

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Di era saat ini, perkembangan teknologi komunikasi mengalami kemajuan sangat pesat. Salah satu perkembangan teknologi komunikasi yang sangat pesat ialah *smartphone* yang dapat menyampaikan pesan dalam hitungan detik. *Smartphone* atau telepon pintar saat ini sudah menjadi yang tidak terpisahkan dari setiap orang, masyarakat saat ini sangat antusias menggunakan *smartphone* sebagai alat untuk berkomunikasi dengan orang lain. Banyak hal yang bisa kita lakukan ketika menggunakan *smartphone*, seperti dalam berkomunikasi kita bisa memanfaatkan internet yang ada di dalamnya untuk menggunakan aplikasi yang tersedia di *smartphone* seperti *Whatsapp*, *Instagram*, *LINE*, atau bahkan kita bisa berkomunikasi langsung dengan orang lain melalui *video call* (Timbowo, 2016). Dengan kemudahan yang diciptakan oleh *smartphone* dalam berkomunikasi, membuat masyarakat lebih senang berinteraksi di dunia maya dari pada di dunia nyata.

Berdasarkan hasil penelitian dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2022) menunjukkan bahwa *smartphone* merupakan perangkat yang paling sering terhubung ke internet dibandingkan dengan penggunaan komputer atau laptop. Dari hasil tersebut terlihat bahwa pengguna internet menggunakan media tersebut setiap hari mencapai 89,03%. Pada hasil penelitian Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2022) pengguna internet tertinggi yaitu usia 13-18 tahun mencapai 99,16% dan disusul oleh usia 19-34 tahun mencapai 98,64%. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa salah satu kalangan terbesar dalam mengakses internet di Indonesia adalah remaja.

Dengan kemudahan akses internet yang terdapat pada *smartphone*, hal ini membuat remaja menjadi sibuk menatap layar *smartphone* yang dia pegang setiap saat dibanding harus berinteraksi dengan orang-orang yang berada di sekitarnya. Perilaku seperti ini sering terlihat saat seseorang sedang bersama orang lain, misalnya saat bertemu keluarga, jalan-jalan bersama pasangan dan teman, salah satu atau sebagian dari mereka sibuk dengan memainkan *smartphonenya*. Perasaan bosan yang timbul di tengah percakapan adalah faktor utama bagi remaja pengguna *smartphone* dan mengabaikan lawan bicaranya. Tindakan remaja yang mengabaikan atau tidak memperdulikan lingkungan sekitar karena lebih fokus terhadap *smartphonenya* daripada ikut berpartisipasi dalam percakapan dikenal dengan istilah *Phubbing* (Fadilah et al., 2022).

Idealnya remaja menjalankan tugas-tugas perkembangannya yaitu menerima perubahan fisiknya, mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya berbeda jenis kelamin, mencapai kemandirian emosi dari

orangtua dan orang dewasa lainnya, mempersiapkan karir ekonomi, menerima dan mencapai tingkah laku sosial yang bertanggung jawab dan berinteraksi dalam masyarakat (Hurlock, 1994). Namun, kenyataannya hal ini berbeda dengan remaja saat ini yang tidak bisa terlepas dari *smartphone* dengan kemudahan untuk mengakses internet yang terdapat di dalamnya karena menurut mereka *smartphone* adalah hal utama bagi kehidupan mereka. Tanpa adanya *smartphone* mungkin mereka merasa tidak bisa berinteraksi secara cepat, efektif, dan mudah. Padahal hal itu yang membuat dirinya menjadi bersikap kurang peduli dengan lingkungan sekitar.

Penggunaan *smartphone* memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positifnya yaitu mempermudah dalam berkomunikasi, meningkatkan hubungan sosial, memudahkan memperoleh informasi dengan adanya internet di dalam *smartphone*. Di samping membawa dampak positif bagi kehidupan remaja, penggunaan *smartphone* sebagai alat untuk berkomunikasi juga memberikan dampak negatif. Salah satu dampak negatif dari penggunaan *smartphone* adalah *phubbing*.

