

PHUBBING BEHAVIOR IN TEENAGERS

Randi Irawan¹, Difla Alfi Khoirotun Nisa², Gina Raudatul Jannah³, Muhammad Taufiq Syahputra⁴, Riza Muqi Mulhaq⁵ and Rahayu Farida⁶.

2211102433025@umkt.ac.id¹, 2211102433028@umkt.ac.id², 2211102433020@umkt.ac.id³,
1911102433014@umkt.ac.id⁴, 1811102433062@umkt.ac.id⁵

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

ABSTRAK

Phubbing adalah perilaku di mana individu terlalu sibuk menggunakan *smartphone* sehingga mengabaikan orang lain saat berinteraksi sebagai bentuk pelarian dari interaksi yang sedang berlangsung. Jika dilakukan secara terus-menerus, terutama pada masa remaja, hal ini dapat merusak hubungan interpersonal dan kedekatan emosional dengan orang-orang terdekat. Penelitian ini bertujuan mengembangkan Skala Perilaku *Phubbing* pada Remaja berdasarkan teori dari Chotpitayasunondh, Douglas, dan lainnya. Dengan menggunakan teknik *non-probability sampling*, penelitian melibatkan 254 responden dari berbagai wilayah di Indonesia. Instrumen yang digunakan adalah skala *Likert* yang mencakup empat aspek: Gangguan Komunikasi, Obsesi terhadap Ponsel, Kontrol Diri, dan Penalaran yang Buruk. Analisis *validitas* dilakukan oleh empat rater menggunakan *teknik Aiken Content Validity Index (CVI)*, menghasilkan 91 item yang *valid* atau cukup *valid*. Analisis reliabilitas menggunakan formula *Cronbach's Alpha* menghasilkan skor 0,815, menunjukkan reliabilitas yang memadai. Instrumen ini memiliki karakteristik psikometrik yang baik sehingga layak digunakan untuk mengukur Perilaku *Phubbing* pada remaja.

Kata Kunci: Perilaku, Remaja, *Phubbing*.

ABSTRACT

Phubbing refers to behavior where individuals excessively use their smartphones, ignoring others during interactions as a form of escapism. If persistent, especially in adolescence, it can harm interpersonal relationships and emotional closeness. This study aims to develop a *Phubbing Behavior Scale* for Adolescents based on theories by Chotpitayasunondh, Douglas, and others. Using *non-probability sampling*, 254 respondents from various Indonesian regions participated. The instrument, a *Likert* scale, assesses four aspects: Communication Disorders, Cell Phone Obsession, Self-Control, and Poor Reasoning. Validity was tested with four raters using the *Aiken Content Validity Index (CVI)*, yielding 91 valid or moderately valid items. Reliability analysis with *Cronbach's Alpha* yielded a score of 0.815, indicating sufficient reliability. This instrument demonstrates good psychometric properties and is suitable for measuring adolescent *phubbing* behavior.

Keywords: *Phubbing*, Teenagers, Behavior.

PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan teknologi informasi telah mengubah kehidupan sehari-hari, terutama dengan munculnya perangkat pintar seperti ponsel. Di era digital saat ini, ponsel tidak hanya digunakan untuk berkomunikasi, tetapi juga untuk hiburan, mencari informasi, dan berinteraksi sosial melalui berbagai platform media sosial. Fenomena ini sangat terlihat di kalangan remaja, yang merupakan kelompok usia dengan penggunaan ponsel tertinggi (2020).

Di era digital yang semakin maju saat ini, penggunaan perangkat elektronik, khususnya ponsel, telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun membawa berbagai kemudahan, perkembangan teknologi ini juga menimbulkan beberapa dampak sosial, salah satunya adalah fenomena *phubbing*, *phubbing* kerap terjadi saat mereka berada dalam lingkungan sosial, baik disekolah, di rumah maupun di tempat umum, yang pada akhirnya dapat mengganggu kualitas interaksi tatap muka (2022).

Masa remaja adalah masa perkembangan di mana individu membangun identitas diri dan mengembangkan keterampilan sosial dan emosional. Interaksi sosial yang sehat dan berkualitas sangat diperlukan untuk mendukung proses ini. Namun sangat disayangkan, perilaku *phubbing* sering kali menghambat kualitas interaksi langsung dan menimbulkan dampak negatif seperti perasaan kesepian, rendahnya harga diri dan hubungan yang renggang dengan teman sebaya. Studi sebelumnya juga menunjukkan bahwa *phubbing* memiliki kaitan dengan gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan sosial dan depresi, yang tentunya berpotensi menghambat perkembangan sosial dan emosional remaja (2024).

