukakan oleh Karadag (2015) yang membagi dimensi menjadi 2 yaitu : pertama, gangguan komunikasi yaitu terganggunya aktifitas komunikasi karena lebih banyak menatap layar *smartphone* dan yang kedua yaitu obsesi terhadap ponsel dalam hal ini melakukan pengecekan berkali-kali terhadap *smartphone* walaupun tidak ada

hal yang urgen untuk dilihat atau diperhatikan didalamnya. Obsesi terhadap *smartphone* ini salah satunya juga sering cemas ketika melihat baterai *smartphone* sudah masuk kategori lemah atau sudah hampir habis, selain itu kecemasan berlebih ketika terlupa untuk membawa *smartphone* juga menjadi bagian dari perilaku obsesi *smartphone*.

## **2.2 Smartphone addiction**

### **2.2.1. Defenisi *Smartphone addiction***

Kwon dan Yang (2013) menyebutkan bahwa istilah *smartphone addiction* sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang.

*Smartphone addiction* adalah salah satu bentuk kecanduan teknologi dimana pola perilakunya serupa dengan kecanduan internet yang dikategorikan sebagai jenis gangguan terkait zat dan kecanduan dalam DSM-5. Dapat dibayangkan kecanduan non-zat dikonseptualisasikan dari kriteria diagnostik untuk kecanduan zat yang mampu memberikan konteks bio-psiko-sosial dan arahan untuk model kecanduan yang komprehensif (Lin *et al.*, 2014).

Dalam Kim *et al* (2014) *smartphone addiction* adalah perilaku kecanduan yang ditandai oleh masalah dengan kontrol impuls yang terdiri dari simtom penyebab *smartphone addiction* dan internet adiksi. Banyaknya fitur yang disajikan oleh *smartphone* dan selalu berkembang, penelitian terhadap adiksi internet yang sudah ada sebelumnya dianggap mempunyai tanda yang serupa

dengan *smartphone addiction*.

Menurut Choi *et al* (2014) *smartphone addiction* adalah gangguan psikologis muncul tanda-tanda gejala fisik dan psikologis. Orang yang adiksi terhadap internet maupun *smartphone* tidak melakukan aktifitas fisik yang banyak, pada umumnya mengabaikan kesehatan, dan juga adanya tanda fisik yang negatif seperti sikap tubuh yang buruk, sakit punggung, sakit kepala migraine, kebersihan pribadi yang buruk, makan yang tidak teratur, dan adanya gangguan tidur dapat mempengaruhi fungsi kekebalan tubuh, pola sekresi hormon, jantung, dan gangguan pola pencernaan.

Penelitian selanjutnya Cho (2015) mengungkapkan *smartphone addiction* adalah ketergantungan yang ditandai dengan selalu gagal untuk mengurangi waktu penggunaannya dan merasa lebih bahagia menggunakannya daripada bersama keluarga atau teman. Park & Lee mengatakan bahwa *smartphone addiction* adalah penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan sulit dikendalikan serta pengaruhnya meluas ke bidang kehidupan lain dengan cara yang negatif (Gokçearsan *et al.*, 2016). Secara bangunan teori *phubbing behavior* dan *smartphone addiction* dibedakan oleh indikasinya dimana *phubbing* hanya obsesi pengguna terhadap *smartphone* sehingga berdampak terhadap menurunnya kualitas komunikasi sedangkan *smartphone addiction* adalah kecanduan terhadap *smartphone* itu sendiri.

Dari definisi-definisi di atas, peneliti memilih menggunakan teori yang diungkapkan oleh Kwon dan Yang (2013) yang menyebutkan bahwa istilah *smartphone addiction* sebagai perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik

diri, kurang fokus dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari.

### 2.2.2. Dimensi *Smartphone addiction*

Kwon et al. (2013) dalam penelitian *Smartphone addiction Scale-Short Version* terhadap 540 pelajar kelas dua SMP, menjelaskan tiga aspek adiksi *smartphone* yaitu gangguan kehidupan sehari-hari, *withdrawal*, toleransi, yang merupakan gejala umum kecanduan. Tiga aspek ini ditentukan berdasarkan hasil konsultasi 90 responden laki-laki dan 60 responden perempuan dengan psikolog klinis yang kemudian hasil konsultasinya dianalisis menggunakan analisis ROC (*Receiver Operating Characteristics*). Namun demikian, berdasarkan hasil penilaian *expert judgement* terhadap skala *Smartphone addiction Scale* yang akan dibuat versi singkatnya menjadi *Smartphone addiction Scale – Short Version*, Kwon et al. (2013b) menggunakan lima aspek adiksi *smartphone* yaitu gangguan kehidupan sehari - hari, *withdrawal*, toleransi, mengorientasikan hubungan pada dunia maya, dan berlebihan dalam menggunakan *smartphone*.

1. Gangguan kehidupan sehari-hari : meliputi tidak melakukan pekerjaan yang sudah direncanakan, sulit konsentrasi ketika di kelas atau sedang bekerja, menderita pusing atau penglihatan kabur, nyeri pada pergelangan tangan atau di belakang leher, dan gangguan tidur.
2. *Withdrawal* : meliputi rasa tidak sabar, kesal, menderita/tidak tahan jika tidak menggunakan *smartphone*, terus menerus memikirkan *smartphone* meskipun sedang tidak menggunakannya, berupaya untuk terus menggunakan *smartphone*, merasa jengkel ketika diganggu saat menggunakan *smartphone*.
3. Toleransi : usaha untuk mencoba mengontrol penggunaan *smartphone* tetapi

selalu gagal.

4. Mengorientasikan hubungan pada dunia maya yaitu merasa hubungan pertemanan yang didapatkan melalui *smartphone* lebih akrab daripada teman yang ada di kehidupan nyata, mengalami perasaan kehilangan yang tidak bisa dikontrol ketika tidak bisa menggunakan *smartphone*, terus menerus mengecek *smartphone*, menganggap dunia *smartphone* adalah gambaran kecil masyarakat di dunia nyata yang dibentuk oleh situs jejaring sosial, seperti *twitter* atau *facebook*.
5. Berlebihan dalam menggunakan *smartphone* : meliputi tidak dapat mengontrol penggunaan *smartphone*, lebih suka meminta bantuan orang lain melalui *smartphone*, selalu menyiapkan pengisi baterai (*charge*), merasa terdorong untuk menggunakan *smartphone* lagi setelah baru saja berhenti menggunakannya.

Menurut Lin, Chang, Lee, Tseng, Kuo, & Chen. (2014), aspek *smartphone addiction* yaitu *compulsive behavior*, *functional impairment*, *withdrawal*, dan *tolerance*. Kim et al. (2014) dalam penelitiannya untuk mengembangkan *Smartphone addiction Proneness Scale* (SAPS) menyebutkan empat subdomain *smartphone addiction*, yaitu *adaptive functions*, *withdrawal*, *tolerance*, dan *virtual life orientation*. Choliz (2010) menjelaskan dimensi *smartphone addiction* diantaranya: *abstinence*, *lack of control* (kekurangan kontrol), *problems derived from the use* (masalah yang berasal dari penggunaan ponsel), *tolerance* (toleransi), *interference with other activities* (mengganggu kegiatan lain).



Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan lima dimensi *smartphone addiction* dari Kwon et al. (2013) yaitu gangguan kehidupan sehari - hari, *withdrawal*, toleransi, mengorientasikan hubungan pada dunia maya, dan berlebihan dalam menggunakan *smartphone*.

### 2.2.3. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Smartphone addiction*

Faktor penyebab *smartphone addiction* menurut Yuwanto (2010) dalam penelitiannya mengenai *mobile phone addict* yaitu:

#### 1. Faktor Internal

Faktor internal terdiri atas faktor-faktor yang menggambarkan karakteristik individu. Tingkat *sensation seeking* yang tinggi (individu yang memiliki tingkat *sensation seeking* yang tinggi cenderung lebih mudah mengalami kebosanan dalam aktivitas yang sifatnya rutin), *self-esteem* yang rendah, kepribadian ekstrasversi yang tinggi, kontrol diri yang rendah, habit menggunakan telepon genggam yang tinggi, *expectancy effect* yang tinggi, dan kesenangan pribadi yang tinggi dapat menjadi prediksi kerentanan individu mengalami kecanduan telepon genggam.

#### 2. Faktor Situasional

Faktor situasional terdiri atas faktor-faktor penyebab yang mengarah pada penggunaan telepon genggam sebagai sarana membuat individu merasa nyaman secara psikologis ketika menghadapi situasi yang tidak nyaman. Tingkat yang tinggi dalam stres, kesedihan, kesepian, kecemasan, kejenuhan belajar, dan *leisure boredom* (tidak adanya

kegiatan saat waktu luang) dapat menjadi penyebab kecanduan telepon genggam.

### 3. Faktor sosial

Faktor sosial terdiri atas faktor penyebab kecanduan telepon genggam sebagai sarana berinteraksi dan menjaga kontak dengan orang lain.

Faktor ini terdiri atas *mandatory behavior* dan *connected presence* yang tinggi. *Mandatory behavior* mengarah pada perilaku yang harus dilakukan untuk memuaskan kebutuhan berinteraksi yang distimulasi atau didorong dari orang lain. *Connected presence* lebih didasarkan pada perilaku berinteraksi dengan orang lain yang berasal dari dalam diri.

### 4. Faktor eksternal

Faktor eksternal berasal dari luar diri individu, faktor ini terkait dengan tingginya paparan media tentang telepon genggam dan fasilitasnya.

## 2.3 Self control

### 2.3.1. Defenisi Self control

Menurut Baumeister (2002) *self control* atau kontrol diri merupakan kemampuan untuk menahan keinginan dan dorongan dalam diri sendiri. *Self control* mengacu pada kapasitas untuk mengubah tanggapan sendiri, terutama untuk mengarahkan seseorang sesuai dengan standar seperti cita-cita, nilai-nilai, moral, dan harapan sosial, dan untuk mendukung mereka dalam mengejar tujuan jangka panjang (Baumeister, Vohs & Tice, 2007). Menurut Baumeister, Vohs & Tice (2007) *self control* dapat memungkinkan seseorang untuk menahan suatu respon sehingga mereka bisa memunculkan respon yang berbeda. *Self control*

memegang peranan penting dalam memahami sifat dasar dan fungsi dari kontrol diri itu sendiri. Biasanya *self control* atau kontrol diri sering dibahas dalam kaitannya dengan kemampuan untuk menunda kepuasan dan menilai konsekuensi jangka pendek dan jangka panjang perilaku (Mischel, Shoda & Rodriguez, 1989).

Averill (1973) mengemukakan bahwa *self control* atau kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang membawa individu ke arah yang positif sehingga tingkah lakunya sesuai dengan aturan atau norma sosial. Rothbaum, Weisz, dan Snyder mendeskripsikan *self control* sebagai kemampuan individu dalam beradaptasi untuk menentukan perilaku berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif (Tangney, 2004).

Definisi *self control* oleh Kendall & Wilcox melibatkan dua komponen pengendalian diri anak-anak: kognitif dan perilaku. Musyawarah, pemecahan masalah, perencanaan, dan evaluasi adalah faktor kognitif aktif bukan sebagai tindakan impulsive. Secara perilaku, *self control* memiliki kemampuan untuk melaksanakan perilaku yang dipilih atau menghambat perilaku yang diabaikan secara kognitif. Konseptualisasi kognitif perilaku *self control* inilah yang memandu pengembangan instrumen ini (Kendall, 1979).

Tangney (2004) menjelaskan bahwa, komponen utama dari *self control* adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah respon di dalam diri seseorang, serta menghilangkan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari suatu tindakan yang dilakukan. Dengan demikian, pengendalian diri secara garis besar melibatkan suatu kemampuan untuk

mengubah dan mengadaptasi sesuatu yang baik antara diri sendiri dan dunia (Tangney *et al.*, 2004). *Self control* memainkan peran penting dalam aspek lain dari penyesuaian psikologis, seperti kecemasan, depresi, perilaku obsesif-kompulsif, dan keluhan somatik (Tangney *et al.*, 2004).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *self control* merupakan kemampuan individu untuk mengatur atau menyesuaikan tingkah laku serta mengendalikan emosi dan perasaan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun luar sehingga seseorang mampu bertindak dengan benar sesuai dengan yang diterima secara sosial oleh masyarakat

### 2.3.2. Dimensi *Self control*

Menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (2004), terdapat 5 dimensi *self control* yang dapat diukur, yaitu:

#### 1. *Self-Discipline*

Menilai tentang kedisiplinan diri dalam individu saat melakukan suatu. Hal ini berarti individu memfokuskan dalam tugas. Individu yang memiliki *self discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya.

#### 2. *Deliberate/Non-Impulsive*

Menilai kecenderungan individu dalam melakukan suatu tindakan yang impulsif dengan pertimbangan yang baik, bersifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa dalam pengambilan keputusan atau tindakan.

### 3. *Healthy Habits*

Mengatur kebiasaan atau pola hidup sehat bagi individu. Individu yang memiliki kecenderungan *healthy habits* akan mampu menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan bagi dirinya. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.

