

Pencegahan Perilaku Phubbing Pada Generasi Millennial

Muhammad Asriadi¹, Masni², Asriati³, Muhammad Qasas Hasyim⁴

¹Pendidikan Teknik Informatika & Komputer, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Makassar

²Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan, Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan, Universitas Bosowa

³Pendidikan Bahasa Inggris, Fakultas Bahasa & Sastra, Universitas Negeri Makassar

⁴Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Abstrak. Kegiatan PKM ini dilaksanakan di Madrasah Aliyah DDI Al-Ihsan Kanang, Desa Batetangnga, Kecamatan Binuang, Kabupaten Polewali Mandar. Masalahnya adalah: 1). Kurangnya pengetahuan peserta didik terkait perilaku phubbing, 2). Kurangnya pemahaman peserta didik akan dimensi dan ruang lingkup perilaku phubbing, 3). Kurangnya pemahaman peserta didik tentang factor-faktor yang mempengaruhi perilaku phubbing, 4). Kurangnya pengetahuan terkait Langkah pencegahan terhadap perilaku phubbing. Sasaran dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah Peserta Didik Kelas XI sebagai pengguna aktif media sosial yang dalam proses sosial di sekolah rentan dengan perilaku phubbing. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, diskusi, demonstrasi dan pendampingan. Hasil yang dicapai dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah 1). Peserta didik memiliki pengetahuan terkait perilaku phubbing, 2). Peserta didik memahami akan dimensi dan ruang lingkup perilaku phubbing, 3). Peserta didik memiliki pengetahuan tentang factor-faktor yang mempengaruhi perilaku phubbing, 4). Peserta didik memiliki pemahaman terkait Langkah pencegahan terhadap perilaku phubbing. Sehingga hubungan sosial dari interaksi yang dilakukan sehari-hari disekolah dapat terjalin ikatan yang baik dari siswa ke siswa maupun siswa ke guru di lingkungan sekolah.

Kata Kunci: *Phubbing*, Perilaku, Peserta Didik, Media Sosial

Abstract. This PKM activity was carried out at the DDI Al-Ihsan Kanang Madrasah Aliyah, Batetangnga Village, Binuang District, Polewali Mandar Regency. The problems are: 1). Lack of knowledge of students related to phubbing behavior, 2). Lack of students' understanding of the dimensions and scope of phubbing behavior, 3). Lack of students' understanding of the factors that influence phubbing behavior, 4). Lack of knowledge regarding Steps to prevent phubbing behavior. The target in carrying out this activity is Class XI Students as active users of social media who in social processes at school are prone to phubbing behavior. The methods used are lectures, questions and answers, discussions, demonstrations and mentoring. The results achieved in the implementation of this activity are 1). Students have knowledge related to phubbing behavior, 2). Students understand the dimensions and scope of phubbing behavior, 3). Students have knowledge about the factors that influence phubbing behavior, 4). Students have an understanding regarding steps to prevent phubbing behavior. So that social relations from interactions that are carried out daily at school can establish good bonds from students to students and students to teachers in the school environment.

Keywords: Phubbing, Behavior, Learners, Social Media

I. PENDAHULUAN

PKM ini dilaksanakan pada Madrasah Aliyah DDI Al-Ihsan Kanang, Desa Batetangnga, Kecamatan Binuang, Kabupaten Polewali Mandar.



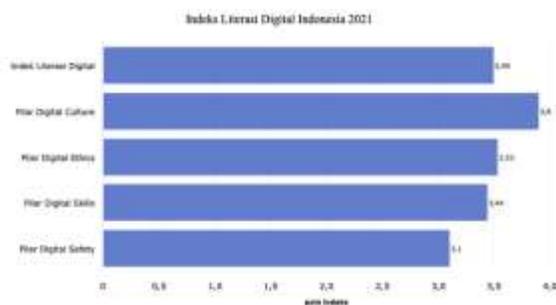
Gambar 1. Madrasah Aliyah DDI Al-Ihsan Kanang Mitra Kegiatan PKM

Kondisi yang di alami Mitra sebagai berikut:

- a. Kurangnya pengetahuan peserta didik terkait perilaku phubbing.
- b. Kurangnya pemahaman peserta didik akan dimensi dan ruang lingkup perilaku phubbing.
- c. Kurangnya pemahaman peserta didik tentang factor-faktor yang mempengaruhi perilaku phubbing.

d. Kurangnya pengetahuan terkait Langkah pencegahan terhadap perilaku phubbing.

