

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perangkat yang kerap digunakan manusia untuk berkomunikasi di zaman sekarang adalah bentuk dari media digital. Seperti yang dijelaskan oleh Putri (2024) media digital ialah semua bentuk media yang mengandalkan perangkat elektronik untuk disalurkan, bentuk-bentuk media digital yang di maksud ialah *smartphone*, komputer dan tablet. Saat ini lebih dari 7,2 miliar *smartphone* digunakan di seluruh dunia dan jumlah tersebut diperkirakan akan terus meningkat dalam waktu mendatang. Pada kuartal pertama tahun 2024, pasar global untuk ponsel pintar mencatat pertumbuhan yang pesat, mencapai 7,8% (Arradian, 2024). Dengan demikian perangkat elektronik seperti *gadget* atau *smartphone* yang sering kali kita gunakan merupakan salah satu bentuk dari media digital yang paling banyak digunakan.

Media digital memiliki keterkaitan yang erat dengan media sosial. Media sosial mengacu pada platform online seperti blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual dimana orang dapat dengan mudah terlibat, berbagi, dan menghasilkan informasi (Cahyono, 2018). Dapat disimpulkan bahwa media sosial merupakan bagian dari media digital, dimana media digital menyediakan fondasi teknologi untuk berbagai bentuk media, termasuk media sosial yang dirancang khusus untuk interaksi sosial di ruang digital.

Pengguna media sosial di dunia dan khususnya Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya. Jumlah pengguna aktif media sosial di dunia sekitar 5,04 Miliar dan bertambah sekitar 266 juta atau setara dengan 5,6% dari tahun 2023 (Haryanto, 2024). Dari 167 juta pengguna, Indonesia berada di peringkat keempat secara global dalam penggunaan media sosial (Ira, 2024). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa *social media users* akan terus bertambah setiap tahunnya.

Media sosial memberikan dampak positif bagi penggunanya. Fatmawati (2021) menyampaikan bahwa pengaruh positif dari media sosial dapat memudahkan kita untuk berinteraksi dengan banyak orang tanpa dibatasi ruang dan waktu, melebarkan pergaulan, bebas mengekspresikan diri, informasi dapat tersebar dengan cepat dan biaya lebih murah. Dengan demikian, pengguna media sosial dapat berbagai kepentingan yang berpengaruh positif untuk kehidupan mereka.

Selain dampak positif, media sosial tidak luput dari dampak negatif yang ada. Media sosial dapat menjauhkan yang dekat, menurunkan intensitas interaksi tatap muka, kecanduan, terganggunya privasi seseorang dan rentan terhadap pengaruh buruk dari pengguna lain (Fatmawati, 2021). Dapat disimpulkan bahwa meskipun media sosial membantu para penggunanya, mereka juga dapat membawa pengaruh negatif bagi pengguna media sosial dari berbagai generasi, khususnya generasi Z yang merupakan generasi penerus saat ini.

generasi Z merupakan generasi yang lahir pada pertengahan 1990-an hingga awal 2010-an. generasi pertama yang tumbuh dengan teknologi digital dan internet sebagai bagian integral dari kehidupan sehari-hari yang dikenal sebagai *digital natives* karena keterpaparan intens terhadap teknologi sejak usia dini (Praditya,

2023). Oleh karena itu, dapat dianggap bahwa teknologi menjadi nafas bagi generasi Z.

Kalangan generasi Z memiliki beberapa karakteristik yang disadari dan menjadi *stereotype* terhadap generasi Z. Kalangan tersebut sering juga disebut dengan generasi yang (1) *Tech savvy* atau melek teknologi; (2) Kreatif; (3) Terbuka dengan perbedaan; (4) Memiliki kepedulian yang tinggi terhadap sesama; (5) *FoMO*; (6) Memiliki tingkat kecemasan dan stress yang tinggi; (7) Mudah mengeluh dan (8) *Self proclaim* (Romadhona, 2023). Juniarti, Kusumaningtyas dan Setiadji (2023) menyatakan bahwa generasi Z memiliki stereotipe terlalu banyak menuntut dan ingin serba instan. Dengan demikian, generasi Z memiliki kesan karakteristik yang kurang baik dari pandangan generasi sebelumnya.

Tidak seperti generasi-generasi sebelumnya, generasi Z menganggap *smartphone* sebagai kebutuhan mendasar yang digunakan untuk berbagai aspek kehidupan. Sebagai konsumen, generasi Z memandang *smartphone* sebagai sesuatu yang esensial karena saat ini komunikasi yang lebih komprehensif lebih dibutuhkan daripada sekadar menggunakan ponsel GSM standar, untuk mempertimbangkan kebutuhan, nilai, gaya hidup, dan tingkat ketergantungan (Farhas, 2021). Hanya 36,2% responden generasi Z yang mengatakan bahwa mereka lebih memilih dompet dibanding *smartphone*, sedangkan 63,8% mengatakan bahwa *smartphone* sangat penting dan tidak bisa dilupakan (Jatmika & Mulyawan, 2024). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa bergantung pada ponsel pintar sudah menjadi perilaku yang melekat pada generasi Z zaman sekarang.