### 4. *Work Ethic*

Menilai tentang regulasi diri dari etika individu dalam melakukan suatu aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki *work ethics* akan mampu menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada diluar tugasnya.

### 5. *Reliability*

Menilai kemampuan di dalam individu sendiri dalam pelaksanaan rencana jangka panjang dalam pencapaian tertentu.

Menurut Averill (Ghufron dan Risnawati, 2010) aspek-aspek yang terdapat dalam kontrol diri antara lain:

#### 1. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku yaitu merupakan kesiapan terhadap respon yang secara langsung dapat mempengaruhi atau mengubah situasi yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini dibagi menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan adalah kemampuan individu untuk mengendalikan



keadaan, apakah dikelola oleh dirinya sendiri atau sesuatu selain dirinya sendiri. Kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan untuk menghadapi ketika suatu stimulus yang tidak diharapkan terjadi. Beberapa metode yang dapat digunakan antara lain menghindari ataupun mencegah stimulus, mengatur tenggang waktu diantara stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum berakhir, dan mengatur intensitasnya.

## 2. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kemampuan individu untuk menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai metode dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dalam hal penyesuaian psikologis atau pengurangan tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen diantaranya yang pertama, memperoleh informasi yaitu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Kemudian yang kedua yaitu melakukan penilaian yang berarti individu berusaha menilai serta menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi positif secara subjektif.

## 3. Mengontrol Keputusan (*Decesional Control*)

Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya, kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. *Decesional Control* memiliki komponen, seperti mampu mengambil dan menjalankan keputusan.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat kita simpulkan bahwa dari aspek-aspek yang mempengaruhi *self control* terdapat tiga aspek yaitu *behavior control* atau kontrol perilaku, *cognitive control* atau kontrol kognitif, dan *decesional control* atau mengontrol keputusan.

### 2.3.3. Faktor-faktor yang Memoengaruhi *Self control*

Averill dalam Ghufron dan Risnawati (2012) mengemukakan dua faktor yang mempengaruhi *self control*, yaitu:

a. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri, seperti kepribadian, kecerdasan emosi, minat, motif, pengetahuan dan usia. Salah satu faktor internal yang berpengaruh dalam *self control* yaitu usia. Dimana semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik pula kemampuan mengontrol dirinya.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang dimaksud adalah lingkungan. Lingkungan bersama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Apabila orangtua menerapkan disiplin secara intens kepada anaknya sejak dini dan tetap konsisten terhadap sanksi yang akan didapatkan anak apabila telah menyimpang dari yang sudah di tetapkan, maka sikap konsisten ini akan tertanam oleh anak dan kemudian akan menjadi *self control* baginya.

Baumeister dan Boden (2010) juga mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi *self control*, yaitu:

a. Orangtua

Hubungan dengan orangtua membuktikan bahwa pola asuh orang tua dapat mempengaruhi kontrol diri pada anak-anaknya. Orang tua yang mendidik anak-anaknya secara otoriter akan menyebabkan anak kurang dapat mengendalikan diri serta kurang peka dalam menghadapi suatu peristiwa. Sebaliknya, orang tua yang sejak dini sudah mengajarkan anaknya untuk mandiri, membiarkan anak untuk menentukan keputusannya sendiri maka anak akan memiliki *self control* yang lebih kuat.

b. Faktor budaya

Setiap individu yang hidup dalam lingkungan tertentu akan terkait pada budaya lingkungan tersebut. Setiap lingkungan memiliki budaya yang berbeda. Perbedaan tersebut mempengaruhi kontrol dalam diri individu sebagai anggota lingkungan tersebut.

c. Faktor kognitif

Faktor kognitif melibatkan kesadaran aktivitas di mana seseorang menggunakan pikiran dalam pemahamannya untuk mencapai suatu proses dan cara atau strategi yang tepat untuk mengubah *stressor*. Individu yang menggunakan kemampuan intelektualnya dalam mengatur tingkah laku mempengaruhi seberapa besar tingkat *self control* pada individu tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi *self control* di bagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Adapun beberapa faktor lain yang mempengaruhi *self control* diantaranya faktor orangtua, faktor budaya, dan faktor kognitif.

## 2.4. Kerangka Berpikir

Dunia kita yang semakin terdigitalisasi seringkali mengganggu kemampuan kita untuk berinteraksi tanpa terputus dengan orang lain. *Phubbing behavior* (*portmanteau* dari kata "*phone*" dan "*snubbing*") adalah sebuah perilaku memfokuskan dirinya kepada gawai atau *smartphone* yang ia punya saat sedang berinteraksi dengan seseorang. Menurut Karadag (2015) *phubbing behavior* erat sekali kaitannya dengan gangguan komunikasi dan obsesi terhadap *smartphone*.

Gangguan komunikasi yang terjadi dalam kaitannya dengan *phubbing behavior* adalah gangguan yang disebabkan oleh *smartphone* sewaktu-waktu berlangsungnya proses komunikasi langsung. Adanya telepon masuk, membalas *chat*/ pesan masuk serta mengecek notifikasi dari sosial media dapat mengalihkan fokus pembicaraan dari lawan bicara kepada *smartphone*. Hal ini dapat menyebabkan gangguan ataupun hilangnya fokus dalam interaksi yang terjadi sehingga menyebabkan lawan bicara merasa diabaikan berakibat dapat menyinggung perasaanya.

Selanjutnya obsesi terhadap *smartphone* juga menjadi bagian yang tak terpisahkan dari *phubbing behavior*, orang yang memiliki obsesi berlebihan terhadap *smartphone* biasanya akan cenderung melakukan *phubbing behavior*. Obsesi terhadap *smartphone* yang terjadi karena dorongan untuk menggunakan *smartphone* secara terus menerus menyebabkan seseorang cenderung menghindari interaksi langsung di lingkungannya. Orang-orang dengan obsesi *smartphone* biasanya terlihat tidak bisa jauh dari *smartphonanya*, cemas saat *smartphonanya* tertinggal atau bahkan jika dalam kondisi baterai habis, serta kesulitan dalam mengatur penggunaan *smartphone* nya. Hal ini menyebabkan minimnya interaksi

yang ditimbulkan atau bahkan cenderung menghindari komunikasi dengan orang lain.

Pesatnya perkembangan teknologi di era digital saat ini tak terlepas dari kemudahan yang di berikan oleh berbagai fitur *smartphone*. Intensitas penggunaan *smartphone* yang semakin meningkat dan tidak dikendalikan dapat menimbulkan kecanduan terhadap *smartphone*. Mahasiswa yang menggunakan *smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan lupa diri saat menggunakannya. Terdapat lima aspek *smartphone addiction* yang telah dijabarkan oleh Kwon et, al (2013) diantaranya, gangguan kehidupan sehari-hari, *withdrawl*, toleransi, mengorientasikan hubungan pada dunia maya, serta berlebihan dalam menggunakan *smartphone*. Lima aspek yang merupakan gambaran perilaku *smartphone addiction* ini sudah sangat familiar kita lihat dalam kehidupan sehari-hari. Khususnya dalam lingkup mahasiswa dan juga kampus. Sering sekali ditemui mahasiswa yang kemanapun pergi selalu memegang *smartphonenya* bahkan sampai kedalam toilet, serta masih terus menggunakan *smartphone* ketika dalam waktu perkuliahan dan saat dosen menjelaskan.

*Smartphone addiction* merupakan perilaku kecanduan melibatkan interaksi manusia-mesin dan bersifat non-kimia. *Smartphone addiction* tergolong dalam “kecanduan” dalam versi terbaru dari Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM-5) karena gejala serupa, disfungsi biologis, dan tanggung jawab genetik. Gejala inti berfokus pada gangguan kontrol dan disejajarkan dengan gangguan terkait zat dan kecanduan. Kecanduan ini yang apabila dikaitkan dengan obsesi untuk terus menerus menggunakan *smartphone* akhirnya akan mengurangi

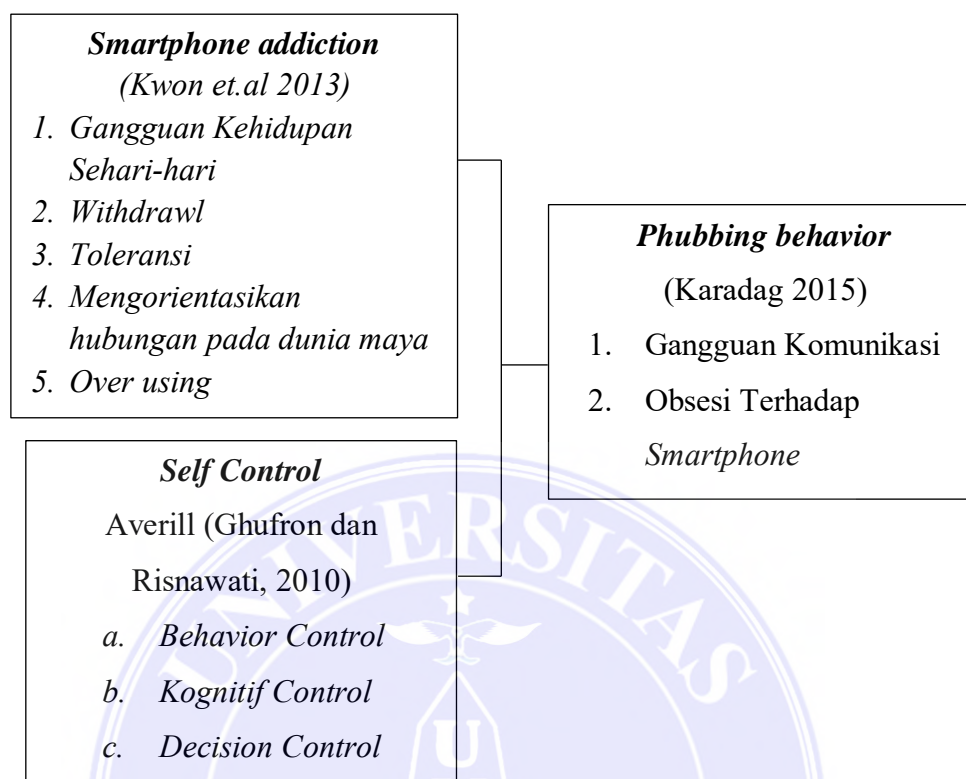


interaksi langsung sampai dengan melakukan pengabaian terhadap lawan bicara yang berujung pada *phubbing behavior*.

Self control merupakan salah satu faktor yang juga berpengaruh terhadap *phubbing behavior*. Menurut Chaplin (2008) kontrol diri atau *self control* adalah kemampuan untuk mengelola perilaku, yaitu kemampuan untuk mengatasi perilaku impulsif pada diri. Setiap individu yang mempunyai self control yang tinggi mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan tindakan yang dilakukan agar dapat meminimalisir akibat dari *phubbing behavior* yang tidak diinginkan. Begitu juga sebaliknya, individu dengan *self control* yang rendah kurang mampu untuk mengarahkan dan mengatur tingkah laku mereka. Kontrol diri juga berpengaruh terhadap munculnya kecemasan jauh dari *smartphone* yang dapat dialami oleh individu (Asih, 2017).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri terkait erat dengan perilaku adiktif (Kim, Namkoong, Ku, & Kim, 2008; Malouf dkk., 2014; Mehroof & Griffiths, 2010; Perry & Carroll, 2008; Tangney, Baumeister, & Boone, 2004) dan juga memiliki pengaruh pada *phubbing behavior* (Chotpitayasunondh, 2016). *Self control* adalah suatu kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah respon di dalam diri seseorang, serta menghilangkan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari suatu tindakan yang dilakukan.

Dengan kecenderungan *phubbing behavior* yang dilakukan oleh mahasiswa yang disebabkan oleh kurangnya *self control* dalam penggunaan *smartphone*, maka peneliti melakukan penelitian dengan konsep kerangka berpikir seperti tertera pada Gambar 2 dibawah ini.



**Gambar. 2** Bagan Kerangka Berpikir

## 2.5. Hipotesis Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti ingin melihat pengaruh *independen variabel* yang diketahui terhadap *dependen variabel*. *Dependen variabel* dalam penelitian ini adalah *phubbing behavior* sedangkan variabel yang digunakan peneliti sebagai independen variabel yaitu *smartphone addiction*, dan *self control*.

Berdasarkan pendahuluan dan kajian teori di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini yaitu :

1. Terdapat pengaruh antara *smartphone addiction* dengan *phubbing behavior* pada mahasiswa di Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan

2. Terdapat pengaruh antara *self control* dengan *phubbing behavior* pada mahasiswa di Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan
3. Terdapat pengaruh signifikan antara *smartphone addiction* dan *self control* dengan *phubbing behavior* pada mahasiswa di Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1. Desain Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif, metode penelitian yang berlandaskan filsafat positifisme yang dikemukakan oleh Sugiyono (2016) yang digunakan untuk menguji populasi atau sampel tertentu. Penelitian ini termasuk penelitian korelasional, yaitu penelitian yang dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih, tanpa melakukan perubahan, tambahan atau manipulasi terhadap data yang memang sudah ada. Berdasarkan penelitian ini, peneliti menggunakan rancangan penelitian deskriptif dan korelasional. Penelitian deskriptif yaitu penelitian yang berusaha untuk menjelaskan atau menerangkan suatu peristiwa berdasarkan data, sedangkan penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan antara dua fenomena atau lebih (Arikunto, 2010).