Teknologi informasi telah memberi banyak kemajuan bagi kehidupan manusia, terlebih semakin meningkatnya pemanfaatan computer dan internet dalam membantu memudahkan berbagai pekerjaan dan aktivitas sehari-hari. Seluruh aspek dalam kehidupan perlahan telah beralih menuju arah digitalisasi dengan didukung kebijakan literasi digital. Dalam literasi digital dikenal empat pilar yang menjadi ruanglingkup dari kemampuan yang dituntut dalam Gerakan tersebut yaitu keterampilan digital, budaya digital, etika digital serta keamanan digital. Dengan adanya 4 pilar ini diharapkan masyarakat dapat mengikuti perkembangan dunia digital secara baik, produktif dan sesuai dengan nilai-nilai yang dijunjung tinggi dalam kehidupan budaya, berbangsa dan bernegara.



Gambar 2. Index Literasi Digital Indonesia 2021

Jika melihat dari survey index literasi digital di Indonesia saat ini yang dilakukan Katadata Insight Center (KIC) dan Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) memperlihatkan hasil indeks literasi digital Indonesia berada di level 3,49 pada 2021. Angka tersebut menempatkan indeks literasi digital Indonesia masih berada dalam kategori sedang dengan skala skor indeks 0-5 dengan sebaran jenis kelamin, sebanyak 56,6% responden

berjenis kelamin perempuan dan 43,4% adalah laki-laki. Sementara menurut pengelompokan generasi, sebanyak 43,8% responden merupakan Generasi Y/Milenial (23-38 tahun), ada 28,6% responden adalah kelompok Generasi Z (13-22 tahun), terdapat 23,9% responden dari Generasi X (39-54 tahun), serta 3,6% responden merupakan kelompok Baby Boomer (55-70 tahun).

Seiring berkembangnya teknologi dan informasi, tawaran dari modernitas semakin sulit dihindari. Esensinya, seseorang menggunakan alat komunikasi seperti telephone adalah ketika dirinya ingin menyampaikan sebuah informasi kepada orang lain, namun terkendala jarak. Begitu juga dengan internet, seseorang memanfaatkannya hanya untuk mengakses informasi-informasi yang dibutuhkan. Namun dengan berkembangnya zaman dan teknologi informasi, orang-orang telah terhegemoni oleh fasilitas yang terdapat pada smartphone.

Smartphone adalah telepon pintar yang bisa difungsikan mirip dengan computer. Menu-menu yang umumnya ada di smartphone, tidak lagi hanya untuk menelpon saja. Dengan dilengkapi akses internet dan bisa dibawa kemana-mana, seseorang bahkan merasa menggenggam dunia ketika smartphone ada di tangannya.

Dengan smartphone, berkirim pesan kepada orang lain tidak hanya bisa dilakukan personal saja. Dengan sekali update status di salah satu media sosial, seseorang bisa mengirimkan pesan kepada jutaan orang di seluruh penjuru dunia. Tidak hanya itu, dua orang yang berjauhan juga bisa dimudahkan bertatap muka tanpa harus bertemu langsung dengan layanan video call. Bahkan, media rekreasi dan refreshing, juga bisa dipindahkan ke dalam genggam dengan jutaan jenis games yang tersedia.

Sayangnya, dengan segala kemudahan yang ditawarkan, seseorang sering lupa akan dampak negatifnya, contohnya adalah apa yang disebut dengan perilaku Phubbing. Phubbing adalah sebuah kata singkatan dari phone dan snubbing, dan digunakan untuk menunjukkan sikap menyakiti lawan bicara dengan menggunakan smartphone yang berlebihan. Seseorang dengan perilaku phubbing terindikasi menyakiti orang lain dengan pura-pura memperhatikan saat diajak berkomunikasi, tetapi pandangannya sebentar-sebentar tertuju pada smartphone yang ada di tangannya.

Perilaku Phubbing menurut Karadag (2015 : 8) adalah perilaku individu yang melihat telepon genggam ketika bicara dengan orang lain dan berurusan dengan telepon genggam sehingga mengabaikan komunikasi interpersonal. Phubbing merupakan suatu konsep yang membuat seseorang tidak menghormati orang lain, tidak membina maupun mengembangkan suatu hubungan, tidak berkomunikasi dengan orang lain karena lebih mementingkan telepon genggam dan lingkungan virtualnya dari pada orang-orang dikehidupan nyata. Menurut Chotpitayana Sunondh dan Douglas (2016 : 6), perilaku phubbing merupakan perilaku mengabaikan atau mengacuhkan rekan bicara yang dapat menyakiti perasaan orang tersebut.