Berkaitan dengan hal tersebut peneliti melakukan observasi pada 1 dan 2 April 2023 ketika peneliti berada di salah satu *coffee shop* yang berada di Jakarta dan Tangerang, peneliti melihat kegiatan yang dilakukan oleh dua remaja yang asyik memainkan *smartphonenya* mereka tidak saling berkomunikasi satu sama lain, juga terdapat dua atau empat remaja yang lain juga fokus memainkan *smartphone*, tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya dan mereka hanya berkomunikasi seperlunya saja ketika duduk bersebelahan. Kegiatan remaja yang menggunakan *smartphone* membuat remaja menjadi lebih acuh dengan lingkungan sekitarnya sehingga remaja tersebut dapat dikatakan *phubbing* (Siahaan, 2022).

*Phubbing* merupakan sebuah kata singkatan dari *phone* dan *snubbing*, dan digunakan untuk menunjukkan sikap menyakiti lawan bicara dengan menggunakan *smartphone* yang berlebihan (Youarti & Hidayah, 2018). Menurut Karadağ et al, (2015) *Phubbing* dapat didefinisikan sebagai seseorang yang melihat ponselnya saat berbicara dengan orang lain, memegang dan melihat ponselnya, dan menjauhkan diri dari komunikasi antar pribadi. Aspek perilaku *phubbing* yaitu pertama, *communication disturbance* yakni gangguan komunikasi yang disebabkan oleh adanya *smartphone* yang menjadi faktor pengganggu terjadinya komunikasi tatap muka. Kedua, adalah *phone obsession* yaitu perilaku obsesi terhadap hadirnya *smartphone*.

*Phubbing* disebabkan oleh pengguna yang tidak mengetahui cara menggunakan teknologi dengan bijak (penggunaan *smartphone* secara berlebihan). Hal ini dapat terjadi karena seseorang merasa bosan dan tidak tertarik dengan percakapan oleh lawan bicara. *Phubbing* melibatkan penggunaan *smartphone* dalam lingkungan sosial dua orang atau lebih, dan berinteraksi dengan *smartphone* daripada orang-orang yang ada disekitarnya.

Orang yang menghina atau menyakiti lawan bicaranya dalam situasi sosial dengan memperhatikan *smartphonenya* disebut “*phubber*”, dan orang yang diabaikan oleh temannya dalam situasi sosial karena temannya menggunakan atau memeriksa *smartphone* mereka disebut “*phubbee*”.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat diketahui bahwa perilaku *phubbing* terjadi ketika remaja tersebut tidak bisa jauh dari *smartphonenya*, melihat *smartphonenya* saat berkomunikasi dan fokus pada *smartphonenya* saat berkomunikasi dengan temannya. Perilaku *phubbing* didefinisikan sebagai suatu tindakan mengabaikan lawan bicara. Hal ini diduga bahwa kecerdasan emosional sebagai salah satu faktor yang berpotensi dalam perilaku *phubbing* (Veronika, 2021).

Dalam perilaku *phubbing* yang dilakukan remaja dapat dikatakan bahwa adanya kaitan dengan kecerdasan emosional pada diri individu, dimana individu tidak dapat mengontrol setiap perilaku yang dilakukan sehingga tidak memedulikan orang yang ada di sekitar lingkungan pada saat berinteraksi (Veronika, 2021). Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 2020). Menurut Salovey dan Mayer (dalam Goleman, 2020) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan.

Menurut Goleman (2020) ada beberapa aspek dari kecerdasan emosional, yang pertama ialah kesadaran diri yaitu kemampuan untuk mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri. Artinya, tidak adanya kesadaran diri pada individu maka individu tidak dapat memperhatikan dirinya secara akurat, maka hal itu akan merugikan dirinya dan berdampak negatif bagi orang lain. Kedua ialah mengelola emosi yaitu kemampuan untuk menenangkan diri sendiri, menghilangkan kecemasan, kesuraman, dan konsekuensi dari kegagalan pada keterampilan emosional sehingga berdampak positif terhadap dirinya sendiri maupun orang lain. Ketiga ialah motivasi yaitu menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi. Keempat yaitu mengenali emosi pada orang lain (empati) yaitu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan orang lain. Kelima ialah keterampilan sosial yaitu kemampuan untuk menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial dan mampu berinteraksi dengan lancar pada oranglain.