#### **3.2. Identifikasi Variabel**

Variabel adalah segala sesuatu ditetapkan oleh penulis untuk dipelajari ataupun diteliti sehingga diperoleh hasil dan informasi tentang hal tersebut lalu ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel-variabel lain. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas dan satu variabel terikat, yaitu sebagai berikut:

1. Variabel bebas (X1) pada penelitian ini adalah *smartphone addiction*
2. Variabel bebas (X2) pada penelitian ini adalah *self-control*
3. Variabel terikat (Y) pada penelitian ini adalah *phubbing behavior*.

### 3.3. Definisi Operasional

Berdasarkan teori-teori yang telah dipaparkan sebelumnya, maka definisi operasional pada penelitian ini yaitu;

- a. Phubbing* adalah perilaku seseorang pada saat melakukan interaksi dengan orang lain yang cenderung mengabaikan lawan bicara ataupun mengurangi kontak mata dengan lawan bicara karena lebih terfokus dengan *smartphone*, sehingga lawan bicaranya merasa tersakiti karena merasa diabaikan.
- b. Smartphone addiction* adalah kondisi ketika seseorang mengalami ketertarikan atau kecanduan terhadap *Smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, kesulitan dalam beraktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan *impuls control* terhadap diri seseorang.
- c. Self-control* merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam bersikap serta mampu menahan atau mengelola dorongan dari dalam diri meskipun pada situasi yang tidak menentu.



### 3.4. Populasi dan sampel

#### a. Populasi

Populasi penelitian adalah wilayah generalisasi objek atau subjek yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang kemudian akan dipelajari dan ditarik kesimpulan oleh peneliti. Tujuan dari generalisasi adalah untuk menarik kesimpulan tentang penelitian yang berlaku bagi populasi (Sugiyono, 2016). Populasi merupakan keseluruhan atau satuan gejala yang ingin diteliti (Prasetyo & Jannah, 2005).

Menurut Gunawan (2013) populasi adalah keseluruhan objek penelitian baik dari hasil menghitung maupun pengukuran ciri-ciri tertentu yang akan digeneralisasikan. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa di Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan yang berjumlah 1112 orang.

#### b. Sampel

Sampel merupakan sebagian atau yang mewakili populasi yang akan diteliti. Menurut Sugiyono (2012) apabila seseorang menggeneralisasikan hasil penelitian sampel untuk menentukan jumlah sampel, maka disebut penelitian sampel. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel terhadap sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiono, 2016).

Alasan menggunakan teknik *Purposive Sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *Purposive Sampling* dengan pertimbangan-

pertimbangan tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel yang digunakan di dalam penelitian ini.

Dalam penelitian ini yang menjadi sampel yaitu mahasiswa yang memenuhi kriteria tertentu. Adapun kriteria yang dijadikan sebagai sampel penelitian yaitu:

- a. Mahasiswa yang memiliki *smartphone* Peneliti memilih sampel mahasiswa yang memiliki *smartphone* karena sesuai dengan topik yang akan diteliti dimana seorang pelaku *phubbing* melakukan tindakannya menggunakan *smartphone*.
- b. Aktif menggunakan *smartphone* lebih dari 4 jam. Menurut penelitian Sulaeman (Aridarmaputri, 2013) bahwa intensitas berkomunikasi yang tinggi melalui media sosial akan memberikan efek kecanduan yang diakibatkan karena kesenangan dan kemudahan fasilitas media sosial yang tersedia, sehingga mengurangi kualitas komunikasi tatap muka.
- c. Terlihat sering memegang *smartphone*, intens menatap layar *smartphone* dalam interaksi sosial serta sering menggunakan *smartphone* pada saat jam perkuliahan.

Hasil penelitian Lee, dkk. (2014) menyatakan bahwa seseorang yang menggunakan *smartphone* lebih dari enam jam per hari akan lebih cenderung mengalami *smartphone addiction* dan melakukan *phubbing behavior*. Selain itu, Durasi penggunaan *smartphone* yang awalnya berkisar 1-2 jam atau 3-5 jam jika kepuasan yang didapatkan dari waktu pemakaian seperti biasanya dirasa kurang

cukup, maka durasi pemakaian akan semakin ditingkatkan sehingga dapat menyebabkan *smartphone addiction* pada seseorang (Paramita & Hidayati 2016). Seseorang yang menggunakan internet  $\geq 40$  jam/bulan atau 6 jam/hari tergolong sebagai pengguna berat, indikator tersebut ditetapkan oleh *The Graphic, Visualization & Usability Center, the Georgia Institute of Technology*.

Berdasarkan 3 kriteria sampel diatas peneliti mengamati serta memperoleh data dari para mahasiswa serta beberapa ketua prodi di lingkungan kampus Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan, maka ditetapkan sampel sebanyak 150 mahasiswa.

### 3.5. Metode Pengumpulan Data

Suatu cara yang dipakai peneliti untuk memperoleh data penelitian yaitu menggunakan metode pengumpulan data. Data kuantitatif merupakan data yang berbentuk angka dapat berupa skoring ataupun data kualitatif yang diangkakan (Sugiyono, 2015).

Metode pengumpulan data merupakan cara untuk memperoleh data dan keterangan-keterangan yang diperlukan dalam penelitian. Data dan keterangan-keterangan tersebut dapat diperoleh menggunakan teknik pengumpulan data yang sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti. Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa kuesioner. Kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2012). Mengumpulkan data dengan mengirim pertanyaan untuk diisi sendiri oleh

responden, untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan serta mendukung penelitian.

Dalam penelitian ini kuesioner digunakan untuk memperoleh data tentang pengaruh variabel independen *smartphone addiction* ( $X_1$ ) dan *self control* ( $X_2$ ) terhadap variabel dependen yaitu *phubbing behavior* ( $Y$ ) pada mahasiswa Universitas Muslim Nusantara (UMN) Medan. Kuesioner dalam penelitian ini disajikan dalam bentuk pernyataan. Responden diminta untuk memilih kategori jawaban dengan mengklik pada opsi jawaban yang tersedia.

Pada penelitian ini peneliti mengadopsi instrumen yang sudah baku dan divalidasi yang disusun oleh Diani Melisa (Diani, 2022) dan instrument *smartphone addiction* yang sudah baku oleh Ahmad Fauzan (2018). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ada tiga yaitu skala *phubbing behavior*, skala *smartphone addiction* dan skala *self control* dengan menggunakan model skala likert. Skala Likert digunakan untuk mengungkap sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam Skala Likert, variabel *smartphone addiction*, *self control* dan *phubbing behavior* yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun aitem- aitem instrumen yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan. Jawaban setiap aitem instrumen yang menggunakan skala likert mempunyai gradasi dari sangat positif sampai dengan negatif.

Skala likert tersusun atas empat alternatif jawaban. Skala tersebut kemudian dikelompokkan ke dalam pernyataan favorable dan unfavorable. Skala pengukuran dalam penelitian ini disediakan pilihan alternatif jawaban. Responden diminta

untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri responden. Skor pengukuran skala *likert* ini terdapat pada tabel 1 dan tabel 2 berikut ini :

**Tabel 1** Skor Pengukuran Skala Sikap

Pilihan Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak Sesuai	2	3
Sangat Tidak Sesuai	1	4

**Tabel 2** Skor Pengukuran Skala Frekuensi

Pilihan Jawaban	Favorable	Unfavorable
Tidak pernah	0	4
Sekali sebulan/Jarang	1	3
Sekali seminggu/Kadang-kadang	2	2
Beberapa kali dalam seminggu/Sering	3	1
Setiap hari/Sangat sering	4	0

Favorable adalah pernyataan yang positif yang mendukung aspek penelitian, sedangkan unfavorable adalah pernyataan sikap yang negatif yang tidak mendukung aspek penelitian.

Selanjutnya data yang sudah dikumpulkan kemudian di analisis. Analisis data penelitian ini menggunakan statistik deskriptif, yaitu statistik yang digunakan dalam analisis data penelitian yang diselaraskan dengan variabel penelitian sebagai upaya untuk memusatkan perhatian pada fenomena dan masalah yang terjadi dalam bentuk angka-angka yang memiliki banyak makna utamanya untuk keberlanjutan dan kebutuhan referensi penelitian. Dalam analisis data peneliti berupaya untuk mengolah data menjadi sebuah informasi. Tujuan menggunakan statistik deskriptif adalah untuk menjelaskan suatu keadaan yang akan diteliti dengan didukung studi pustaka sehingga semakin memperkuat analisis peneliti



dalam memperoleh dan membuat kesimpulan, dimana hasil penelitian diperoleh dari hasil indikator variabel penelitian kemudian disajikan secara tertulis oleh penulis.

Ada beberapa hal yang perlu peneliti perhatikan terlebih dahulu dalam menganalisis data menggunakan statistik deskriptif ini, yaitu jika memiliki data diskrit, maka disajikan dengan mencari frekuensi mutlak, relatif (mencari presentase) serta mencari ukuran tendensi netralnya yaitu *mean, median, modus*.

Adapun hal-hal yang dilakukan dalam analisis data ini adalah:

1. Seleksi data

Memilah dan memilih seluruh data yang sudah terkumpul kemudian memisahkan data yang dapat diproses lebih lanjut dan yang tidak, dalam artian disini tidak dapat digunakan misalkan karena dua kali pengisian, tidak terisi sepenuhnya dan lainnya.

Pada penelitian ini terdapat 150 sampel yang terlibat, namun pada saat analisis data terdapat 1 sampel yang datanya tidak dapat diproses karena tidak mengisi keseluruhan kuesioner. Sehingga data yang digunakan untuk analisis data sebanyak 149 sampel.

2. Tabulasi data

Dalam tabulasi data ini menggunakan langkah pertama, membuat tabel sesuai kebutuhan. Kedua, memasukkan data sesuai alternatif jawaban dari masing-masing item pertanyaan/penyataan. Dan ketiga, yaitu menghitung frekuensi alternatifnya.

### 3. Menghitung alternatif jawaban

Untuk menghitung alternatif jawaban dalam memperoleh kesimpulan jawaban dilakukan dengan menetapkan presentase data.

### 3.6. Instrumen Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuesioner yang terdiri dari 3 skala, yaitu skala *smartphone addiction*, skala *self control*, dan skala *phubbing behavior*. Skala ini disusun berdasarkan variabel yang akan diteliti. Di dalam Kuesioner memuat pernyataan atau pertanyaan yang harus dijawab oleh responden sesuai dengan kondisinya terhadap masing-masing skala ukur.

Adapun instrumen dalam penelitian ini akan diuraikan sebagai berikut:

#### a. Skala Ukur *Phubbing behavior*

Skala yang digunakan oleh peneliti merupakan skala yang disusun berdasarkan dua aspek yang dikemukakan oleh Karadag (2015) yang terdiri dari aspek gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel yang terdiri dari 38 item pertanyaan.

**Tabel 3** *Blueprint* Skala *Phubbing behavior*

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
		Menatap layar <i>smartphone</i> ketika bersama orang lain	1, 2, 3	4,5	5
1.	Gangguan Komunikasi	Sibuk menggunakan <i>smartphone</i> ketika bersama teman	6,7,8	9,10,11,12	7
		Orang lain merasa terganggu terkait penggunaan <i>smartphone</i>	13,14,15,16	17,18,19, 20	8

		Memegang <i>smartphone</i> terus-menerus	21,22	23,24,25,26	6
2.	Obsesi terhadap ponsel	Merasa ada yang kurangtanpa <i>smartphone</i>	27,28,29	30,31,32	6
		Aktivitas sosial berkurangterkait intensitas penggunaan <i>smartphone</i>	33,34,35	36,37,38	6
<b>Total</b>			<b>18</b>	<b>20</b>	<b>38</b>

#### b. Skala Ukur *Smartphone addiction*

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *Smartphone addiction Scale-Short Version (SAS-SV)* yang dikembangkan oleh Kwon et.al. (2013b). Skala ini terdiri dari 10 item yang mengukur lima dimensi *smartphone addiction* yaitu gangguan kehidupan sehari-hari, withdrawl (penarikan diri), mengorientasikan hubungan pada dunia maya, toleransi dan *over using* (berlebihan dalam penggunaan *smartphone*). Dalam skala ini, terdapat empat pilihan jawaban yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai dan sangat sesuai.