Alex Haigh dalam Normawati (2018 : 160) mengatakan bahwa phubbing merupakan tindakan yang mengabaikan orang lain dalam lingkungan sosial dengan memperhatikan smartphone serta tidak berbicara dengan orang lain secara langsung. Normawati et. Al (2018 : 160) berpendapat bahwa perilaku phubbing merupakan sikap acuh terhadap orang lain yang sedang bersosialisasi atau berinteraksi secara langsung dengan cara membagi fokus, mendengarkan lawan bicara sambil fokus dengan smartphone. Hal tersebut dapat menyakiti lawan bicara dan memperburuk suatu hubungan.

Sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Koc dan Ugur (2015 : 1024), mengartikan perilaku phubbing merupakan perilaku yang lebih mementingkan smartphone daripada berinteraksi secara langsung dengan individu lain, apabila hal tersebut menjadi kebiasaan maka dapat mengganggu lingkungan sekitar. Individu yang sudah terbiasa melakukan perilaku phubbing tidak akan mudah melepaskan smartphonenya meskipun terdapat aturan yang telah di tetapkan.

Adapun menurut Nazir dan Piskin (2016 : 44), perilaku phubbing adalah perilaku yang mengarahkan pandangan kepada smartphone selama percakapan berlangsung dan tidak mengarahkan pandangan kepada lawan bicara. David E dan Roberts A (2017 : 156), mengatakan bahwa perilaku phubbing dapat memberikan dampak negatif terhadap kesejahteraan individu yang terkena dampak dari perilaku phubbing. Sehingga perilaku phubbing secara langsung dapat menghambat interaksi antarpribadi yang terjalin menjadi kurang baik.

Generasi remaja saat ini, yang biasa juga disebut dengan generasi Z atau Net generasi atau generasi millennial adalah generasi yang paling berpotensi melakukan phubbing. Karena generasi ini termasuk generasi yang sangat akrab dengan gadget. Umumnya generasi ini berada pada rentan 13 – 22 tahun dan menempuh jenjang pendidikan pada bangsu SMP dan SMA, sehingga penting dilakukannya sosialisasi sehingga perilaku-perilaku demikian dapat di minimalisir. Dampak yang ditimbulkan sangat jelas, bahwa perilaku phubbing secara tidak langsung akan menurunkan kualitas relasi sosial yang terbangun sebelumnya serta mempengaruhi Kesehatan mental orang yang berperilaku demikian serta orang disekitarnya.

Aktivitas media sosial yang meningkat hari ini akibat kondisi pandemi yang belum juga menunjukkan tanda-tanda akan berakhir dalam

waktu dekat membuat perilaku ini dapat dengan mudah dijumpai dalam interaksi sehari-hari baik di dalam keluarga, masyarakat maupun sekolah. Melalui berbagai fitur entertainment yang ditawarkan, serta konsentrasi peserta didik yang terpaku selama memegang gawai yang tujuannya mencari berita, menonton, bermain game ataupun bermain sosial media yang tanpa terasa telah menghilangkan esensi interaksi. Sehingga perlu adanya langkah dalam menekan perilaku demikian dengan tepat demi kebaikan bersama di waktu mendatang.

Dari realitas yang terjadi diatas menunjukkan betapa memprihatinkannya proses sosial yang ada saat ini terlebih dilakukan tanpa mampu dirasakan dan memiliki dampak jangka Panjang terhadap orang-orang disekeliling pelaku phubbing, permasalahan diatas menunjukkan bahwa masalah tersebut merupakan masalah yang kompleks dan meningkatkan resiko terjadinya kasus serupa ditengah proses pembelajaran yang berjalan saat ini. Oleh sebab itu perlu kiranya untuk melakukan workshop kepada peserta didik tentang Sosialisasi Pencegahan Perilaku *Phubbing* pada Generasi Millennial.

Beberapa permasalahan yang dialami mitra adalah :

- a. Kurangnya pengetahuan peserta didik terkait perilaku *phubbing*.
- b. Kurangnya pemahaman peserta didik akan dimensi dan ruang lingkup perilaku *phubbing*.
- c. Kurangnya pemahaman peserta didik tentang factor-faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing*.
- d. Kurangnya pengetahuan terkait Langkah pencegahan terhadap perilaku *phubbing*.

