

HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT DAN SMARTPHONE ADDICTION TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU PHUBBING PENGGUNA SOCIAL MEDIA PADA SISWA KELAS XI MAN 3 JAKARTA PUSAT

Azzahra Wijayanti Irawan¹, Tatiyani²

^{1,2} Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Pangeran Diponegoro No.74, RT.2/RW.6, Kenari, Kec. Senen, Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus
Ibukota Jakarta 10430

E-mail : azzahra.wijayanti.irawan@upi-yai.ac.id¹, tatiyani@upi-yai.ac.id²

ABSTRAK

Indonesia sebagai salah satu negara dengan pengguna social media tertinggi di Dunia. Hal ini berdasarkan hasil riset We Are Social yang dikutip dari Mahdi (2022) bahwa tercatat sekitar 191 juta pengguna aktif social media di Indonesia pada Januari 2022 dengan peningkatan 12,35% dari tahun sebelumnya dengan menghabiskan 3 jam dalam sehari untuk menggunakan social media. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada Hubungan antara Fear of Missing Out dan Smartphone Addiction terhadap Kecenderungan Perilaku Phubbing Pengguna Social Media pada Siswa Kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Populasi dari jumlah siswa sebanyak 220 siswa laki-laki dan perempuan dengan sampel berjumlah 140 siswa laki-laki dan perempuan. Pengumpulan data menggunakan skala likert dan pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah positif yang signifikan antara fear of missing out dengan kecenderungan perilaku phubbing sebesar $r = 0,748$ dengan $p = 0,000$ dan terdapat hubungan dengan arah positif yang signifikan antara smartphone addiction dengan perilaku phubbing sebesar $r = 0,782$ dengan $p = 0,000$. Hasil analisis data dengan multivariate correlation menggunakan SPSS 25.0 for windows diperoleh koefisien determinasi R square sebesar 0,618 dan berdasarkan regresi korelasi multivariat diperoleh nilai koefisien korelasi $R = 0,786$ dan $p = 0,000$ yang berarti terdapat hubungan antara fear of missing out dan smartphone addiction terhadap kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat.

Kata Kunci : Kecenderungan Perilaku Phubbing, Fear of Missing Out, Smartphone Addiction

ABSTRACT

Indonesia to be one of the countries with the highest social media users in the world. This is based on the results of We Are Social research quoted from Mahdi (2022) that there were around 191 million active social media users in Indonesia in January 2022 with an increase of 12.35% from the previous year with spend 3 hours a day using social media. The purpose of this study is to determine a relationship between Fear of Missing Out and Smartphone Addiction to Phubbing Behavior of Social Media Users in XI Grade Students of MAN 3 Central Jakarta. The population of the number of students is 220 male and female students with a sample 140 male and female students. Collecting data using a Likert scale and taking samples using simple random sampling method. The results showed that there was a significant positive relationship between fear of missing out and phubbing behavior of $r = 0.748$ with $p = 0.000$ and there was a significant positive relationship between smartphone addiction and phubbing behavior of $r = 0.782$ with $p = 0.000$. Furthermore, the results of data analysis with multivariate correlation using SPSS 25.0 for windows obtained a determination coefficient of R square of 0.618 and based on multivariate correlation regression obtained a correlation coefficient of $R = 0.786$ and $p = 0.000$, which means there is a relationship between fear of missing out and smartphone addiction to behavior phubbing of social media users in class XI MAN 3 students in Central Jakarta.

Keywords: Phubbing Behavior, Fear of Missing Out, Smartphone Addiction

1. PENDAHULUAN

Indonesia dapat dikatakan sebagai salah satu negara dengan pengguna social media tertinggi di Dunia. Hal ini berdasarkan hasil riset *We Are Social* yang dikutip dari Mahdi (2022) bahwa tercatat sekitar 191 juta pengguna aktif social media di Indonesia pada Januari 2022 dengan peningkatan 12,35% dari tahun sebelumnya. Penduduk di Indonesia dapat menghabiskan 3 jam dalam sehari untuk menggunakan social media.