Fenomena *phubbing* pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya kemudahan mengakses ponsel, kecanduan media sosial, serta fenomena FOMO (*Fear of Missing Out*) yang mendorong mereka untuk terus memeriksa informasi terbaru Chotpitayasunondh & Douglas (2018). Namun meskipun perilaku ini kian umum, masih banyak remaja yang kurang menyadari dampak negatif dari *phubbing* terhadap hubungan sosial dan kesehatan mental mereka (2020).

Oleh karena itu, penting untuk meneliti lebih dalam terkait faktor-faktor yang mendorong perilaku *phubbing* pada remaja serta dampaknya terhadap aspek psikologis dan sosial. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru untuk mengedukasi remaja tentang dampak negatif dari *phubbing* dan merumuskan strategi untuk mengurangi perilaku ini, sehingga dapat meningkatkan kualitas interaksi sosial yang lebih sehat dan konstruktif di kalangan remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pengembangan instrumen atau alat ukur psikologi, Subjek dalam penelitian ini merupakan remaja di seluruh Indonesia.

Teknik pengumpulan data merupakan langkah utama dalam penelitian ini, yang bertujuan untuk mengumpulkan data. Data yang diperoleh dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang berisi sejumlah pernyataan yang akan diisi oleh subjek penelitian.

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah *penvalidasian* terhadap instrumen psikologi. Terdapat dua tahapan yang akan dilakukan yaitu : 1) *validasi* terhadap isi instrumen dengan menggunakan tim ahli (*expert judgement*) dalam bidang psikometri dan psikologi serta proses teknik *content validity item* (CVI) dari aiken. 2) uji *aiteman*, dengan tujuan mengetahui kesukaran butir, daya beda soal, reliabilitas tes dan kesalahan pengukuran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan 4 aspek dari *phubbing* yaitu gangguan komunikasi, obsesi telepon, kontrol diri dan poor reasoning, kemudian dikembangkan menjadi beberapa indikator sehingga mewakili dari setiap aspek tersebut. Pada masing-masing aspek terdiri dari 5 indikator. Sehingga total indikator keseluruhan adalah 20 indikator. Kemudian, dari setiap indikator tersebut masing-masing dikembangkan menjadi beberapa item yang menggambarkan makna dari indikator tersebut. Item terdiri dua jenis, yaitu favorable (F) dan item unfavorable (UF). Secara keseluruhan item yang dirumuskan berjumlah 100 yang selanjutnya akan dilakukan uji *validitas* isi dari setiap item.

Tabel 1. *Blueprint Phubbing* Sebelum Analisis Validasi

Aspek	Indikator	Jenis item		Jumlah item		Total item
		F	UF	F	UF	
Gangguan Komunikasi	Kesulitan dalam berkomunikasi	1,2,3	4,5	3	2	5
	Memberikan respon singkat	6,7,8	9,10	3	2	5
	Menghindari interaksi sosial	11,12,13	14,15	3	2	5
	Kesulitan menjaga interaksi sosial	16,17,18	19,20	3	2	5
	Perubahan hubungan dengan seseorang	21,22,23	24,25	3	2	5
Obsesi Ponsel	Menggunakan ponsel sebagai pengalihan dari masalah	28,29,30	26,27	3	2	5
	Perasaan kosong saat ponsel tidak ada	31,32,33	34,35	3	2	5
	Menggunakan ponsel untuk menghindari ketidaknyamanan	36,37,40	38,39	3	2	5
	Penggunaan ponsel yang berlebihan	41,42,43	44,45	3	2	5
	Ketergantungan emosional	46,47,48	49,50	3	2	5
Kontrol Diri	Kemampuan diri saat berkomunikasi	53,54,55	51,52	3	2	5
	Kesadaran untuk meletakkan ponsel	57,58,58	59,60	3	2	5
	Disiplin dalam menggunakan ponsel	61,62,63	64,65	3	2	5
	Menunjukkan prioritas pada interaksi langsung	66,67,68	69,70	3	2	5
	Kemampuan untuk mengalihkan perhatian	71,72,73	74,75	3	2	5
<i>Poor Reasoning</i>	Ketidakmampuan menyusun argumen logis	76,77,79	78,80	3	2	5
	Mengabaikan informasi	81,82,83	84,85	3	2	5

yang relevan					
Keterlibatan emosi yang berlebihan	86,87,88	89,90	3	2	5
Kurangnya kesadaran akan dampak	91,92,93	94,95	3	2	5
Pembenaran yang tidak tepat	96,97,100	98,99	3	2	5
Total			60	40	100