**Tabel 4** Blueprint Skala *Smartphone addiction*

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Gangguan kehidupan sehari-hari	Tidak melakukan pekerjaan yang sudah direncanakan		1	3
		Sulit konsentrasi ketika dikelas		2	
		Nyeri di pergelangan tangan atau dibelakang leher		3	
2.	Withdrawl	Tidak sabar dan resah jika tidak memegang <i>smartphone</i>		4,5	4

		Terus menerus memikirkan <i>smartphone</i> meskipun tidak menggunakannya	6	
		Terus mencari cara agar bisa menggunakan <i>smartphone</i>	7	
3	Toleransi	Selalu mencoba mengontrol penggunaan <i>smartphone</i> tapi gagal	10	1
4	Mengorientasikan hubungan pada dunia maya	Merasa berteman dengan <i>smartphone</i> lebih dekat dari pada berteman di dunia nyata	8	1
5	Berlebihan dalam menggunakan <i>smartphone</i>	Penggunaan <i>smartphone</i> tidak dapat dikontrol	9	1
<b>Total</b>			<b>10</b>	<b>10</b>

### c. Skala Ukur Kontrol Diri

Alat ukur yang digunakan oleh peneliti disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Averill (Ghufron, 2010) yang terdiri dari kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). Yang dikembangkan menjadi 38 item pertanyaan.

**Tabel 5** *Blueprint* Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Kontrol perilaku ( <i>behavior control</i> )	Mampu mengendalikan situasi	1, 3, 5	2, 4, 6,7	7
		Mampu mengontrol perilaku positif	8, 10, 12	9, 11,13,14	7

2.	Kontrol kognitif ( <i>cognitive control</i> )	Mampu melihat pengalaman yang tidak menyenangkan dari segi positif	15,17,19,21	16, 18,20	7
		Mampu melakukan penilaian situasi secara positif dengan subjektif	22,24	23, 25,26	5
3.	Mengontrol keputusan ( <i>decisional control</i> )	Mampu mengambil tindakan secara positif atas permasalahan yang dihadapinya	27, 29,31,32	28, 30	6
		Mampu mengambil keputusan	33, 34,36,37	35, 38	6
<b>Total</b>			<b>20</b>	<b>18</b>	<b>38</b>

### 3.7. Validitas dan Reliabilitas

#### a. Validitas

Validitas adalah pertimbangan yang paling utama untuk mengevaluasi kualitas tes sebagai instrumen alat ukur (Azwar, 2012). Pada pengujian validasi alat ukur penelitian ini, peneliti menggunakan teknik validasi isi. Validitas isi adalah sejauh mana elemen-elemen dalam suatu instrumen ukur benar-benar relevan dan merupakan representasi dari kontrak yang sesuai dengan tujuan pengukuran (Hayness, dkk,1995).

Hasil penelitian dapat dikatakan valid apabila terdapat kesamaan antara data yang dikumpulkan dengan data yang benar-benar terjadi pada objek yang diteliti, serta instrumen yang valid dapat digunakan untuk mengukur data apabila alat ukur yang digunakan juga valid (Sugiyono, 2015). Validitas butir merupakan uji validitas yang dilakukan dalam penelitian ini. Sugiyono (2015) menyatakan uji validitas butir dapat



dianalisis dengan menghitung korelasi antara skor butir instrumen dengan skor total, atau dengan cara mencari daya pembeda skor tiap aitem dari kelompok yang memberikan jawaban tinggi dan rendah.

Uji validitas dilakukan pada masing-masing variabel penelitian. Standar pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas aitem berdasarkan 36 pendapat Idrus (2009) bahwa suatu aitem dikatakan valid apabila memiliki nilai  $r_{xy} \geq 0.30$ , nilai ini dapat digunakan sebagai patokan untuk menyatakan valid atau tidaknya suatu aitem tertentu. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik program statistik yakni *Statistical Product and Service Solution (SPSS)*.

b. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan seberapa konsisten, dapat dipercaya dan dapat diandalkannya hasil pengukuran apabila kelompok subjek yang sama diukur dengan alat ukur yang sama memperoleh hasil yang relatif sama (Azwar, 2014). Reliabilitas alat ukur penelitian ini akan diuji menggunakan teknik *Alpha Cronbach* yaitu teknik uji reliabilitas yang dikembangkan oleh *Cronbach*. Menurut Azwar (2014) hasil pengukuran dapat dikatakan reliabel jika *Alpha Cronbach*  $\geq 0.700$ . Tinggi rendahnya reliabilitas suatu alat ukur ditunjukkan oleh suatu nilai, nilai tersebut dinamakan dengan koefisien reliabilitas. Teknik *Alpha* digunakan untuk membagi tes menjadi lebih dari dua bagian yang masing-masing berisi item dalam jumlah yang sama banyaknya (Azwar, 2014).

**Tabel 6.** Tingkat Keandalan Cronbach's Alpha

Nilai Cronbach's Alpha	Tingkat Keandalan
0.000-0.200	Kurang Andal
>0.200-0.400	Agak Andal
>0.400-0.600	Cukup Andal
>0.600-0.800	Andal
>0.800-1.000	Sangat Andal

Dari hasil pengujian 3 skala diatas, menunjukkan untuk skala *smartphone addiction*, *self control* dan *phubbing behavior* memiliki nilai koefisien reliabilitas masing-masing sebesar 0,971, 0,986, dan 0,982 dengan kategori tingkat keandalan termasuk sangat andal.

### 3.8. Uji Asumsi Klasik

#### 3.8.1 Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variabel yang telah menyebar secara normal. Hal ini perlu dilakukan karena populasi sampel yang diambil tidak bersifat normal, maka tes statistik yang bergantung pada normalitas akan menjadiny kesimpulanya tidak berlaku (Arikunto, 2010). Pada uji normalitas ini menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Data tersebut dapat dikatakan terdistribusi secara normal apabila taraf signifikansi Kolmogorof-Smirnov > 0.05. Sebaliknya, jika nilai signifikansi Kolmogorof-Smirnov < 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak terdistribusi normal.

#### 3.8.2 Uji Multikolinearitas

Untuk memeriksa apakah terjadi multikolinearitas atau tidak dapat dilihat dari nilai *variance inflation factor* (VIF). Nilai VIF yang lebih dari 10 diindikasi suatu variabel bebas terjadi multikolinearitas.

### 3.8.3 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas dilakukan pada model regresi untuk menguji apakah terdapat ketidaksamaan varians dari residual pada suatu pengamatan ke pengamatan lainnya. Uji heteroskedastisitas dilakukan dengan tujuan untuk menguji apakah terdapat ketidaksamaan *variance* maupun residual dari suatu pengamatan ke pengamatan lainnya. Uji heteroskedastisitas dilakukan untuk mengetahui apakah pada suatu model regresi terjadi ketidaknyamanan varian dari residual pada satu pengamatan terhadap pengamatan lainnya. Biasanya data *crosssection* mengandung situasi heteroskedastisitas karena data ini menghimpun data yang mewakili berbagai ukuran kecil, sedang, dan besar (Ghozali, 2016).

### 3.9. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan pengujian secara parsial (uji t) dan penyajian secara simultan (uji F).

#### 3.9.1 Uji statistik t (parsial)

Uji statistik t digunakan untuk menguji signifikansi hubungan antara variabel independen dan dependen, apakah variabel independen benar-benar berpengaruh terhadap variabel dependen secara terpisah atau parsial (Ghozali, 2016). Dasar pengambilan keputusan yang digunakan dalam uji t adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai probabilitas signifikan  $> 0,05$ , maka hipotesis ditolak, hipotesis ditolak mempunyai arti bahwa variabel independen tidak

berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.

2. Jika nilai probabilitas signifikan  $< 0,05$ , maka hipotesis diterima, hipotesis diterima mempunyai arti bahwa variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.

### 3.9.2 Uji Statistik F (Simultan)

Uji statistik F digunakan untuk mengetahui apakah semua variabel independen yang dimasukkan dalam model regresi mempunyai pengaruh secara bersama-sama (simultan) terhadap variabel dependen (Ghozali, 2016). Untuk menguji hipotesis ini digunakan statistik F dengan kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut:

1. Jika nilai F lebih besar dari 4 maka  $H_0$  ditolak pada derajat kepercayaan 5% dengan kata lain kita menerima hipotesis alternatif, yang menyatakan bahwa semua variabel independen secara serentak dan signifikan mempengaruhi variabel dependen.
2. Membandingkan nilai F hasil perhitungan dengan F menurut tabel. Bila nilai  $F_{hitung}$  lebih besar daripada nilai  $F_{tabel}$ , maka  $H_0$  ditolak dan diterima  $H_a$ .

### 3.9.3 Uji Koefisien Determinasi

Koefisien Determinasi ( $R^2$ ) pada intinya mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel terikat (Ghozali, 2011). Nilai koefisien determinasi adalah antara nol (0) dan satu (1). Nilai  $R^2$  yang kecil berarti kemampuan variabel-variabel bebas dalam menjelaskan variasi variabel terikat amat terbatas. Begitu pula sebaliknya, nilai yang

mendekati satu (1) berarti variabel-variabel bebas memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variasi variabel terikat. Kelemahan mendasar penggunaan koefisien determinasi adalah bisa terhadap jumlah variabel bebas yang dimasukkan kedalam model. Setiap tambahan satu variabel bebas, maka  $R^2$  pasti meningkat tidak peduli apakah variabel tersebut berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat.





## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa :

1. *Smartphone addiction* memiliki pengaruh signifikan positif terhadap *phubbing behavior* dengan (sig. 0,000 dan  $r = 0,448$ ). Sehingga disimpulkan *Smartphone addiction* (X1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Phubbing behavior* (Y).
2. *Self control* memiliki pengaruh signifikan negatif terhadap *phubbing behavior* dengan (sig. 0,000 dan  $r = -0,559$ ). Sehingga disimpulkan *Self control* (X2) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *Phubbing behavior* (Y).
3. *Smartphone addiction* dan *self control* secara simultan memiliki pengaruh 69,7% terhadap *phubbing behavior* dan 30,3% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

#### 5.2 Saran

Sejalan dengan kesimpulan yang telah dibuat, maka berikut ini diberikan beberapa saran, antara lain:

1. Saran kepada subjek penelitian

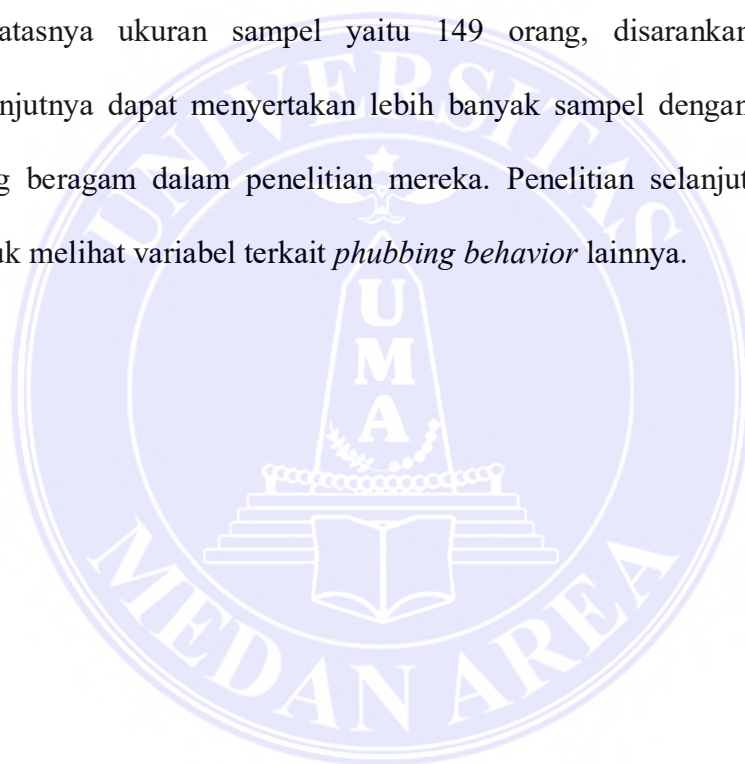
Hal ini bertujuan agar para mahasiswa dapat meningkatkan kontrol diri dalam penggunaan *smartphone* sehingga kualitas interaksi dan komunikasi dapat diperbaiki. Serta mengurangi intensitas penggunaan *smartphone* terutama pada wilayah kampus agar suasana akademis seperti dialog dan diskusi bisa maksimal.

2. Saran kepada organisasi.

Bagi pimpinan universitas agar dapat memberikan pelatihan/training *self control* kepada mahasiswa agar dapat meningkatkan *self esteem* serta meningkatkan kemampuan manajerial terhadap diri sendiri sehingga diharapkan bisa terhindar dari *phubbing behavior*.