Dalam Aprinta dan Dwi (2017, p.66) terdapat survey yang dilakukan oleh Frontier Consulting Group Indonesia pada tahun 2012 terhadap perilaku digital remaja Indonesia dengan responden remaja berusia 13-19 tahun serta didapatkan hasil bahwa 91.2% remaja aktif menggunakan social media dengan kegiatan mengunggah dan mengunduh di

dalam akun social media mereka. Remaja cenderung dapat menghabiskan waktu 3-5 jam dalam sehari untuk menggunakan social media. Menurut Santrock dalam Abdurrahman et al. (2020, p.47) rentang usia 15-18 tahun dapat dikatakan sedang mengalami masa remaja akhir atau sedang menduduki bangku Sekolah Menengah Akhir (SMA).

Remaja saat ini, mendapatkan banyak kemudahan dalam mengakses social media untuk mencari berbagai informasi serta menjadi tempat komunikasi satu sama lain namun, hal tersebut disalahgunakan saat berkumpul bersama teman, keluarga maupun saat sedang proses belajar mengajar serta asik sendiri mengakses social media. Perilaku ini dapat dikatakan sebagai perilaku phubbing yang didefinisikan sebagai perilaku

menyakiti individu dengan tidak memperhatikan individu terdekatnya karena sibuk mengakses smartphone (Rahayu, 2021, p.520).

Menurut Roberts dan David (dalam Jannatuna'im, 2022, p.18). Kata phubbing berasal dari kata "phone" yang berarti ponsel dan kata "snubbing" yang berarti melecehkan. Sehingga dapat dijabarkan bahwa phubbing merupakan suatu perilaku yang mengabaikan atau bersikap acuh tak acuh di dalam lingkungan sosial karena terfokus pada smartphone serta tidak memperhatikan lawan bicara saat berinteraksi

dengannya. Perilaku phubbing cenderung mengarahkan pandangan hanya ke smartphone-nya saja alih-alih berkomunikasi dengan lawan bicaranya. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku phubbing,

salah satunya yaitu fear of missing out. Przybylski et al. (2013, p.1841) mendefinisikan fear of missing out sebagai suatu perasaan takut akan kehilangan suatu peristiwa berharga ketika individu tidak berada didalamnya. Hal ini dapat ditandai dengan keinginan individu untuk tetap terhubung dan terlibat dengan individu lain dalam kehidupan mereka. Salah satunya dengan memantau internet atau social media agar tidak melewatkan informasi sedikitpun (Liang et al., 2022, p.11). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sandjaja dan Syahputra (2019, p.226) didapatkan hasil bahwa fear of missing out memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kecenderungan perilaku phubbing sehingga pengaruh variabel fear of missing out terhadap kecenderungan perilaku phubbing pada siswa bertanda positif. Hal ini

dapat diartikan jika terjadi peningkatan pada fear of missing out maka akan menyebabkan peningkatan terhadap munculnya kecenderungan perilaku phubbing pada siswa.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi kecenderungan perilaku phubbing adalah smartphone addiction. Menurut Kwon et al (dalam Hasanah et al., 2020, p.184). Smartphone addiction merupakan kecanduan terhadap penggunaan smartphone yang menyebabkan kecenderungan munculnya masalah sosial terhadap individu. Menurut Yan (2015) smartphone addiction dapat menyebabkan individu selalu menyibukkan diri dengan menggunakan smartphone secara terus-menerus serta kesulitan untuk mengurangi dan berhenti dalam menggunakan smartphone. Individu dengan smartphone

Addiction akan menggunakan smartphone sebagai alternatif untuk melarikan diri dari masalah untuk memperbaiki mood individu dari perasaan dasingkan, kecemasan, kesepian serta depresi (Mawarpury et al., 2020, p.27). Dalam penelitian yang dilakukan

oleh Isrofin dan Munawaroh (2021,p.18) yang memiliki hasil bahwa terdapat kontribusi yang positif dan signifikan dalam smartphone addiction terhadap perilaku phubbing. Sehingga dapat diartikan semakin tinggi kecenderungan individu dalam smartphone addiction, maka akan semakin tinggi pula kecenderungan munculnya perilaku phubbing. Kecenderungan Perilaku phubbing dengan fear of missing out dan smartphone addiction saling berhubungan satu sama lain. Perilaku yang mengabaikan atau bersikap acuh tak acuh di dalam

lingkungan sosial karena terfokus pada smartphone serta tidak memperhatikan lawan bicara saat berinteraksi dengannya dapat disebabkan karena individu memiliki ketakutan akan ketertinggalan informasi terkait hal-hal terkini dan kecanduan terhadap penggunaan smartphone maka akan memiliki kecenderungan akan timbulnya perilaku phubbing pada individu tersebut.