Jawaban dalam skala ini disajikan dengan empat pilihan, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Untuk item *favorable*, skor diberikan sebagai berikut: 4 untuk Sangat Setuju, 3 untuk Setuju, 2 untuk Tidak Setuju, dan 1 untuk Sangat Tidak Setuju. Sebaliknya, pada item *unfavorable*, skornya adalah 1 untuk Sangat Setuju, 2 untuk Setuju, 3 untuk Tidak Setuju, dan 4 untuk Sangat Tidak Setuju. Selain itu, terdapat kolom khusus untuk saran pada item yang dinilai dengan skor 2 atau 1 karena tidak memenuhi kriteria.

<p>Butir aitem</p> <p>2. Saya merasa canggung saat harus memulai atau terlibat dalam percakapan</p> <p>Sangat sesuai Sesuai Tidak sesuai Sangat tidak sesuai</p> <p>(favorable)</p> <p>Silahkan berikan penilaian (✓) dengan nilai 1-4, sejauh mana butir aitem sesuai dengan aspek dan indikator soal yang disajikan berikut ini</p> <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td style="text-align: center;">✓</td> </tr> </table> <p>Beri tanda (✓) pada kotak di bawah. Jika butir sesuai dengan indikator (dinilai 3-4), maka silahkan beri tanggapan "Tidak" Jika butir tersebut tidak sesuai dengan indikator (dinilai 1-2) Tidak <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/></p> <p>Jika anda menjawab "YA", maka berikan saran perbaikan :</p>	1	2	3	4				✓	<p style="text-align: right;"><i>Unfavorable</i></p> <p>Aitem:</p> <p>4. Saya sering kehilangan ide atau lupa apa yang ingin saya sampaikan ketika berbicara dengan teman.</p> <p>Silahkan Bapak/Ibu berikan penilaian (✓) 1-4, sejauh mana aitem diatas telah mengukur indikator dari aspek disebelah kanan.</p> <p style="text-align: center;">1 2 3 4</p> <p style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/></p> <p>Beri tanda (✓) pada kotak dibawah Jika aitem sesuai dengan indikator (dinilai 3-4), maka silahkan beri tanggapan "Tidak" Jika aitem tersebut tidak sesuai dengan indikator (dinilai 1-2), apakah aitem hanya menguji/mengukur bagian dari aspek atau indikator: Tidak <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/></p> <p>Jika Bapak/Ibu menjawab "Ya", maka berilah saran perbaikan:</p>
1	2	3	4						
			✓						
<p>Aspek: Gangguan Komunikasi Seseorang berada di lingkungan sekitar, namun lebih memilih menggunakan ponsel ketika berada dalam lingkungan komunikasi tatap muka sehingga hal tersebut sering mengganggu komunikasi yang ada.</p> <p>Indikator soal: Kesulitan dalam berkomunikasi</p>	<p>Aspek: Gangguan Komunikasi: Seseorang berada di lingkungan sekitar, namun lebih memilih menggunakan ponsel ketika berada dalam lingkungan komunikasi tatap muka sehingga hal tersebut sering mengganggu komunikasi yang ada.</p> <p>Indikator: Kesulitan dalam berkomunikasi</p>								

Gambar 1. Kartu Aitem

Item perilaku *phubbing* yang telah disusun, kemudian dilakukan analisis *validitas* isi dengan menggunakan 4 rater ahli dalam bidang psikologi dan Pendidikan. Selanjutnya, setelah dilakukan analisis *validitas* isi oleh 4 rater, masing-masing item dihitung nilai *validitas*nya atau yang disebut dengan CVI dengan menggunakan tabel AIKEN. Dikarenakan rater yang menilai 4 orang, maka berdasarkan tabel *validitas* AIKEN, nilai *validitas* dari setiap item adalah 0,92 agar dapat dikatakan *valid*. Sedangkan item yang memiliki nilai CVI antara 0,67 - 0,91 disebut sebagai item *moderate*. Serta item yang memiliki nilai CVI antara 0 - 0,67 dikatakan tidak *valid*.