3. Saran bagi peneliti lain.

Mengingat masih terdapat permasalahan dalam penelitian ini, termasuk terbatasnya ukuran sampel yaitu 149 orang, disarankan agar peneliti selanjutnya dapat menyertakan lebih banyak sampel dengan latar belakang yang beragam dalam penelitian mereka. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melihat variabel terkait *phubbing behavior* lainnya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Aditia,R. (2021). *Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial*. KELUWIH: Jurnal Sosial dan Humaniora, 2(1), 8-14, <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Andriani, W. S., Sriati, A., & Yamin, A. (2019). *Gambaran Kontrol Diri Penggunaan Smartphone Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Dan Sederajat Di Kecamatan Jatinangor*. Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal), 5(2), 101–117. <https://doi.org/10.33755/jkk.v5i2.143>
- Arikunto. 2010. *Prosedur penelitian dan pendekatan praktik*. PT Rineka Cipta
- Ashari, S. B. (2023). *Pengaruh Kontrol Diri Dan Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Phubbing behavior Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik).
- Asih, A. T., & Fauziah, N. 2017. *Hubungan antara kontrol diri dengan kecemasan jauh dari smartphone (nomophobia) pada mahasiswa jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Diponegoro Semarang*. Jurnal Empati, 6(2), 15-20. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.19725>.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. 2020. *Laporan survei internet APJII 2019-2020*. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Averill, J. R. (1973). *Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress*. Psychological Bulletin, 80(4), 286–303. doi: 10.1037/h0034845.
- Aziz, A., Syafitri, F. A., & Hasmayni, B. (2023). *Pengaruh Adiksi Smartphone Terhadap Phubbing Pada Siswa SMK Negeri 9 Medan*. JURNAL ISLAMIKA GRANADA, 3(2), 39-44.
- Azwar, S. 2001. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. 2014. *Realibilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azzahra, S. F. (2023). *Hubungan Adiksi Smartphone dengan Phubbing behavior pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Tarbiyah Al-Hilal Sigli Kabupaten Pidie* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. 2007. *The strength model of self control*. Current Directions in Psychological Science, 16(6), 351-355. <http://dx.doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>.
- Bolle, C. (2014). *“Who is a smartphone addict?” The impact of personal factors and type of usage on smartphone addiction in a Dutch population*. Thesis. University of Twente Enschede.

- Borba, M. (2008). *Membangun Kecerdasan Moral*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Butler, S. (2017). *Macquarie dictionary (Vol. 5)*. Australia: Macquarie Dictionary Publishers
- 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.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018a). *The effects of “phubbing” on social interaction*. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304-316.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018b). *Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GGBP)*. *Computers in human behavior*, 88, 5-17.
- Davey, S., Davey, A., Raghav, S. K., Singh, J. V., Singh, N., Blachnio, A., & Przepiórkaa, A. (2018). *Predictors and consequences of “Phubbing” among adolescents and youth in India: An impact evaluation study*. *Journal of Family & Community Medicine*, 25(1), 35. doi: 10.4103/jfcm.JFCM\_71\_17
- David, M. E., & Roberts, J. (2017). *Phubbed and alone: phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media*. The University of Chicago Press, 2(2), 155-163. doi: 10.1086/690940
- Dlodlo, N. (2014). *Measuring selected m-texting addiction indicators with gender and self-esteem*. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(23), 489.
- Donanti, E., Mahmud, A., Eryansjah, J. R., (2022). *Hubungan Smartphone addiction dengan Jenis Kelamin pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2020 dan Tinjauannya Menurut Islam*. *Junior Medical Jurnal*, 1(4), 383:389.
- Fadilah, A., Rini, A. P., & Pratitis N. (2022) *Phubbing behavior pada Remaja: Menguji peranan kontrol diridan interaksi sosial*. *INNER: Journal of psychological Research*, 2(2), 150-159.
- Firmansyah, Y. 2017. *Penerapan Metode SDLC Waterfall Dalam Pembuatan Aplikasi Pelayanan Anggota Pada CU Duta Usaha Bersama Pontianak*. *Bianglala Informatika*, 5(2), 53–61. <https://doi.org/https://doi.org/10.31294/bi.v5i2.2703>
- Fraenkel, Jack. R., and Norman E. Wallen. 2012. *How to Design and Evaluate Research in Education 8th Edition*. Boston: McGraw-Hill Higher Education.
- Ghozali, Imam. 2016. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program (IBM SPSS). Edisi 8*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro. Semarang.



- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. 2016. *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Hafizah, N., Adriansyah, M. A., & Permatasari, R. F. (2021). *Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersional terhadap Phubbing behavior*. Psikoborneo, 9(3), 630-645. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Hanika, I. M. 2015. *Fenomena phubbing di era milenial (ketergantungan seseorang pada smartphone terhadap lingkungannya)*. Jurnal Interaksi: 4(1), 42-51. <https://doi.org/10.14710/interaksi.4.1.42-51>.
- Isrofin, B., & Munawaroh, E. (2024). The effect of *smartphone addiction* and self-control on *phubbing behavior*. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 13.
- Jiang, Z., & Zhao, X. 2016. *Self-control and problematic mobile phone use in Chinese college students: the mediating role of mobile phone use patterns*. BMC Psychiatry. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-1131-z>
- Karadag, E.. 2015. *Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model*. Journal of Behavioral Addictions, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., & Babadağ, B. 2016. *The virtual world's current addiction: Phubbing*. Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 3(2), 250-269.
- Khoir, D. M. (2021). *Pengaruh kontrol diri terhadap phubbing behavior pada mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Kurnia, S., Sitasari, N. W., & M.S., (2020). *Kontrol Diri dan Phubbing behavior pada Remaja di Jakarta*. Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi, 18(1), 58-67.
- Kwon, M., & Yang, S. 2013. *The Smartphone addiction Scale and Validation of a Short Version for Adolescents*. PLOS One, 8(12), 1-7.
- Lee, J. Y., Yoo, J. S., & Heo, G. (2014). *The effects of gender, self-esteem, and self-control on the smartphone addiction in university students*. Journal of the Korean Data Analysis Society, 16(3), 1557-1566.
- Muna, R. F., & Astulti, T. P. (2014). *Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Kecandulan Media Sosial pada Remaja Akhir*. Empati: Jurnal Karya Ilmiah S1 Undip, 3(4), 481–491.
- Munatirah, H., & Anisah, N.M (2018). *Intensitas penggunaan smartphone terhadap phubbing behavior (Studi Penelitian pada Masyarakat Kota Banda Aceh yang Mengunjungi Warung Kopi di Kecamatan Leung Bata)*.



Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial & Ilmu Politik, 3(1), 1-14.

- Norman, D. A. (2023). *Hubungan smartphone addiction dengan phubbing pada mahasiswa fakultas psikologi universitas islam negeri sultan syarif kasim riau* (doctoral dissertation, universitas islam negeri sultan syarif kasim riau).
- Novtrianto Makawekes, Lyndon R.J. Pangemanan, M. Y. M. 2016. *Dinamika Kelompok Tani Cempaka Di Kelurahan Meras Kecamatan Bunaken Kota Manado*. Cocos, 7(3), 1–14.
- Nurfajriah, D. M. (2022). Hubungan kontrol diri dengan *phubbing behavior* pada mahasiswa di samarinda (Skripsi, Universitas Mulawarman Samarinda)
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human development (9th ed)*. New York: McGraw Hill.
- Pinasti, D. A. & Kustanti, El. R. (2017). *Hubungan antara empati dengan adiksi smartphone pada mahasiswa fakultas ilmu budaya dan fakultas sains dan matematika ulniversitas diponegoro semarang*. Jurnal Empati, 6(3), 183-188
- Pranata, B.A. 2017. *Pengaruh reward and punishment terhadap motivasi belajar siswa di SMA Pasundan 3 Bandung*. Repository Unpas (Issue 2006). Universitas Pasundan.
- Rizki Adiyatma, Mudjiran , Afdal. 2020. *The Contribution of Self-Control towards Student Smartphone addiction*. SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling (Year), 5(1), 45-49
- Safitri, N., & Rinaldi, R. (2023). *Hubungan Kontrol Diri Dengan Phubbing behavior Pada Siswa Sman 2 Kota Bukittinggi*. Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang), 13(2), 197-210.
- Santrock, J. W. 2007. *Adolescence (8th ed)*. North America: McGraw Hill
- Sertiana,F. 2013. *Pendapat Calon Tenaga Kerja Indonesia Tentang Hasil Pelatihan Carataker di BLKLN Graha Ayukarsa*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia
- Sok, S. R., Selong, M. H., & Ryul, M. H. (2019). *Differences of self-control, daily life stress, and commulcation skills between smartphone addiction risk group and general group in Korean nursing students*. Psychiatric Quarterly. 90(1), 1-9
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif Dan Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta

- Syafriani S., (2021). *Perbedaan Smartphone addiction Pada Remaja Laki-Laki Dan Perempuan Di Kota Pekanbaru*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). *High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success*. *Journal of Personality*, 72, 271-324. <http://dx.doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Thaeras, F. „Phubbing”; *fenomena sosial yang merusak hubungan*. CNN. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20170714134144-277-227920/phubbing-fenomena-sosial-yang-merusak-hubungan>. (14 Juli 2023).
- Tunc-Aksan, A., & Akbay, S. E. 2019. *Smartphone addiction, Fear of Missing Out, and Perceived Competence as Predictors of Social Media Addiction of Adolescents*. *European Journal of Educational Research*, 8(2), 559- 566.
- Yam, F. C., & Kumcagiz, H. (2020). *Adaptation of General Phubbing Scale to Turkish Culture and Investigation of Phubbing Levels of University Students in Terms of Various Variables*. *The Turkish Journal and Addictions*, 7(1), 48-60
- Yan, L. F., & Wan, J. C. (2017). *Current situation and reason analysis of phubbing? Mobile phone addiction*. *Journal of North China University of Science and Technology (Social Science Edition)*, 1, 3
- Yohannes, M.J., & Ntelok, Z. 2022. *Dampak Penggunaan Smartphone di Kalangan Mahasiswa*. *Edukatif : Jurnal Ilmu Pendidikan* 4(2), 3796 – 3803

## Lampiran 1. Blueprint Skala

### A. *Blueprint skala phubbing behavior*

NO	ASPEK	INDIKATOR	ITEM	
			FAV	UNFAV
1.	<b>Gangguan komunikasi</b>	Menatap layar <i>smartphone</i> ketika bersama orang lain	1. Saya tetap menatap layar <i>handphone</i> meskipun sedang berbicara dengan orang lain 2. Saya membuka media sosial di <i>handphone</i> saya meskipun sedang berkumpul denganteman 3. Saya mengabaikan panggilan orang tua pada saat menonton <i>youtube</i>	4. Saya menyimpan <i>handphone</i> saya ketika teman di sebelah saya sedang berbicara 5. Saya memilih untuk menolak panggilan masuk ketika sedang berada dalam sebuah acara 6. Saya meminta izin terlebih dahulu untuk menerima panggilan apabila sedang berbicara dengan teman
		Sibuk menggunakan <i>smartphone</i> ketika bersama teman	7. Saya memilih membuka <i>handphone</i> ketika teman saya mulai bercerita 8. Saya tidak bisa meninggalkan <i>game</i> di <i>handphone</i> saya, meskipun temansaya datang 9. Saya senang melakukan komunikasi melalui <i>smartphone</i> dibandingkan berbicara secara langsung	10. Saya tidak membuka <i>handphone</i> selama ketika bersamateman 11. Ketika teman saya datang, saya berhenti bermain <i>game</i> di <i>handphone</i> saya 12. Saya tidak membuka sosial media ketika sedang berkumpul dengan teman-teman 13. Saya memilih untuk menunda

				membalas pesan di <i>handphone</i> saya ketika sedang berkumpul bersama keluarga
		Orang lain merasa terganggu terkait penggunaan <i>smartphone</i>	<p>14. Orang-orang sering menegur saya ketika saya menatap <i>handphone</i> saat mereka sedang berbicara</p> <p>15. Teman saya mengeluh ketika saya tidak mendengar saat mereka memanggil karena fokus dengan <i>handphone</i></p> <p>16. Saya cenderung lamban dalam merespon obrolan teman saya karena terlalu asyik melihat media sosial di <i>smartphone</i> saya</p> <p>17. Keluarga saya seringkali terganggu akibat suara game yang saya mainkan di <i>handphone</i> saat sedang berkumpul bersama</p>	<p>18. Saya hanya sesekali melihat <i>handphone</i> saya, sehingga orang lain tidak pernah menegur saya</p> <p>19. Saya hanya membuka <i>handphone</i> seperlunya sehingga saya selalu mendengar dan menjawab ketika ada yang memanggil saya</p> <p>20. Saya merasa penggunaan <i>smartphone</i> itu mengganggu disaat sedang bersama teman</p> <p>21. Saya memilih untuk mengobrol dan saling bertukar informasi secara langsung daripada sibuk melihat <i>smartphone</i> masing-masing</p>
			22. Saya terus bermain <i>game</i> di <i>handphone</i>	24. Saat berdiskusi dengan teman, saya

2.	<b>Obsesi terhadap ponsel</b>	Memegang <i>smartphone</i> terus-menerus	<p>sehingga membuat saya melewatkan waktu ibadah</p> <p>23. Ketika saya pergi dan lupa membawa <i>smartphone</i>, saya akan kembali pulang mengambilnya</p>	<p>meletakkan <i>handphone</i> di atas meja</p> <p>25. Saya memeriksa notifikasi di <i>handphone</i> saya setelah selesai berbicara dengan teman di sebelahnya</p> <p>26. Saya membatasi waktu saat bermain <i>game</i>, sehingga saya tidak melakukannya secara berlebihan</p> <p>27. Saya akan membiarkan baterai <i>smartphone</i> saya terisi penuh terlebih dahulu, kemudian baru akan saya gunakan kembali</p>
----	-------------------------------	--	---	--