Untuk memperkuat fenomena mengenai perilaku *phubbing* dan kecerdasan emosional pada remaja maka peneliti melakukan wawancara kepada subjek penelitian. Berikut adalah hasil wawancara dengan empat remaja:

*“Kalau lagi kumpul kayak gini sama temen-temen aku tuh kayak tetep harus ngecek smartphone terus, kayak kalo beberapa menit tidak melihat smartphone tuh kayak cemas gitu takut ketinggalan info. Aku lebih suka ngobrol lewat smartphone si sebenarnya karena kalau pembicaraannya habis kan masih bisa share-share konten lucu atau yang lagi viral biar pembicaraannya ada terus, kalau ngobrol langsung kayak gini malah jadi canggung gitu, bingung bahas apa jadi tetep asyik main smartphone sendiri aja scroll-scroll media sosial. (C, 17 Tahun, 2 April 2023).*

Pada kesempatan lain ditemukan hasil yang sama dari wawancara yang dilakukan pada subjek lain. Berikut hasil wawancara yang dimaksud:

*“Smartphone aku selalu aku genggam sih, aku tidak bisa lepas aja dari smartphone. Kayak aku harus mengecek tiap saat smartphone aku walau sekedar cek notifikasi, scrolling sosial media dan e-commerce. Karena teman-teman aku juga sama kayak gitu tidak bisa jauh dari smartphone jadi wajar aja sih kayaknya sekarang. Kalau lagi kumpul bareng kayak gini biasanya yang satu ngajak ngobrol yang lain sibuk sama smartphonenya kayak gitu aja terus si jadinya pada males juga ngajak ngobrol secara langsung gini kadang kalo lagi ngomong di dienger aja udah syukur si kak apalagi di respon langsung ya, yang penting kumpul bareng dan sudah share aktivitas kita di sosial media.” (T, 17 Tahun, 2 April 2023).*

Pada lain kesempatan, ditemukan hasil yang berbeda dari wawancara yang dilakukan pada subjek lain. Berikut hasil wawancara yang dimaksud:

*“Aku bakal meletakkan smartphone aku si ka kalau lagi ngobrol sama orang lain, karena aku tuh tidak enak kalau ngobrol dengan orang lain tapi tetap memainkan smartphone. Kesannya aku mengabaikan dan tidak menghargai pembicaraan yang diucapkan orang lain dan kalau aku berbicara lalu lawan bicara aku tetap memainkan smartphonenya, aku juga bakal ngerasa kayak risih juga gitu sih. Jadi aku paling cek smartphone cuma kalau lagi ada yang penting aja sih.” (A, 18 Tahun, 1 April 2023).*

Selanjutnya, ditemukan hasil yang sama dari wawancara yang dilakukan pada subjek lain. Berikut hasil wawancara yang dimaksud:

*“Aku kalau lagi kumpul sama temen-temen bakalan taruh smartphone aku sih, kayak aku kan udah ada temen ngobrol secara langsung jadi aku bakal ngobrol sama temen aku ini sih dibanding memainkan smartphone. Kalau aku main smartphone kan kasian lawan bicara aku nanti kalau dia sakit hati karena aku lebih asyik sama smartphone aku, aku tidak mau kayak gitu sih kayak tidak enak aja kan bisa nanti kalau tidak ada pembicaraan atau nanti pas di rumah memainkan smartphonenya.” (I, 19 Tahun, 1 April 2023).*