Instrumen *phubbing* yang dikembangkan terdiri dari 100 item, diperoleh item sebanyak 58 dengan kategori *valid*, sebanyak 33 item dengan kategori *moderate*, dan 9 item tidak *valid*. Untuk menyeimbangkan sebaran item dari setiap indikator, maka diperoleh 91 item agar seimbang dari setiap indikator. Untuk sebaran item dari instrumen *phubbing* setelah dihitung nilai CVI nya.

Tabel 2. Analisis Validasi Isi Perilaku *Phubbing*

Aspek	Indikator	No	CVI	Status	Keputusan
Gangguan Komunikasi	Kesulitan dalam berkomunikasi	1	0.7	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		2	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		3	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		4	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		5	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
	Memberikan respon singkat	6	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		7	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		8	0.50	<i>Tidak Valid</i>	Dibuang
		9	0.58	<i>Tidak Valid</i>	Dibuang
		10	0.67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
	Menghindari interaksi sosial	11	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		12	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		13	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		14	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		15	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
	Kesulitan menjaga interaksi sosial	16	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		17	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		18	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		19	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		20	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
Perubahan hubungan dengan seseorang	21	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai	
	22	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai	
	23	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai	
	24	0.75	<i>Item Moderately</i>	Dipakai	
	25	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai	
Obsesi Ponsel	Menggunakan ponsel sebagai pengalihan dari masalah	26	0.50	<i>Tidak Valid</i>	Dibuang
		27	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		28	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		29	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		30	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
	Perasaan kosong saat ponsel tidak ada	31	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		32	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		33	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		34	0.67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		35	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
	Menggunakan ponsel untuk menghindari ketidaknyamanan	36	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		37	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		38	0.50	<i>Tidak Valid</i>	Dibuang
		39	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		40	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		41	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai

Aspek	Indikator	No	CVI	Status	Keputusan
	Penggunaan ponsel yang berlebihan	42	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		43	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		44	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		45	0.67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
	Ketergantungan emosional	46	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		47	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		48	0.67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		49	0.58	Tidak Valid	Dibuang
		50	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
	Kontrol diri	Kemampuan diri saat berkomunikasi	51	1.00	<i>Item Valid</i>
52			1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
53			0,75	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
54			0,75	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
55			0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
Kesadaran untuk meletakkan ponsel		56	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		57	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		58	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		59	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		60	0,75	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
Disiplin dalam menggunakan ponsel		61	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		62	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		63	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		64	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		65	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
Menunjukkan prioritas pada interaksi langsung		66	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		67	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		68	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		69	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		70	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
Kemampuan untuk mengalihkan perhatian	71	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai	
	72	0,83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai	
	73	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai	
	74	0,67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai	
	75	0,67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai	
<i>Poor Reasoning</i>	Ketidakmampuan menyusun argumen logis	76	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		77	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		78	0,67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		79	0.58	Tidak Valid	Dibuang
		80	0.50	Tidak Valid	Dibuang
	Mengabaikan informasi yang relevan	81	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		82	0,92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		83	0,83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
84		0,67	<i>Item Moderately</i>	Dipakai	

Aspek	Indikator	No	CVI	Status	Keputusan
		85	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
	Keterlibatan emosi yang berlebihan	86	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		87	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		88	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		89	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		90	1.00	<i>Item Valid</i>	Dipakai
	Kurangnya kesadaran akan dampak	91	0.75	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		92	0.75	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		93	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		94	0.58	Tidak Valid	Dibuang
		95	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
	Pembenaran yang tidak tepat	96	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		97	0.92	<i>Item Valid</i>	Dipakai
		98	0.83	<i>Item Moderately</i>	Dipakai
		99	0.58	Tidak Valid	Dibuang
		100	0.75	<i>Item Moderately</i>	Dipakai

Penyusunan Ulang Instrumen Penelitian

Berdasarkan Hasil analisis Validasi Instrumen *Phubbing*, terdapat 9 aitem tidak *valid* dan dihapus, 33 aitem *moderately valid* masih dapat dipakai dan 58 aitem *valid* dipakai. Sehingga jumlah aitem yang awalnya 100 aitem menjadi 91 aitem. Oleh sebab itu, sebanyak 91 aitem akan digunakan untuk mengembangkan alat ukur psikologi perilaku *phubbing*. Berdasarkan dari uraian diatas, maka perlu disusun kembali *blueprint* agar dapat terlihat sebaran aitem pada masing-masing aspek dan indikator.