		Merasa ada yang kurang tanpa <i>smartphone</i>	<p>28. Hal pertama yang saya lakukan ketika bangun tidur adalah memeriksa notifikasi di <i>handphone</i> agar tidak tertinggal informasi</p> <p>29. Saya merasa ada yang kurang ketika lupa membawa <i>handphone</i> saat pergi keluar</p> <p>30. Saya selalu meletakkan <i>smartphone</i> di dalam jangkuan saya</p>	<p>31. Saya merasa khawatir dengan perasaan lawan bicara saya ketika saya terus menghadapi <i>smartphone</i></p> <p>32. Saya merasa lebih cemas ketika saya tidak membawa dompet dari pada tidak membawa <i>handphone</i> saat bepergian</p>
		Aktivitas sosial berkurang terkait intensitas penggunaan <i>smartphone</i>	<p>33. Waktu saya untuk berbagai aktivitas sosial berkurang karena <i>handphone</i></p> <p>34. Saya sering mengabaikan benda di sekitar saya karena fokus dengan <i>handphone</i></p> <p>35. Intensitas penggunaan <i>smartphone</i> saya meningkat dari hari ke hari</p>	<p>37. Saya memiliki lebih banyak teman di kehidupan nyata daripada di duniamaya</p> <p>38. Saat berkumpul dan berbincang dengan teman atau keluarga saya tidak memegang <i>smartphone</i></p>
	<b>Total</b>		<b>20</b>	<b>18</b>

**B. Blueprint skala smartphone addiction**

No	Aspek	Indikator	Item	
			Fav	Unfav
1.	Gangguan kehidupan sehari-hari	Tidak melakukan pekerjaan yang sudah direncanakan	1. Saya tidak melakukan pekerjaan/kegiatan yang sudah saya rencanakan karena menggunakan <i>smartphone</i>	
		Sulit konsentrasi ketika dikelas	2. Saya sulit konsentrasi ketika di kelas, saat mengerjakan tugas, atau saat bekerja karena menggunakan <i>smartphone</i> .	
		Nyeri di pergelangan tangan atau dibelakang leher	3. Saya merasakan nyeri/pegal di pergelangan tangan atau dibelakang leher ketika menggunakan <i>smartphone</i>	
2.	Withdrawal	Tidak sabar dan resah jika tidak memegang <i>smartphone</i>	4. Saya tidak akan sanggup bila hidup tanpa <i>smartphone</i>	
			5. Saya merasa tidak sabar dan rewel ketika saya tidak memegang <i>smartphone</i>	
		Terus menerus memikirkan <i>smartphone</i> meskipun tidak menggunakannya	6. Saya memikirkan <i>smartphone</i> saya meskipun saya sedang tidak menggunakannya	
		Terus mencari cara agar bisa menggunakan <i>smartphone</i>	7. Saya tidak akan berhenti menggunakan <i>smartphone</i>	

			meskipun <i>smartphone</i> sudah sangat mempengaruhi kehidupan sehari-hari saya	
3	Mengorientasikan hubungan pada dunia maya	Merasa berteman dengan <i>smartphone</i> lebih dekat dari pada berteman didunia nyata	8. Saya terus menerus memeriksa <i>smartphone</i> saya agar tidak ketinggalan chat, status, ataupun unggahan orang lain di media sosial (WA/ Instagram / FB/Tiktok/dll	
4	Toleransi	Saya tidak akan berhenti menggunakan <i>smartphone</i> meskipun <i>smartphone</i> sudah sangat mempengaruhi kehidupan sehari-hari saya	9. Saya menggunakan <i>smartphone</i> lebih lama dari yang saya niatkan	
5	Berlebihan dalam menggunakan <i>smartphone</i>	Penggunaan <i>smartphone</i> tidak dapat dikontrol	10. Orang-orang disekitar saya mengatakan bahwa saya terlalu banyak menggunakan <i>smartphone</i>	
<b>Total</b>			<b>10</b>	

C. *Blueprint skala kontrol diri*

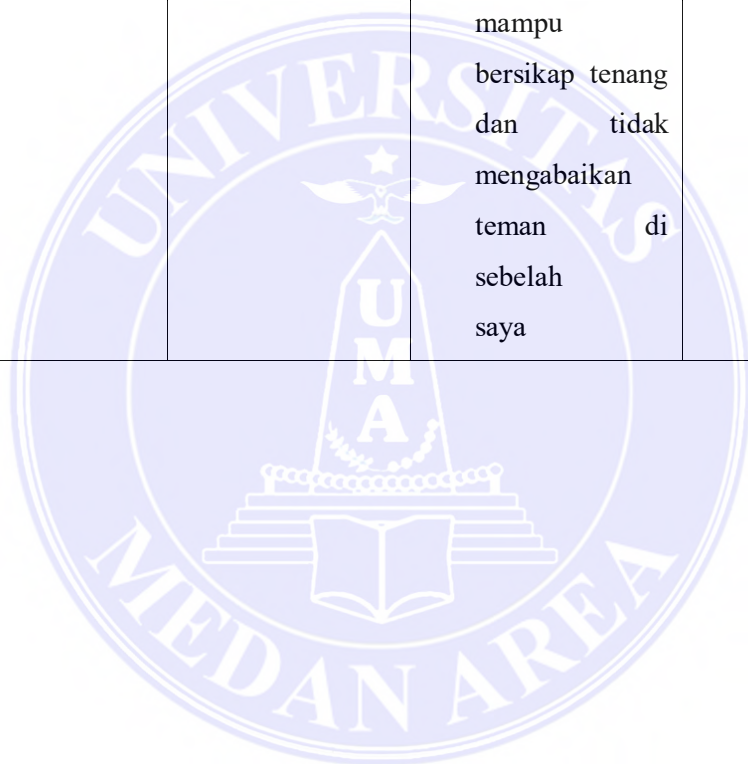
NO	ASPEK	INDIKATOR	ITEM	
			FAV	UNFAV
1.	<b>Kontrol Perilaku (behavior control)</b>	Mampu mengendalikan situasi	<p>1. Saya mampu mengerjakan tugas dengan baik sembari mendengarkan musik di <i>handphone</i></p> <p>3. Saya tetap fokus melaksanakan tugas, walaupun terdapat notifikasi sosial media di <i>handphone</i> saya</p> <p>5. Saya tetap memperhatikan dosen saat menjelaskan materi walaupun terdapat notifikasi di <i>handphone</i> saya</p>	<p>2. Saya tidak dapat menyelesaikan tugas karena penggunaan <i>handphone</i> yang berlebihan</p> <p>4. Saya sulit untuk fokus mengerjakan tugas, karena pikiran saya tertuju pada notifikasi di <i>handphone</i> saya</p> <p>6. Saya merasa tidak tenang ketika tidak memegang <i>handphone</i> saya</p> <p>7. Keliru dalam mendengarkan informasi dari teman di sebelah saya saat saya sedang membuka instagram merupakan hal yang biasa terjadi pada saya</p>

		<p>Mampu mengontrol perilaku positif</p>	<p>8. Saya mengajak teman-teman saya untuk membuat video tiktok saat sedang berkumpul</p> <p>9. Saya tidak akan membacakan komentar buruk tentang teman saya di <i>Instagram</i> kepada teman di sebelah saya</p> <p>13. Saya akan mengatur <i>handphone</i> saya dalam mode <i>silent</i>, saat sedang berkumpul dengan teman-teman</p>	<p>10.. Saya sesekali memeriksa notifikasi agar tidak ketinggalan percakapan di media sosial, walau sedang berada dalam pertemuan</p> <p>11.Orang-orang di sekitar saya memberitahu jika saya terlalu lama menggunakan <i>smartphone</i> saya</p> <p>12. Saya tetap membuka <i>handphone</i> saya walaupun sedang berkumpul dengan keluarga</p> <p>14.Walaupun sedang berbicara dengan teman, saya seringkali membuka <i>handphone</i> dan sesekali membuat <i>story</i></p>
--	--	--	--	--



				di <i>Instagram</i>
2.	<b>Kontrol Kognitif</b> <i>(cognitive control)</i>	Mampu melihat pengalaman yang tidak menyenangkan dari segi positif	15.Saya menonton hal-hal yang menyenangkan di <i>youtube</i> saat saya menerima komentar buruk oleh orang-orang di sekitar saya 17.Saya dapat mengendalikan pikiran saya untuk tetap fokus dengan lawan bicara saya, meskipun ada telepon masuk 18. Saya dapat mengalihkan perhatian saya dengan menonton <i>youtube</i> ketika saya sedang	16. Saya tidak peduli ketika teman disebelah saya tersinggung karena saya sibuk dengan <i>handphone</i> saya 19. Ketika adik saya bercerita, saya tidak fokus mendengarkan karena saya sibuk membuat konten tiktok 21.Seringkali saya mengabaikan panggilan kakak di sebelah saya, ketika saya terlalu fokus melihat berita di <i>handphone</i> saya

			<p>marah dengan adik disebelah saya</p> <p>20. Walaupun saya melihat notifikasi mengenai berita kurang baik di <i>handphone</i> saya, saya tetap mampu bersikap tenang dan tidak mengabaikan teman di sebelah saya</p>	
--	--	--	--	--



		Mampu melakukan penilaian situasi secara positif dengan subjektif	22.Saya meninggalkan hp saya dikamar dan mendengarkan pembicaraan ayah saya saat sedang berkumpul di ruang keluarga 24. Ketika hp saya kehabisan batrai saat berkumpul, saya tetap tenang dan melanjutkan obrolan bersama teman-teman saya	23.Saya selalu mengecek <i>handphone</i> saya dimanapun saya berada 25. Saya tidak peduli dengan orang-orang di sekitar saya saat saya bermain <i>game</i> di <i>handphone</i> 26. Saya merasa kesal dan marah ketika saudara saya terus-menerus mengajak saya berbicara saat saya sedang menonton video di <i>youtube</i>
3.	<b>Mengontrol Keputusan (<i>decisional control</i>)</b>	Mampu mengambil tindakan secara positif atas permasalahan yang dihadapinya	27.Saya memilih untuk melewati panggilan masuk di <i>handphone</i> saya ketika sedang berbicara dengan teman 28.Agar pertemuan bersama	29.Saya selalu mengecek notifikasi di <i>handphone</i> saya walaupun saya sedang berbicara dengan teman 30. Sulit bagi saya untuk memilih antara menerima ajakan kakak

			<p>teman- teman menjadi berkualitas, saya menyarankan mereka untuk meletakkan hpnya masing masing diatas meja</p> <p>31. Saya akan mengabaikan notifikasi yang muncul di <i>handphone</i> saya ketika sedang berbicara denganteman</p> <p>32. Tidak apa-apa bagi saya untuk segera mematikan <i>handphone</i> ketika saudara saya ingin menceritakan permasalahannya</p>	<p>saya untuk keluar atau <i>streaming</i> konser musik kesukaan saya</p>
--	--	--	--	---

	Mampu mengambil keputusan	<p>33. Saya lebih memilih untuk membantu adik saya mengerjakan tugas dibandingkan bermain <i>game</i> online</p> <p>34. Saya lebih memilih untuk mematikan <i>handphone</i> saya pada saat berkumpul</p> <p>36. Saya bisa memahami materi dengan lebih baik dibanding saat saya bermain <i>game online</i></p>	<p>35. Saya bingung memilih antara membuka media social atau <i>ngobrol</i> dengan teman saya</p> <p>38. Saya bingung memilih untuk mematikan <i>handphone</i> saya atau tetap menyalakannya dalam mode <i>silent</i> agar tetap dapat melihat notifikasi walaupun sedang mengerjakan tugas bersama teman-teman saya</p>
	<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>18</b>



## Lampiran 2. Kuesioner Penelitian

Nama/inisial

Usia :

Jenis Kelamin : Laki-laki/Perempuan

Stambuk :

No. HP/WA/Email :

Durasi menggunakan HP dalam sehari :

- 4 jam
- 5 jam
- > 6 jam

Aktivitas penggunaan *smartphone* :

- Instagram
- Youtube
- Facebook
- Lainnya
- TikTok
- Whatsapp
- Game

Petunjuk Pengisian :

1. Isilah terlebih dahulu data pelengkap sebelum anda menjawab seluruh pernyataan dalam skala ini.
2. Berikut ini terdapat dua bagian skala (Skala 1 dan Skala 2) yang berisi sejumlah pernyataan.
3. Anda diminta untuk menjawab seluruh pernyataan dengan satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi anda saat ini.
4. Adapun pilihan jawaban sudah disediakan disebelah pernyataan yaitu: [SS]: Sangat Sesuai [S] : Sesuai [TS] : Tidak Sesuai [STS] : Sangat Tidak Sesuai.
5. Pilihlah satu jawaban yang tersedia, yang menurut anda sesuai dengan diri anda.
6. Semua jawaban adalah benar, tidak ada jawaban yang salah.
  1. Jawaban pernyataan pada skala ini sangat dirahasiakan.
  2. Periksa kembali jawaban anda dan pastikan tidak ada pernyataan yang terlewatkan.