II. METODE YANG DIGUNAKAN

Dalam pelaksanaannya, akan disajikan materi pelatihan dalam bentuk ceramah, tanya jawab, diskusi, demonstrasi dan pendampingan. Kegiatan awal pada program kemitraan masyarakat ini adalah dengan melakukan survei terhadap peserta didik terkait pemahaman awal perilaku phubbing dan dampak-dampak yang ditimbulkan. Pemberian angket berisi kuisisioner dilakukan untuk mengukur seberapa besar tingkat pemahaman awal peserta didik terhadap perilaku phubbing. Setelah melalui tahap analisis kemudian melangkah pada kegiatan-kegiatan yang disusun sebagai langkah solusi pencegahan perilaku phubbing bagi generasi milenial seperti peserta didik. Peserta dalam kegiatan ini adalah Peserta didik Kelas XI Madrasah Aliyah DDI Al-Ihsan Kanang.

III. PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

Adapun Langkah-langkah kegiatan dalam pelaksanaan program PKM ini sebagai berikut:

1. Edukasi esensi perilaku phubbing.

Pada proses ini dilaksanakan kegiatan yang dapat memberikan pemahaman terkait hakikat dari perilaku phubbing. Dalam tahapan kegiatan, dilakukan pengumpulan materi-materi terkait esensi perilaku phubbing. Pengumpulan materi dilakukan dengan menggunakan referensi terbaru serta mudah dalam penggunaannya sehingga dapat diaplikasikan dengan baik dan lancar. Tahapan kegiatan selanjutnya adalah penyusunan materi dengan mempertimbangkan media penyajian yang menarik sehingga dapat meningkatkan motivasi mitra dalam mengikuti program pelatihan ini. Materi yang telah dikumpulkan kemudian disusun dan dikemas secara konkrit agar mudah dipahami oleh mitra pada saat penyajiannya. Tahapan kegiatan

selanjutnya adalah penyajian materi terkait esensi perilaku phubbing. Pada tahapan ini disajikan materi dari bahan yang telah dikumpulkan dan disusun serta dikemas secara menarik kepada mitra di MA DDI Al-Ihsan Kanang. Tahapan akhir dalam kegiatan ini adalah melakukan evaluasi diri terkait kegiatan edukasi esensi perilaku phubbing dengan survei menggunakan instrument angket. Output yang dihasilkan dari tahapan-tahapan pada kegiatan ini adalah, bahan-bahan materi kegiatan, draf materi kegiatan, dokumentasi pelaksanaan penyajian materi, serta hasil survei terkait edukasi perilaku phubbing.



Gambar 3. Edukasi Perilaku Phubbing

2. Dimensi dan ruang lingkup perilaku phubbing.

Pada kegiatan ini dilakukan langkah yang dapat memberi pemahaman melalui demonstrasi langsung terkait dengan dimensi dan ruanglingkup perilaku phubbing serta hubungannya dengan literasi digital dalam hal ini literasi media dan digital ethic. Dalam tahapan kegiatan, dilakukan penyajian demonstrasi terkait dimensi dalam perilaku phubbing dan kaitannya dalam literasi digital yang telah dipersiapkan untuk kegiatan sosialisasi ini. Dalam pelaksanaannya diperlihatkan mengenai dimensi dan ruanglingkup dalam perilaku phubbing. Pada prosesnya dipaparkan tentang perbedaan-perbedaan perilaku dalam menghadapi era digital

serta kategori-kategori perilaku yang tergolong kedalam penyimpangan. Tahapan akhir dalam kegiatan ini adalah melakukan evaluasi diri terkait ruanglingkup perilaku phubbing dan hubungannya dengan literasi digital atau literasi media dengan survei menggunakan instrument angket. Output yang dihasilkan dari tahapan-tahapan pada kegiatan ini adalah, dokumentasi pelaksanaan penyajian materi, notulensi diskusi setelah materi berlangsung, serta hasil survei terkait ruanglingkup dimensi dan ruanglingkup perilaku phubbing.



Gambar 4. Pengenalan Ruang Lingkup Perilaku Phubbing

3. Dampak dan factor-faktor yang mempengaruhi perilaku phubbing

Pada kegiatan ini disajikan materi tentang dampak yang ditimbulkan dan factor-faktor yang mempengaruhi perilaku phubbing. Dalam tahapan kegiatan, dilakukan penyajian materi serta simulasi dampak yang timbul terhadap interaksi sosial dari perilaku phubbing. Dalam pelaksanaannya peserta didik diajak untuk melakukan ilustrasi dari perilaku phubbing kemudian diminta untuk mendeskripsikan tentang tekanan yang dirasakan dari perilaku phubbing dari orang disekitarnya. Tahapan kegiatan selanjutnya adalah menyajikan factor-faktor yang memberi pengaruh terhadap timbulnya perilaku phubbing utamanya dilingkungan sekolah. Dalam pelaksanaannya peserta didik diajak untuk mengevaluasi proses atau cara mereka berinteraksi satu sama lain

sehingga tidak tergolong kepada unsur-unsur yang memberi dampak terhadap munculnya perilaku phubbing. Tahapan akhir dalam kegiatan ini adalah melakukan evaluasi diri terkait tingkat keterserapan materi yang diberikan dengan survei menggunakan instrument angket. Output yang dihasilkan dari tahapan-tahapan pada kegiatan ini adalah, dokumentasi persiapan materi, dokumentasi pelaksanaan, serta hasil survei terkait pelaksanaan dari materi dalam tahapan kegiatan.