Tabel 3. *Blueprint* Skala *Phubbing* setelah Analisis Validasi

Aspek	Indikator	Item	Jumlah		Total		
			F	UF			
Gangguan Komunikasi	Kesulitan berkomunikasi	dalam	1,2,3	4,5	3	2	5
		Memberikan respon singkat	6,7	10	2	1	3
	Menghindari interaksi sosial	11,12,13	14,15	3	2	5	
	Kesulitan interaksi sosial	menjaga	16,17,18	19,20	3	2	5
	Perubahan hubungan dengan seseorang	21,22,23	24,25	3	2	5	
Obsesi Telepon	Menggunakan ponsel sebagai pengalihan dari masalah	Perasaan kosong saat	28,29,30	27	3	1	4
			31,32,33	34,35	3	2	5

	ponsel tidak ada						
	Menggunakan ponsel untuk menghindari ketidaknyamanan	36,37,40	39	3	1	4	
	Penggunaan ponsel yang berlebihan	41,42,43	44,45	3	2	5	
	Ketergantungan emosional	46,47,48	50	3	1	4	
Kontrol Diri	Kemampuan diri saat berkomunikasi	53,54,55	51,52	3	2	5	
	Kesadaran untuk meletakkan ponsel	57,58,58	59,60	3	2	5	
	Disiplin dalam menggunakan ponsel	61,62,63	64,65	3	2	5	
	Menunjukkan prioritas pada interaksi langsung	66,67,68	69,70	3	2	5	
	Kemampuan untuk mengalihkan perhatian	71,72,73	74,75	3	2	5	
<i>Poor Reasoning</i> 21	Ketidakmampuan menyusun argumen logis	76,77	78	2	1	3	
	Mengabaikan informasi yang relevan	81,82,83	84,85	3	2	5	
	Keterlibatan emosi yang berlebihan	86,87,88	89,90	3	2	5	
	Kurangnya kesadaran akan dampak	91,92,93	95	3	1	4	
	Pembenaran yang tidak tepat	96,97,100	98	3	1	4	
	Total item			58	33	91	

Berdasarkan hasil analisis *aiteman*, terdapat beberapa aitem yang masih terdapat catatan *check the key* sebanyak 20 aitem. Kemudian dilakukan penukaran kunci jawaban pada *syntax* dan terdapat 8 aitem yang masih memiliki catatan *check the key* dan tidak dapat dipakai. Sehingga perlu disusun kembali *blueprint* agar dapat terlihat sebaran aitem pada masing-masing aspek dan indikator.

Tabel 4. *Blueprint* Skala *Phubbing* Setelah Analisis Validasi

Aspek	Indikator	Item		Jumlah		Total
		F	UF	F	UF	
Gangguan Komunikasi	Kesulitan dalam berkomunikasi	1,2,3	4,5	3	2	5

	Memberikan respon singkat	7	10	1	1	2
	Menghindari interaksi sosial	11,12,13	14,15	3	2	5
	Kesulitan menjaga interaksi sosial	16,17,18	19,20	3	2	5
	Perubahan hubungan dengan seseorang	21,22,23	24,25	3	2	5
Obsesi Telepon	Menggunakan ponsel sebagai pengalihan dari masalah	28,29,30,	27	2	1	4
	Perasaan kosong saat ponsel tidak ada	31,32,33	34,35	3	2	5
	Menggunakan ponsel untuk menghindari ketidaknyamanan	36,37,40	39	3	1	4
	Penggunaan ponsel yang berlebihan	41,42,43	44,45	3	2	5
	Ketergantungan emosional	46,47,48	50	3	1	4
Kontrol Diri	Kemampuan diri saat berkomunikasi	53,54,55	51,52	3	2	5
	Kesadaran untuk meletakkan ponsel	57,58,58	59,60	3	2	5
	Disiplin dalam menggunakan ponsel	61,62,63	64,65	3	2	5
	Menunjukkan prioritas pada interaksi langsung	66,67,68	69,70	3	2	5
	Kemampuan untuk mengalihkan perhatian	71,72,73	74,75	3	2	5
Poor Reasoning	Ketidakmampuan menyusun argumen logis	76,77	78	2	1	3
	Mengabaikan informasi yang relevan	81,82,83	84,85	3	2	5
	Keterlibatan emosi yang berlebihan	86,87,88	89,90	3	2	5
	Kurangnya kesadaran akan dampak	91,92,93	95	3	1	4
	Pembenaran yang tidak tepat	96,97,100	98	3	1	4