Berdasarkan hasil uraian latar belakang di atas, penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Fear of Missing Out dan Smartphone Addiction dengan Perilaku Kecenderungan Phubbing Pengguna Social Media pada Siswa Kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat”. Latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka penulis mengemukakan masalah yang dirumuskan sebagai berikut Apakah ada hubungan antara fear of missing out dan kecenderungan phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat?, Apakah ada hubungan antara smartphone addiction dan kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat? Dan apakah ada hubungan antara fear of missing out dan smartphone addiction dengan kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat?

2. METODOLOGI PENELITIAN

1. Definisi Konseptual

Kecenderungan Perilaku phubbing merupakan perilaku yang dapat menyakiti individu lain dengan berpura-pura memperhatikan ketika diajak berkomunikasi namun pandangannya sedikit demi sedikit tertuju pada smartphone yang sedang di

genggamnya padahal mereka berada dalam tempat yang sama namun mereka cenderung menutup diri dari interaksi sosial.

Fear of missing out merupakan perasaan takut dan khawatir akan tertinggal informasi tentang individu atau kelompok lain sehingga ia memiliki keinginan untuk terus memantau social media secara terus-menerus, tidak akan melewatkan kesempatan untuk berinteraksi sosial, mendapatkan momen yang berharga, atau peristiwa-peristiwa lainnya.

Smartphone addiction merupakan penggunaan smartphone dengan waktu yang berlebihan serta melibatkan diri sendiri dengan sangat mendalam pada suatu hal yang menyebabkan ketergantungan sehingga kontrol diri yang dimiliki individu menghilang dan cenderung menyebabkan individu memiliki kebutuhan atau kebiasaan untuk mengambil smartphone dan memeriksanya secara terus- menerus saat bergetar atau berdering.

3. LANDASAN TEORI

1. Perilaku Phubbing

Kecenderungan Perilaku Phubbing merupakan bentuk perilaku anti sosial baru yang pada tahun 2012 tercatat para ahli bahasa di Australia sepakat memberikan istilah ini untuk menggambarkan fenomena menunjukan sikap menyakiti lawan bicara dengan menggunakan

smartphone secara berlebihan dengan sebutan kata phubbing. (Abivian, 2022) Kecenderungan Perilaku phubbing dapat ditemukan di berbagai tempat dimana individu melakukan aktivitas sehari-hari seperti saat makan, rapat, belajar, ataupun arisan dengan kurangnya kontak mata yang dianggap kasar atau lalai serta menunjukkan jarak dan ketidaktertarikan diantara individu selama percakapan berlangsung (Tekkam et al., 2020).

2. Fear of Missing Out

Menurut Gil et al. (dalam Zhang, 2020, p.3) fear of missing out merupakan suatu sikap yang menggambarkan perasaan individu bahwa ia tidak menjadi bagian dari suatu hal yang sedang terjadi dalam lingkungan sosial.

menurut Alt dan Boniel- Nissim (dalam Zanah & Rahardjo, 2020) individu dengan fear of missing out tidak akan melewatkan kesempatan untuk berinteraksi sosial, mendapatkan momen yang berharga, atau peristiwa-peristiwa lainnya serta individu yang memiliki fear of missing out yang tinggi cenderung agresif dalam mencari peluang untuk terlibat dalam social media.