Dari hasil keempat wawancara dengan subjek penelitian diatas, terlihat perbedaan dari keempat remaja tersebut. C dan T yang berusia 17 tahun, diduga memiliki perilaku *phubbing* yang tinggi dimana C dan T tidak bisa jauh dari *smartphonenya*, tidak dapat mengendalikan penggunaan *smartphone*-nya ketika bersama temannya, tidak memiliki kepekaan bahwa memainkan *smartphone* tersebut dapat menyakiti orang lain serta memiliki kecerdasan emosional yang rendah dimana ia tidak mampu mengelola kemampuan untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain yang diabaikan saat berkomunikasi. Sedangkan A dan I yang berusia 18 dan 19 tahun, diduga memiliki perilaku *phubbing* yang rendah dimana A dan I dapat mengendalikan penggunaan *smartphonenya* saat berkomunikasi dan mampu memfokuskan perhatiannya pada pembicaraan yang sedang berlangsung. Selain itu, A dan I juga diduga memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dimana ia memiliki kesadaran diri untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar, mampu memotivasi dirinya untuk mengendalikan penggunaan *smartphonenya* dan dapat menjalin hubungan baik dengan orang lain.

Pada saat remaja berkumpul dengan teman-temannya dan ia memiliki kecerdasan emosional rendah maka cenderung membuat remaja berperilaku *phubbing*, dimana ia akan terus-menerus memainkan *smartphonenya* saat sedang berkomunikasi, tidak bisa memotivasi dirinya untuk mengendalikan penggunaan *smartphone*, tidak mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar, serta sulit untuk melepas penggunaan *smartphonenya* tanpa adanya komunikasi secara tatap muka terhadap orang lain, tidak mampu membina hubungan baik dengan mengabaikan lawan bicara. Sebaliknya, ketika remaja dengan yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi ia dapat memotivasi dirinya untuk mengendalikan penggunaan *smartphone*, mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan sekitar, mempunyai kepekaan terhadap lawan bicaranya dengan memberikan respon yang baik dalam komunikasi tersebut.

Dugaan bahwa kecerdasan emosional memiliki keterkaitan terhadap perilaku *phubbing* remaja sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang diketahui bahwa kecerdasan emosi dapat berkaitan dengan beberapa aspek dalam kehidupan. Dari hasil penelitian (Halim & Masykur, 2022) mengenai peran kecerdasan emosi terhadap kecemasan jauh dari *smartphone* pada remaja diketahui bahwa kecerdasan emosi memiliki hubungan yang signifikan terhadap kecemasan jauh dari *smartphone* pada remaja. Hal tersebut diduga sejalan dengan penelitian ini bahwa kecerdasan emosi yang ada pada remaja memiliki keterkaitan terhadap perilaku *phubbing* hal ini dapat diamati dari perilaku yang dimunculkan oleh remaja tersebut. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Veronika, 2021) mengenai hubungan kecerdasan emosi dengan perilaku *phubbing* pada mahasiswa yang melibatkan 272 subjek membuktikan dan menunjukkan bahwa semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin tinggi

perilaku *phubbing*. Dengan kata lain, individu yang tidak mampu mengendalikan kecerdasan emosi dengan baik, maka cenderung melakukan *phubbing*.

Berdasarkan fenomena mengenai perilaku *phubbing* yang ditemukan pada remaja yang telah diuraikan sebelumnya dan menunjukkan adanya keterkaitan antara kecerdasan emosional dengan perilaku *phubbing*, maka dengan ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional dengan perilaku *phubbing*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah tertera pada latar belakang, maka dapat dirumuskan masalah didalam penelitian ini “Apakah terdapat Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Perilaku *Phubbing* pada Remaja?”

## 1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Perilaku *Phubbing* pada Remaja.

### 1.3.2 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, maka penelitian ini memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dan pengetahuan dalam ilmu psikologi serta memberikan wawasan dan informasi untuk penelitian-penelitian berikutnya yang berkaitan dengan Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Perilaku *Phubbing* pada Remaja.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan informasi serta membantu remaja untuk mampu memahami kecerdasan emosionalnya agar lebih bijaksana dalam mengatur penggunaan *smartphone* sehingga dapat menggunakan *smartphone* dengan lebih baik dan menghasilkan perilaku yang positif.