Tahap Uji Coba Instrumen *Phubbing*

Pada tahap uji coba instrumen ini, responden yang terlibat adalah remaja. Uji coba dilakukan dengan cara membagikan instrumen *phubbing*. Responden berjumlah 254 remaja yang terdiri dari beberapa daerah di Indonesia. Selanjutnya data hasil uji coba yang telah dianalisis dengan menggunakan *software iteman* untuk mengetahui koefisien reliabilitas instrumen. Berdasarkan hasil uji reliabilitas tersebut, diketahui bahwa instrumen *phubbing* memiliki nilai *Cronbach alpha* sebesar 0,815. Setelah itu, analisis yang dilakukan dengan *iteman30* memberikan hasil rix atau korelasi aitem total. Aitem yang memiliki nilai rix $< 0,30$ dapat diinterpretasikan memiliki daya diskriminasi yang rendah (azwar, 1994). Berdasarkan kategori tersebut terdapat 55 aitem yang memiliki kategori rendah dan 36 aitem yang memiliki kategori tinggi. Hasil analisis aitem juga memberikan S_i^2 atau varian aitem yang selanjutnya akan dipergunakan untuk memperkirakan indeks reliabilitas aitem.

Hasil Uji Kajian Reliabilitas

Berdasarkan hasil uji coba instrumen penelitian perilaku *phubbing* terhadap 254 remaja dari berbagai daerah di Indonesia. secara keseluruhan, terdapat 106 remaja termasuk kategori tinggi dengan persentase 42%, 144 remaja termasuk kategori sedang dengan persentase 57%, dan 4 termasuk kategori rendah dengan persentase 2% dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Kategori Perilaku *Phubbing* Pada Remaja

Kategori Perilaku <i>Phubbing</i>	Interval	Jumlah remaja	Persentase
Sangat Tinggi	$\leq 309,4 \rightarrow < 364$	0	0%
Tinggi	$\leq 254,8 \rightarrow < 309,4$	106	42%
Sedang	$\leq 200,2 \rightarrow < 254,8$	144	57%
Rendah	$\leq 145,6 \rightarrow < 200,2$	4	2%
Sangat Rendah	$91 \rightarrow < 145,6$	0	0%
Total		254	100%

Interpretasi Hasil Uji Coba Penelitian

Kategori perilaku *phubbing* terbagi menjadi 5 bagian, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Berdasarkan hasil uji coba penelitian tersebut terdapat 254 remaja yang memiliki kategori sebagai berikut, pada kategori sangat tinggi terdapat 0 remaja dengan presentase 0%, kemudian pada kategori tinggi terdapat 106 remaja dengan presentase 42%, selanjutnya pada kategori sedang terdapat 144 remaja dengan presentase 57%, untuk kategori rendah terdapat 4 remaja dengan presentase 2%, dan terakhir untuk kategori sangat rendah terdapat 0 remaja dengan presentase 0%.

Kategori Perilaku *Phubbing* Sangat Tinggi

Perilaku *phubbing* kategori sangat tinggi pada instrumen ini terdapat 0 remaja atau 0%, sehingga dapat diartikan bahwa pada kategori ini tidak ada remaja yang memiliki perilaku *phubbing* yang sangat tinggi.

Kategori Perilaku *Phubbing* Tinggi

Perilaku *phubbing* pada kategori tinggi pada instrumen ini terdapat 106 remaja atau 42% dari 254 remaja yang mengisi kuesioner yang telah dibagikan, sehingga dapat diartikan bahwa pada kategori ini remaja dengan perilaku *phubbing* cukup tinggi karena mendekati 50% dari

seluruh jumlah remaja yang mengisi kuesioner instrumen ini.