3. Smartphone Addiction

Menurut Kim (dalam Akbar et al., 2022, p.142) smartphone addiction merupakan kecanduan jenis baru yang muncul karena perkembangan media termasuk internet dan juga smartphone yang dapat menyebabkan penggunaannya terhadap perkembangan media tersebut melampaui batas. Menurut Sari et al. (2022) Smartphone addiction didefinisikan sebagai sebuah perilaku keterikatan terhadap

smartphone yang dapat menyebabkan terjadinya masalah sosial seperti menarik diri, kesulitan dalam melakukan kegiatan sehari-hari, dan sebagai gangguan terhadap kontrol terhadap diri sendiri. Menurut Cho et al. (dalam Sugito et al., 2022, p.506) smartphone addiction merupakan penggunaan smartphone dengan waktu yang berlebihan serta melibatkan diri sendiri dengan sangat mendalam pada suatu hal yang menyebabkan ketergantungan sehingga kontrol diri yang dimiliki individu menghilang dan muncul kecemasan psikologis pada individu.

4. HIPOTESIS

Ha1: Terdapat hubungan antara fear of missing out dan kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat?

Ha2: Terdapat hubungan antara smartphone addiction dan kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat?

Ha3: Terdapat hubungan antara fear of missing out dan smartphone addiction dengan

kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat.

5. Hasil dan Pembahasan

Hasil perhitungan dengan metode analisis data Bivariate Correlation dengan koefisien korelasi antara Fear of Missing Out dengan Perilaku phubbing adalah $r = 0,728$ dan $p = 0,000 < ; p = 0,05$, dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara Fear of Missing Out dengan Kecenderungan Perilaku Phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi Fear of Missing Out maka akan semakin tinggi pula kecenderungan munculnya Perilaku Phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Begitupun sebaliknya, semakin rendah Fear of Missing Out maka akan semakin rendah pula kecenderungan munculnya Perilaku Phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Al-Saggaf (2020) bahwa fear of missing out memiliki hubungan yang positif secara signifikan yang dapat diartikan jika semakin tinggi Fear of Missing Out maka akan semakin tinggi pula kecenderungan munculnya Perilaku Phubbing.

Pada hasil analisis kedua dengan metode analisis data Bivariate Correlation dengan koefisien korelasi antara Smartphone Addiction dengan Kecenderungan Perilaku phubbing adalah $r = 0,748$ dan $p = 0,000 ; < p = 0,05$, dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara Smartphone Addiction dengan Kecenderungan Perilaku Phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi Smartphone Addiction maka akan semakin tinggi pula kecenderungan munculnya Perilaku Phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Begitupun sebaliknya, semakin rendah Smartphone Addiction maka akan semakin rendah pula kecenderungan munculnya Perilaku Phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat.

Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Taufik et al. (2020, p.325) bahwa terdapat hubungan positif yang cukup kuat antara smartphone addiction dan kecenderungan perilaku phubbing. Pendapat ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari dan Oktaviani (2020, p.95) bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan terhadap kecenderungan perilaku phubbing yang dapat diartikan ketika individu memiliki smartphone addiction yang tinggi maka kecenderungan munculnya perilaku phubbing pun akan semakin tinggi juga.

Berdasarkan hasil analisis statistik pada hipotesis ketiga dengan menggunakan metode Multivariate Correlation antara variabel Fear of Missing Out dan Smartphone Addiction terhadap Kecenderungan Perilaku Phubbing diperoleh koefisien korelasi R sebesar 0,786 dan $R^2 = 0,618$ dengan $p = 0,000$; $< p = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara Fear of Missing Out dan Smartphone Addiction terhadap Kecenderungan Perilaku Phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Sehingga dapat diartikan bahwa hipotesis yang berbunyi terdapat hubungan antara fear of missing out dan smartphone addiction terhadap kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat diterima.