Gambar 4. Analisis Dampak dan Factor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Phubbing

4. Langkah pencegahan perilaku phubbing.

Pada kegiatan ini dilaksanakan analisis terhadap respon yang tepat dalam mencegah perilaku phubbing khususnya pada lingkungan sekolah. Dalam tahapan kegiatan, diilustrasikan terkait langkah yang harus dilakukan ketika terjadi atau belum terjadinya perilaku phubbing. Dalam pelaksanaannya disajikan tentang tindakan yang harus dilakukan bila terjadi perilaku phubbing dimana dilihat dari sudut pandang korban atau orang yang berada disekitar tindakan phubbing terjadi. Tahapan kegiatan selanjutnya adalah analisis terhadap respon bila mana merasa telah melakukan perilaku phubbing. Dalam pelaksanaannya dilakukan analisis pemetaan respon yang tepat bila seseorang merasa telah melakukan Tindakan phubbing dalam proses interaksi sosialnya sehingga dapat

mengevaluasi dirinya agar tidak menimbulkan kesan negative terhadap orang disekitarnya. Tahapan akhir dalam kegiatan ini adalah melakukan evaluasi diri terkait Langkah pencegahan dari perilaku phubbing dengan survei menggunakan instrument angket. Output yang dihasilkan dari tahapan-tahapan pada kegiatan ini adalah dokumentasi pelaksanaan dan hasil survei terkait analisis data hasil pelaksanaan evaluasi pembelajaran berbasis *game*.



Gambar 5. Demonstrasi Pencegahan Perilaku Phubbing

IV. KESIMPULAN

Dari pelaksanaan kegiatan PKM yang dilakukan, menunjukkan hasil yang positif sehingga dapat memberi dampak yang baik dalam aktivitas sosial yang dijalannya terutama terkait pencegahan perilaku phubbing. Adapun hasil dari setiap sesi dari kegiatan yang dilakukan dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

- a) Peserta didik memiliki pengetahuan terkait perilaku phubbing,
- b) Peserta didik memahami akan dimensi dan ruang lingkup perilaku phubbing,
- c) Peserta didik memiliki pengetahuan tentang factor-faktor yang mempengaruhi perilaku phubbing,
- d) Peserta didik memiliki pemahaman terkait Langkah pencegahan terhadap perilaku phubbing.



PROSIDING

SEMINAR NASIONAL HASIL PENGABDIAN 2022

Tema: "Membangun Negeri dengan Inovasi Tiada Henti melalui Pengabdian kepada Masyarakat"

LP2M-Universitas Negeri Makassar, 26 November 2022

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi yang telah memberikan hibah dalam pelaksanaan program kegiatan ini. Selanjutnya ucapan terima kasih disampaikan pula kepada Rektor Universitas Negeri Makassar atas arahan dan pembinaanya selama proses kegiatan Pengabdian Masyarakat berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Ketua Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat UNM dan Pemerintah Kabupaten Polewali Mandar serta Provinsi Sulawesi Barat. Demikian pula ucapan terima kasih disampaikan kepada mitra PKM Madrasah Aliyah DDI Al-Ihsan Kanang, Desa Batetangnga, Kecamatan Binuang, Kabupaten Polewali Mandar. yang telah memberi dukungan serta kerja sama yang baik pada kegiatan PKM hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of "phubbing" on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304-316.
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155-163.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of behavioral addictions*, 4(2), 60-74.
- Nazir, T., & Pişkin, M. (2016). Phubbing: A technological invasion which connected the world but disconnected humans. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 2348-5396.

- Normawati et. al. (2018). Pengaruh Kampanye Lets Talk Disconnect To Connect" Terhadap Sikap Anti Phubbing (Survey Pada Followers Official Account Line Starbucks Indonesia)". *Jurnal Komunikasi*, 3, 160.
- Ugur, N. G., & Koc, T. (2015). Time for digital detox: Misuse of mobile technology and phubbing. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 195, 1022-1031.