Kategori Perilaku *Phubbing* Sedang

Perilaku *phubbing* pada kategori sedang pada instrumen ini terdapat 144 remaja atau 57% dari 254 remaja yang mengisi kuesioner instrumen tersebut, sehingga dapat diartikan bahwa remaja dengan perilaku *phubbing* kategori sedang memiliki presentase paling tinggi dari semua kategori yang ada.

Kategori Perilaku *Phubbing* Rendah

Perilaku *phubbing* kategori rendah pada instrumen ini terdapat 4 remaja dengan presentase 2% dari 254 remaja yang mengisi, sehingga dapat diartikan bahwa remaja dengan perilaku *phubbing* kategori rendah memiliki presentase sangat rendah dari semua kategori yang telah disebutkan.

Kategori Perilaku *Phubbing* Sangat Rendah

Perilaku *phubbing* kategori sangat rendah pada instrumen ini terdapat 0 remaja sehingga pada kategori ini tidak memiliki presentase atau 0% dari 254 remaja yang mengisi kuesioner instrumen ini.

KESIMPULAN

Pembuatan instrumen Perilaku *Phubbing* pada remaja melibatkan tahapan penyusunan konstruk, penentuan aspek, perumusan indikator dan item, uji *validitas* isi, revisi, dan uji coba lapangan. Instrumen ini awalnya terdiri dari 100 item, namun setelah *validasi* oleh ahli dan analisis, tersisa 83 item yang digunakan. Dari uji coba pada 254 responden, hasil menunjukkan 106 remaja berada pada kategori tinggi, 144 kategori sedang, dan 4 kategori rendah, dengan standar deviasi 45,5, rentang skor 273, skor tertinggi 364, dan skor terendah 91. Reliabilitas skala memiliki nilai *Cronbach Alpha* 0,815.

Analisis *validitas* menghasilkan 58 item *valid*, 33 *moderate*, dan 9 tidak *valid*. Dari analisis item, ditemukan 55 item dengan daya diskriminasi rendah dan 36 item dengan kategori tinggi. Beberapa item memerlukan perbaikan kunci jawaban, dan terdapat catatan pada 8 item yang akhirnya tidak digunakan. Secara keseluruhan, instrumen ini layak untuk mengukur perilaku *phubbing* pada remaja, namun perbaikan lebih lanjut diperlukan untuk meningkatkan akurasi.

Mengakui, Pendanaan & Kebijakan Etika

Tim peneliti mengucapkan terimakasih kepada : 1) dosen pengampu Prof. Drs. Kumaidi M. Si., Ph.D dan Rahayu Farida S.Psi., M.Psi., 2) Ekspert judgement Kasmayani Karim, M. Psi., Psikolog selaku Associate Psikolog, Selaku Psikolog Klinis Ulwiyatul Hidayat, M. Psi., Psikolog, Aldi Ramadhana, S. Psi , Wahyu Angooro Bakti, S. Psi . 4) Asisten Psikologi yang telah membantu dalam penelitian ini. 5) Anggota tim peneliti yang sudah berpartisipasi dalam penelitian serta pembuatan naskah. Penelitian ini menggunakan dana pribadi dan tidak di bantu oleh pihak manapun.

DAFTAR PUSTAKA

Adiningsih, V. D., & Ratnasari, L. (2024). Pengaruh fear of missing out terhadap perilaku *phubbing* pada remaja pengguna media sosial. *Jurnal Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.56127/j>

Al-Saggaf, Y. (2020). *The psychology of phubbing*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-981-19-7045-0>

- Azwar, S. (1994). Seleksi aitem dalam penyusunan skala psikologi. *Buletin Psikologi*, 26-33.
- Eduardo, T., Suzy, Y. D., & Hikmah, M. (2020). Hubungan kecanduan smartphone dengan kecenderungan perilaku *phubbing* pada remaja di SMAN 34 Jakarta Selatan. Dalam *Seminar Nasional Riset Kedokteran* (hlm. 321–330).
- Putri, Y. E., Marjohan, M., Ifdil, I., & Hariko, R. (2022). Perilaku *phubbing* pada mahasiswa. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia*, 7(2), 343–347.