6. Kesimpulan

Terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara fear of missing out dengan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Hal ini menyatakan bahwa semakin tinggi fear of missing out maka semakin tinggi pula kecenderungan munculnya perilaku phubbing. Begitupun sebaliknya, semakin rendah fear of missing out maka semakin rendah pula kecenderungan munculnya perilaku phubbing. Terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara smartphone addiction dengan kecenderungan perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat. Hal ini menyatakan bahwa semakin tinggi smartphone addiction maka semakin tinggi pula kecenderungan munculnya perilaku phubbing. Begitupun sebaliknya, semakin rendah smartphone addiction maka semakin

rendah pula kecenderungan munculnya perilaku phubbing. Terdapat hubungan yang signifikan antara fear of missing out dan smartphone addiction terhadap perilaku phubbing pengguna social media pada siswa kelas XI MAN 3 Jakarta Pusat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprinta, G. E. B. & Dwi, E. S. W. (2017). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Kepekaan Sosial di Usia Remaja. *THE MESSENGER*, 9(1): 65-69.
- Abdurrahman, B. (2020). Gambaran Pengetahuan tentang Phubbing Akibat Kecanduan Gadget pada Generasi Z di SMA Negeri 9 Kota Pekanbaru Provinsi Riau. *Jurnal Keperawatan Abdurrahman*, 3(2), 46-52.
- Rahayu, Beauty B. (2021). Intesitas Mengakses Media Sosial Dengan Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa. *PSIKOBORNEO: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3): 519-527.
- Jannatuna'im, E. (2022). Perilaku Phubbing dan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami Istri. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 13-27.
- Przybylski, A. K. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841-1848.
- Liang, L. dkk. (2022). Psychological Distress and Internet Addiction Following the COVID-19 Outbreak: Fear of Missing Out and Boredom Proneness as Mediators. *ELSEVIER: Archives of Psychiatric Nursing*, 40 (2022), 8-14.
- Sandjaja, Stefanus S. & Syahputra, Y. (2019). Has a Fear of Missing Out Contributed to Phubbing Among Students?. *IJICC: International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 5(6): 219-230.

- Hasanah, U. dkk. (2020). Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Perilaku Agresif Pada Remaja. *PROYEKSI: Jurnal Psikologi*, 15(2): 182-191.
- Mawarpury, M. dkk. (2020). Kecenderungan Adiksi Smartphone Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Usia. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 5(1): 24-37.
- Isrofin, B. & Munawaroh, E. (2021). The Effect of Smartphone Addiction and Self-Control on Phubbing Behavior. *JKBK: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 6(1): 15-22.
- Abivian, M. (2022). Gambaran Perilaku Phubbing dan Pengaruhnya terhadap Remaja pada Era Society 5.0. *Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 5(2), 155-164.
- Tekkam, S. D. dkk. (2020). Consequence of Phubbing on Psychological Distress Among The Youth of Hyderabad. *Medical Journal of Dr. D. Y. Patil Vidyapeeth*, 13(6): 642-647.
- Nazir, T. & Bulut, S. (2019) Phubbing and What Could Be Its Determinants: A Dugout of Literature. *Scientific Research Publishing*, 10, 819-829.
- Zhang, Z. dkk. (2020). Fear of Missing Out Scale: a self- concept perspective. *Wiley Online Library: Psychology & Marketing*, 37(11): 1619-1634.
- Tanhan, F. dkk. (2022). Fear of Missing Out (FoMO): A Current Review. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 14(1): 74-85.
- Akbar, Ali. dkk. (2022). The Effect of Smartphone Addiction on The Self-Efficacy of Student in SMK Negeri 1 Mesuji Makmur. *SNIPP 2: Seminar Nasional Inovasi dan Pembaruan Pendidikan*, 1(1): 140-152.
- Sari, Putu A. W. dkk. (2022). Hubungan Adiksi Smartphone dengan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UNIZAR. *Musyawarah Nasional Asosiasi Fakultas Kedokteran Swasta Indonesia*, 155-166.
- Sugito, Rifky A. dkk. (2022). Hubungan Smartphone Addiction dengan Kelelahan Mata pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2020 dan Tinjauannya Menurut Islam. *Junior Medical Journal*, 1(4): 504-511.
- Al-Saggaf, Yeslam. (2020). Phubbing, Fear of Missing Out and Boredom. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 6: 325-257.
- Ratnasari, Eny & Oktaviani, Fikri D. (2020). Perilaku Phubbing pada Generasi Muda. *METAKOM: Jurnal Kalian Komunikasi*, 4(1): 89-104.