**Atas kerjasama dan bantuannya saya ucapkan terima kasih.**

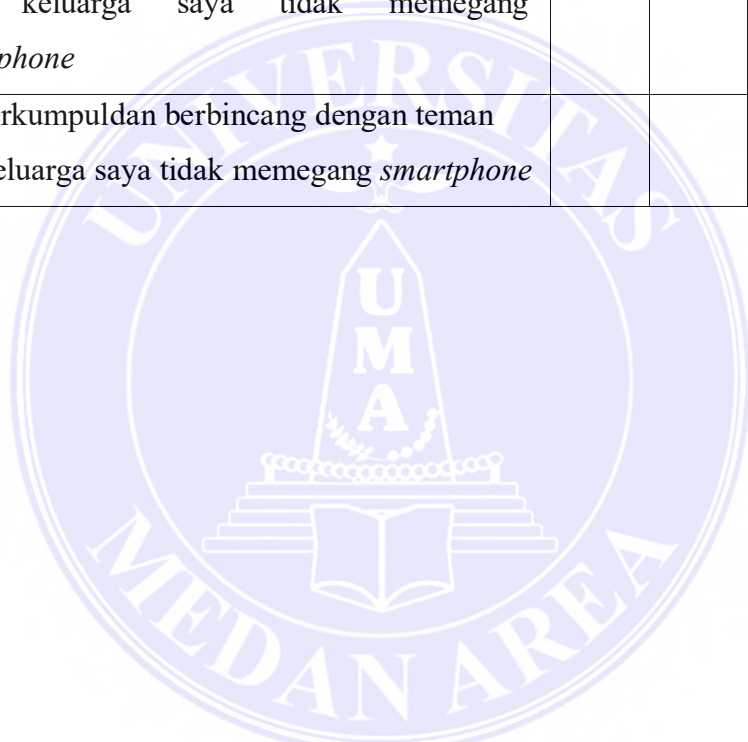
**Skala 1 Phubbing behavior**

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Saya tetap menatap layar <i>handphone</i> meskipun sedang berbicara dengan orang lain				
2	Saya membuka media sosial di <i>handphone</i> saya meskipun sedang berkumpul dengan teman				
3	Saya mengabaikan panggilan orang tua pada saat menonton <i>youtube</i>				
4	Saya menyimpan <i>handphone</i> saya ketika temandi sebelah saya sedang berbicara				
5	Saya memilih untuk menolak panggilan masuk ketika sedang berada dalam sebuah acara				
6	Saya meminta izin terlebih dahulu untuk menerima panggilan apabila sedang berbicara dengan teman				
7	Saya memilih membuka <i>handphone</i> ketika teman saya mulai bercerita				
8	Saya tidak bisa meninggalkan <i>game</i> di <i>handphone</i> saya, meskipun teman saya datang				
9	Saya senang melakukan komunikasi melalui <i>smartphone</i> dibandingkan berbicara secara langsung				
10	Saya tidak membuka <i>handphone</i> selama ketika bersama teman				
11	Ketika teman saya datang, saya berhenti bermain <i>game</i> di <i>handphone</i> saya				
12	Saya tidak membuka sosial media ketika sedang berkumpul dengan teman-teman				
13	Saya memilih untuk menunda membalas pesan di <i>handphone</i> saya ketika sedang berkumpul bersama keluarga				

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
14	Orang-orang sering menegur saya ketika saya menatap <i>handphone</i> saat mereka sedang berbicara				
15	Teman saya mengeluh ketika saya tidak mendengar saat mereka memanggil karena fokus dengan <i>handphone</i>				
16	Saya cenderung lamban dalam merespon obrolan teman saya karena terlalu asyik melihat media sosial di <i>smartphone</i> saya				
17	Saya cenderung lamban dalam merespon obrolan teman saya karena terlalu asyik melihat media sosial di <i>smartphone</i> saya				
18	Saya hanya sesekali melihat <i>handphone</i> saya, sehingga orang lain tidak pernah menegur saya				
19	Saya hanya membuka <i>handphone</i> seperlunya sehingga saya selalu mendengar dan menjawab ketika ada yang memanggil saya				
20	Saya merasa penggunaan <i>smartphone</i> itu mengganggu disaat sedang bersama teman				
21	Saya memilih untuk mengobrol dan saling bertukar informasi secara langsung daripada sibuk melihat <i>smartphone</i> masing-masing				
22	Saya terus bermain <i>game</i> di <i>handphone</i> sehingga membuat saya melewatkan waktu ibadah				
23	Ketika saya pergi dan lupa membawa <i>smartphone</i> , saya akan kembali pulang mengambilnya				

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
24	Saat berdiskusi dengan teman, saya meletakkan <i>handphone</i> di atas meja				
25	Saya membatasi waktu saat bermain <i>game</i> , sehingga saya tidak melakukannya secara berlebihan				
26	Saya akan membiarkan baterai <i>smartphone</i> saya terisi penuh terlebih dahulu, kemudian baru akan saya gunakan kembali				
27	Hal pertama yang saya lakukan ketika bangun tidur adalah memeriksa notifikasi di <i>handphone</i> agar tidak tertinggal informasi				
28	Saya merasa ada yang kurang ketika lupa membawa <i>handphone</i> saat pergi keluar				
29	Saya selalu meletakkan <i>smartphone</i> di dalam jangkuan saya				
30	Ketika bangun tidur, saya melakukan berbagai aktivitas terlebih dahulu dan memeriksa <i>handphone</i>				
31	Saya merasa khawatir dengan perasaan lawan bicara saya ketika saya terus menghadapi <i>smartphone</i>				
32	Saya merasa lebih cemas ketika saya tidak membawa dompet daripada tidak membawa <i>handphone</i> saat bepergian				
33	Waktu saya untuk berbagai aktivitas sosial berkurang karena <i>handphone</i>				
34	Saya sering mengabaikan benda di sekitar saya				

	karena fokus dengan <i>handphone</i>				
NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
35	Intensitas penggunaan <i>smartphone</i> saya meningkat dari hari ke hari				
36	Saya memiliki lebih banyak teman di kehidupan nyata daripada di dunia maya				
37	Saat berkumpul dan berbincang dengan teman atau keluarga saya tidak memegang <i>smartphone</i>				
38	Saat berkumpul dan berbincang dengan teman atau keluarga saya tidak memegang <i>smartphone</i>				





**Skala 2 Smartphone addiction**

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Saya tidak melakukan pekerjaan/kegiatan yang sudah saya rencanakan karena menggunakan <i>smartphone</i> .				
2	Saya sulit konsentrasi ketika di kelas, saat mengerjakan tugas, atau saat bekerja karena menggunakan <i>smartphone</i> .				
3	Saya merasakan nyeri/pegal di pergelangan tangan atau belakang leher ketika menggunakan <i>smartphone</i> .				
4	Saya tidak akan sanggup hidup tanpa <i>smartphone</i> .				
5	Saya merasa tidak sabar dan rewel ketika saya tidak memegang <i>smartphone</i> .				
6	Saya memikirkan <i>smartphone</i> saya meskipun saya sedang tidak menggunakannya.				
7	Saya tidak akan berhenti menggunakan <i>smartphone</i> meskipun <i>smartphone</i> sudah sangat mempengaruhi kehidupan sehari – hari saya.				
8	Saya terus – menerus mengecek <i>smartphone</i> saya agar tidak ketinggalan chat, status, atau unggahan orang lain di media sosial (whatsapp/ instagram/ line/ facebook/ twitter, dll.).				
9	Saya menggunakan <i>smartphone</i> lebih lama dari yang saya niatkan.				
10	Orang – orang di sekitar saya mengatakan bahwa saya terlalu banyak menggunakan <i>smartphone</i> .				

**Skala 3 Kontrol Diri**

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1	Saya mampu mengerjakan tugas dengan baik sembari mendengarkan musik di <i>handphone</i>				
2	Saya tidak dapat menyelesaikan tugas karena penggunaan <i>handphone</i> yang berlebihan				
3	Saya tetap fokus melaksanakan tugas, walaupun terdapat notifikasi sosial media di <i>handphone</i> saya				
4	Saya sulit untuk fokus mengerjakan tugas, karena pikiran saya tertuju pada notifikasi di <i>handphone</i> saya				
5	Saya tetap memperhatikan dosen saat menjelaskan materi walaupun terdapat notifikasi di <i>handphone</i> saya				
6	Saya merasa tidak tenang ketika tidak memegang <i>handphone</i> saya				
7	Keliru dalam mendengarkan informasi dari teman di sebelah saya saat saya sedang membuka instagram merupakan hal yang biasa terjadi pada saya				
8	Saya mengajak teman-teman saya untuk membuat video tiktok saat sedang berkumpul				
9	Saya sesekali memeriksa notifikasi agar tidak ketinggalan percakapan di media sosial, walau sedang berada dalam pertemuan				
10	Saya tetap membuka <i>handphone</i> saya walaupun sedang berkumpul dengan keluarga				
11	Saya akan mengatur <i>handphone</i> saya dalam mode				

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
	<i>silent</i> , saat sedang berkumpul dengan teman-teman				
12	Walaupun sedang berbicara dengan teman, saya seringkali membuka <i>handphone</i> dan sesekali membuat <i>story</i> di <i>Instagram</i>				
13	Saya menonton hal-hal yang menyenangkan di <i>youtube</i> saat saya menerima komentar buruk oleh orang-orang di sekitar saya				
14	Saya tidak peduli ketika teman disebelah saya tersinggung karena saya sibuk dengan <i>handphone</i> saya				
15	Saya dapat mengendalikan pikiran saya untuk tetap fokus dengan lawan bicara saya, meskipun ada telepon masuk				
16	Saya dapat mengalihkan perhatian saya dengan menonton <i>youtube</i> ketika saya sedang marah dengan adik disebelah saya				
17	Ketika adik saya bercerita, saya tidak fokus mendengarkan karena saya sibuk membuat konten tiktok				
18	Seringkali saya mengabaikan panggilan kakak di sebelah saya, ketika saya terlalu fokus melihat berita di <i>handphone</i> saya				
19	Saya meninggalkan hp saya dikamar dan mendengarkan pembicaraan ayah saya saat sedang berkumpul di ruang keluarga				
20	Saya selalu mengecek <i>handphone</i> saya dimanapun				

	saya berada				
--	-------------	--	--	--	--

No.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
21	Ketika hp saya kehabisan baterai saat berkumpul, saya tetap tenang dan melanjutkan obrolan bersama teman-teman saya				
22	Saya tidak peduli dengan orang-orang di sekitar saya saat saya bermain <i>game</i> di <i>handphone</i>				
23	Saya merasa kesal dan marah ketika saudara saya terus-menerus mengajak saya berbicara saat saya sedang menonton video di <i>youtube</i>				
24	Saya memilih untuk melewatkan panggilan masuk di <i>handphone</i> saya ketika sedang berbicara dengan teman				
25	Agar pertemuan bersama teman-teman menjadi berkualitas, saya menyarankan mereka untuk meletakkan hpnya masing masing di atas meja				
26	Saya akan mengabaikan notifikasi yang muncul di <i>handphone</i> saya ketika sedang berbicara dengan teman				
27	Saya selalu mengecek notifikasi di <i>handphone</i> saya walaupun saya sedang berbicara dengan teman				
28	Tidak apa-apa bagi saya untuk segera mematikan <i>handphone</i> ketika saudara saya ingin menceritakan permasalahannya				
29	Sulit bagi saya untuk memilih antara menerima ajakan kakak saya untuk keluar atau <i>streaming</i>				

	konser musik kesukaan saya				
30	Saya lebih memilih membantu adik saya mengerjakan tugas dibanding bermain <i>game</i> online				
<b>No.</b>	<b>PERNYATAAN</b>	<b>STS</b>	<b>TS</b>	<b>S</b>	<b>SS</b>
31	Saya lebih memilih untuk mematikan <i>handphone</i> saya pada saat berkumpul				
32	Saya bingung memilih antara membuka media sosial atau <i>ngobrol</i> dengan teman saya				
33	Saya bisa memahami materi dengan lebih baik dibanding saat saya bermain <i>game online</i>				
34	Berjalan-jalan di taman dengan keluarga lebih menyenangkan buat saya dibandingkan hanya berdiam dan bermain media sosial				
35	Saya bingung memilih untuk mematikan <i>handphone</i> saya atau tetap menyalakannya dalam mode <i>silent</i> agar tetap dapat melihat notifikasi walaupun sedang mengerjakan tugas bersama teman-teman saya				
36	Saat sedang berbicara dengan orang lain, saya dapat memotong pembicaraan demi membalas chat/pesan				
37	Saya tidak pernah mematikan <i>smartphone</i> saya, dengan siapapun dan dimanapun saya berada				
38	Saya tidak fokus dengan lawan bicara ketika ada telepon masuk				



## Lampiran 3

## Data Hasil Perhitungan SPSS

## Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test				
		<i>Smartphone addiction</i> (X1)	Self Control (X2)	<i>Phubbing behavior</i> (Y)
N		149	149	149
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,4745	-2,1194	5,0838
	Std. Deviation	51,08207	48,63264	50,07219
	Most Extreme Differences			
	Absolute	,062	,058	,075
	Positive	,054	,052	,039
	Negative	-,062	-,058	-,075
Test Statistic		,062	,058	,075
<b>Exact Sig. (2-tailed)</b>		<b>,598</b>	<b>,682</b>	<b>,350</b>
a. Test distribution is Normal.				

## Uji Multikolinearitas

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	(Constant)		
	<i>Smartphone addiction</i> (X1)	,847	1,180
	Self Control (X2)	,847	1,180

## Uji Heteroskedastisitas dengan Uji Glejser

Model		Coefficients <sup>a</sup>		Standardized Coefficients	t	Sig.
		Unstandardized Coefficients	Std. Error			
1	(Constant)	3,519	,250		14,094	,000
	<i>Smartphone addiction</i> (X1)	,004	,005	,068	,758	,450
	Self Control (X2)	-,004	,006	-,058	-,648	,518

a. Dependent Variable: abs\_res

**Uji Linieritas *Smartphone addiction* (X1) terhadap *Phubbing behavior* (Y)**

Model Summary and Parameter Estimates							
Dependent Variable: <i>Phubbing behavior</i> (Y)							
Model Summary						Parameter Estimates	
Equation	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
<b>Linear</b>	,448	119,339	1	147	<b>,000</b>	4,773	,656

The independent variable is *Smartphone addiction* (X1).

**Uji Linieritas Self Control (X2) terhadap *Phubbing behavior* (Y)**

Model Summary and Parameter Estimates							
Dependent Variable: <i>Phubbing behavior</i> (Y)							
Model Summary						Parameter Estimates	
Equation	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
<b>Linear</b>	,520	159,377	1	147	<b>,000</b>	3,510	-,743

The independent variable is Self Control (X2).

**Uji Multikolinieritas**

Model		Collinearity Statistics	
		Tolerance	VIF
1	(Constant)		
	<i>Smartphone addiction</i> (X1)	,847	1,180
	Self Control (X2)	,847	1,180

**Uji Heteroskedastisitas dengan Uji Glejser**

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3,519	,250		14,094	,000
	<i>Smartphone addiction</i> (X1)	,004	,005	,068	,758	<b>,450</b>
	Self Control (X2)	-,004	,006	-,058	-,648	<b>,518</b>

a. Dependent Variable: abs\_res

### Analisis Regresi Linear Berganda

Model		Coefficients <sup>a</sup>					Collinearity Statistics	
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
		B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	3,687	2,274		1,621	,107		
	Smartphone addiction (X1)	,448	,048	,457	9,248	,000	,847	1,180
	Self Control (X2)	-,559	,051	-,543	-10,969	,000	,847	1,180

a. Dependent Variable: *Phubbing behavior* (Y)

### Uji Korelasi

Correlations				
		Smartphone addiction (X1)	Self Control (X2)	Phubbing behavior (Y)
Smartphone addiction (X1)	Pearson Correlation	1	-,391**	,669**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000
	N	149	149	149
Self Control (X2)	Pearson Correlation	-,391**	1	-,721**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000
	N	149	149	149
Phubbing behavior (Y)	Pearson Correlation	,669**	-,721**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	
	N	149	149	149

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

### Uji Signifikansi Pengaruh Parsial (Uji t)

Model		Coefficients <sup>a</sup>					Collinearity Statistics	
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF
		B	Std. Error	Beta				
1	(Constant)	3,687	2,274		1,621	,107		
	Smartphone addiction (X1)	,448	,048	,457	9,248	,000	,847	1,180
	Self Control (X2)	-,559	,051	-,543	-10,969	,000	,847	1,180

a. Dependent Variable: *Phubbing behavior* (Y)

### Uji Pengaruh Simultan dengan Uji *F*

		ANOVA <sup>a</sup>				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	258794,418	2	129397,209	168,266	,000 <sup>b</sup>
	Residual	112274,813	146	769,006		
	Total	371069,230	148			

a. Dependent Variable: *Phubbing behavior* (Y)  
b. Predictors: (Constant), Self Control (X2), *Smartphone addiction* (X1)

### Koefisien Determinasi

Model Summary <sup>b</sup>					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,835 <sup>a</sup>	,697	,693	27,73095	2,002

a. Predictors: (Constant), Self Control (X2), *Smartphone addiction* (X1)  
b. Dependent Variable: *Phubbing behavior* (Y)

## Lampiran 4

T Tabel

df	0,05	0,025
1	6.314	12.706
2	2.920	4.303
3	2.353	3.182
4	2.132	2.776
5	2.015	2.571
6	1.943	2.447
7	1.895	2.365
8	1.860	2.306
9	1.833	2.262
10	1.812	2.228
11	1.796	2.201
12	1.782	2.179
13	1.771	2.160
14	1.761	2.145
15	1.753	2.131
16	1.746	2.120
17	1.740	2.110
18	1.734	2.101
19	1.729	2.093
20	1.725	2.086
21	1.721	2.080
22	1.717	2.074
23	1.714	2.069
24	1.711	2.064
25	1.708	2.060
26	1.706	2.056
27	1.703	2.052
28	1.701	2.048
29	1.699	2.045
30	1.697	2.042
31	1.696	2.040
32	1.694	2.037
33	1.692	2.035
34	1.691	2.032
35	1.690	2.030
36	1.688	2.028
37	1.687	2.026
38	1.686	2.024
39	1.685	2.023
40	1.684	2.021
41	1.683	2.020
42	1.682	2.018
43	1.681	2.017
44	1.680	2.015
45	1.679	2.014
46	1.679	2.014
47	1.678	2.013
48	1.677	2.012
49	1.677	2.011
50	1.676	2.010
51	1.675	2.008
52	1.675	2.007

df	0,05	0,025
53	1.674	2.006
54	1.674	2.005
55	1.673	2.004
56	1.673	2.003
57	1.672	2.002
58	1.672	2.002
59	1.671	2.001
60	1.671	2.000
61	1.670	2.000
62	1.670	1.999
63	1.669	1.998
64	1.669	1.998
65	1.669	1.997
66	1.668	1.997
67	1.668	1.996
68	1.668	1.995
69	1.667	1.995
70	1.667	1.994
71	1.667	1.995
72	1.666	1.993
73	1.666	1.993
74	1.666	1.993
75	1.665	1.992
76	1.665	1.992
77	1.665	1.991
78	1.665	1.991
79	1.664	1.990
80	1.664	1.990
81	1.664	1.990
82	1.664	1.989
83	1.663	1.989
84	1.663	1.989
85	1.663	1.988
86	1.663	1.988
87	1.663	1.988
88	1.662	1.987
89	1.662	1.987
90	1.662	1.987
91	1.662	1.986
92	1.662	1.986
93	1.661	1.986
94	1.661	1.986
95	1.661	1.985
96	1.661	1.985
97	1.661	1.985
98	1.661	1.984
99	1.660	1.984
100	1.660	1.984
101	1.660	1.984
102	1.660	1.983
103	1.660	1.983
104	1.660	1.983

df	0,05	0,025
105	1.659	1.983
106	1.659	1.983
107	1.659	1.982
108	1.659	1.982
109	1.659	1.982
110	1.659	1.982
111	1.659	1.982
112	1.659	1.981
113	1.658	1.981
114	1.658	1.981
115	1.658	1.981
116	1.658	1.981
117	1.658	1.980
118	1.658	1.980
119	1.658	1.980
120	1.658	1.980
121	1.658	1.980
122	1.657	1.980
123	1.657	1.979
124	1.657	1.979
125	1.657	1.979
126	1.657	1.979
127	1.657	1.979
128	1.657	1.979
129	1.657	1.979
130	1.657	1.978
131	1.657	1.978
132	1.656	1.978
133	1.656	1.978
134	1.656	1.978
135	1.656	1.978
136	1.656	1.978
137	1.656	1.977
138	1.656	1.977
139	1.656	1.977
140	1.656	1.977
141	1.656	1.977
142	1.656	1.977
143	1.656	1.977
144	1.656	1.977
145	1.655	1.976
146	1.655	1.976
147	1.655	1.976
148	1.655	1.976
149	1.655	1.976
150	1.655	1.976
151	1.655	1.976
152	1.655	1.976
153	1.655	1.976
154	1.655	1.975
155	1.655	1.975
156	1.655	1.975

df	0,05	0,025
157	1.655	1.975
158	1.655	1.975
159	1.654	1.975
160	1.654	1.975
161	1.654	1.975
162	1.654	1.975
163	1.654	1.975
164	1.654	1.975
165	1.654	1.974
166	1.654	1.974
167	1.654	1.974
168	1.654	1.974
169	1.654	1.974
170	1.654	1.974
171	1.654	1.974
172	1.654	1.974
173	1.654	1.974
174	1.654	1.974
175	1.654	1.974
176	1.654	1.974
177	1.654	1.973
178	1.653	1.973
179	1.653	1.973
180	1.653	1.973
181	1.653	1.973
182	1.653	1.973
183	1.654	1.973
184	1.653	1.973
185	1.653	1.973
186	1.653	1.973
187	1.653	1.973
188	1.653	1.973
189	1.654	1.973
190	1.653	1.973
191	1.653	1.972
192	1.653	1.972
193	1.653	1.972
194	1.653	1.972
195	1.654	1.972
196	1.653	1.972
197	1.653	1.972
198	1.653	1.972
199	1.653	1.972
200	1.653	1.972



## Lampiran 5

Distribusi *r Product Moment*

Derajat Bebas	Tingkat Signifikansi	Nilai kritis t	Nilai kritis r (r tabel)
121	0.05	1.979763738	0.177132523
122	0.05	1.979599854	0.176413614
123	0.05	1.97943866	0.175703388
124	0.05	1.979280091	0.175001669
125	0.05	1.979124084	0.17430829
126	0.05	1.978970576	0.173623087
127	0.05	1.978819508	0.172945901
128	0.05	1.978670823	0.172276576
129	0.05	1.978524465	0.171614962
130	0.05	1.978380378	0.170960911
131	0.05	1.978238512	0.170314281
132	0.05	1.978098814	0.169674932
133	0.05	1.977961236	0.169042729
134	0.05	1.97782573	0.168417539
135	0.05	1.977692248	0.167799235
136	0.05	1.977560747	0.16718769
137	0.05	1.977431183	0.166582782
138	0.05	1.977303512	0.165984392
139	0.05	1.977177694	0.165392404
140	0.05	1.977053689	0.164806705
141	0.05	1.976931458	0.164227183
142	0.05	1.976810963	0.163653732
143	0.05	1.976692167	0.163086246
144	0.05	1.976575034	0.162524622
145	0.05	1.976459531	0.161968759
146	0.05	1.976345623	0.161418561
147	0.05	1.976233277	0.160873932
148	0.05	1.976122461	0.160334778
149	0.05	1.976013145	0.159801008
150	0.05	1.975905298	0.159272533
151	0.05	1.97579889	0.158749267
152	0.05	1.975693894	0.158231123
153	0.05	1.975590281	0.15771802
154	0.05	1.975488024	0.157209876
155	0.05	1.975387096	0.156706612

156	0.05	1.975287473	0.156208149
157	0.05	1.975189128	0.155714413
158	0.05	1.975092037	0.155225329
159	0.05	1.974996177	0.154740824
160	0.05	1.974901524	0.154260827
161	0.05	1.974808055	0.153785269
162	0.05	1.974715749	0.153314083
163	0.05	1.974624584	0.1528472
164	0.05	1.974534539	0.152384557
165	0.05	1.974445593	0.151926089
166	0.05	1.974357726	0.151471734
167	0.05	1.974270919	0.151021431
168	0.05	1.974185153	0.15057512
169	0.05	1.974100409	0.150132743
170	0.05	1.974016669	0.149694241
171	0.05	1.973933915	0.149259559
172	0.05	1.97385213	0.148828642
173	0.05	1.973771297	0.148401435
174	0.05	1.9736914	0.147977886
175	0.05	1.973612422	0.147557943
176	0.05	1.973534347	0.147141554
177	0.05	1.973457161	0.14672867
178	0.05	1.973380848	0.146319243
179	0.05	1.973305393	0.145913223
180	0.05	1.973230782	0.145510565
181	0.05	1.973157001	0.145111222
182	0.05	1.973084036	0.144715148
183	0.05	1.973011873	0.1443223
184	0.05	1.9729405	0.143932634
185	0.05	1.972869904	0.143546106
186	0.05	1.972800071	0.143162676
187	0.05	1.97273099	0.142782303
188	0.05	1.972662649	0.142404944
189	0.05	1.972595036	0.142030562
190	0.05	1.972528138	0.141659117
191	0.05	1.972461946	0.141290571
192	0.05	1.972396447	0.140924886
193	0.05	1.972331631	0.140562026
194	0.05	1.972267488	0.140201954
195	0.05	1.972204006	0.139844636
196	0.05	1.972141177	0.139490035

197	0.05	1.972078988	0.139138118
198	0.05	1.972017432	0.138788851
199	0.05	1.971956498	0.138442201
200	0.05	1.971896178	0.138098135