Bergantungnya generasi Z pada *smartphone* menyebabkan mereka memiliki perilaku dan kebiasaan negatif. Menurut Nanda (2023) generasi Z memiliki beberapa perilaku negatif yang mana salah satunya adalah *Fear of Missing Out (FoMO)*. Kaloeti & Sianipar (2019) memberikan penjelasan bahwa *FoMO* merupakan perasaan ketika seseorang tidak mengetahui informasi terbaru dan aktivitas orang lain yang menyebabkan kecemasan yang berlandas digital. Ditambahkan pernyataan dari Al-Saggaf & O'Donnell (2019) beliau menyatakan bahwa *FoMO* merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perilaku *phubbing*, sehingga dengan meningkatnya tingkat perilaku *FoMO*, perilaku *phubbing* pun ikut meningkat. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa perilaku *FoMO* dan *phubbing* yang dilakukan generasi Z berdampak negatif bagi kehidupan mereka.

Perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh generasi Z merupakan fenomena mengabaikan lawan bicara dengan fokus pada gadget. Hal ini dijelaskan oleh Isrofin & Munawaroh (2021) dalam jurnalnya bahwa *phubbing* merupakan tindakan acuh pada lawan komunikasi dan lebih fokus kepada *smartphone*. Pernyataan ini juga di tegaskan kembali oleh Constantin & Setijadi (2023) bahwa *phubbing* berasal dari kata "*phone*" yang berarti telepon dan "*snooping*" yang berarti menghina, yang artinya *phubbing* merupakan praktik menghina seseorang secara langsung dengan mengabaikan mereka dan mengutak-atik ponsel. Dengan demikian, perilaku *phubbing* di kalangan generasi Z dapat disimpulkan sebagai tindakan mengabaikan lawan bicara secara langsung dengan lebih fokus pada penggunaan ponsel, yang menunjukkan kurangnya perhatian terhadap interaksi sosial tatap muka.

1.2 Identifikasi Masalah

Phubbing atau perilaku mengabaikan orang lain untuk menggunakan ponsel menyebabkan degradasi sosial dalam hubungan interpersonal. Menurut Aagaard (2015), *phubbing* telah merusak kualitas interaksi tatap muka dengan mengalihkan perhatian dari orang yang sedang berkomunikasi secara langsung. McDaniel & Coyne (2016) juga menemukan bahwa *phubbing* mengurangi tingkat kepuasan dalam hubungan. Oleh karena itu *phubbing* meningkatkan keterasingan dan melemahkan ikatan sosial yang ada.

Phubbing merupakan fenomena sosial yang menggabungkan kata "*phone*" dan "*snubbing*", mengacu pada tindakan mengabaikan orang lain karena terlalu sibuk dengan ponsel. Menurut Al-Saggaf & O'Donnell (2019), *phubbing* adalah perilaku dimana individu lebih fokus pada ponselnya daripada lawan bicara. Ditchburn (2019) mendefinisikan *phubbing* sebagai gangguan teknologi dalam komunikasi interpersonal yang dapat menyebabkan konflik dan isolasi. Kedua definisi ini menegaskan bahwa *phubbing* adalah bentuk gangguan yang signifikan dalam interaksi sosial.

Ketergantungan berlebih pada teknologi dan media sosial ialah salah satu penyebab utama dari *phubbing*. Aagaard (2015) menyebutkan bahwa keinginan untuk tetap terhubung dengan dunia maya mendorong orang untuk terus memeriksa ponsel, bahkan saat berinteraksi dengan orang lain. Roberts dan David (2016) juga menambahkan bahwa perasaan takut ketinggalan (*FoMO*) menjadi salah satu faktor yang memotivasi individu untuk melakukan *phubbing*. Dengan demikian hal ini

menunjukkan bahwa keterikatan pada media sosial menjadi penyebab utama munculnya perilaku *phubbing*.

Phubbing memberikan dampak yang serius terhadap hubungan sosial, terutama dalam hal interaksi tatap muka. Menurut Chotpitayasunondh & Douglas (2018), *phubbing* mengurangi kualitas hubungan interpersonal dengan menciptakan jarak emosional. Selain itu, Roberts dan David (2017) menyatakan bahwa *phubbing* meningkatkan rasa keterasingan dalam hubungan dan mengurangi kepuasan dalam interaksi sosial. Secara keseluruhan *phubbing* memperburuk keharmonisan sosial dan membuat interaksi sosial menjadi rendah.

Berkaitan dengan dampak sosial, *phubbing* juga berdampak buruk terhadap komunikasi interpersonal dengan mengurangi perhatian dan keterlibatan dalam percakapan. Menurut David & Roberts (2016), *phubbing* memotong aliran komunikasi yang lancar dan mengurangi keintiman dalam hubungan. Hal ini juga dikonfirmasi oleh Misra *et al.* (2016), yang menemukan bahwa kehadiran ponsel dalam percakapan dapat menurunkan kualitas komunikasi dan kepercayaan antarindividu. Akibatnya *phubbing* dapat merusak komunikasi interpersonal yang efektif.

Phubbing tidak hanya memengaruhi hubungan sosial dan komunikasi intrapersonal, tetapi juga memiliki dampak psikologis. Mengacu kepada Przybylski *et al.* (2017), korban *phubbing* sering merasa diabaikan dan *phubbing* memicu kecemasan dan stres. Penelitian lain oleh Pavithra & Madhukumar (2019) menemukan bahwa *phubbing* juga dapat meningkatkan risiko depresi, terutama

bagi mereka yang merasa kurang dihargai dalam interaksi sosial. Dengan demikian, *phubbing* dapat memperburuk kesehatan mental baik bagi pelaku maupun korban.

Generasi Z adalah kelompok yang paling rentan terhadap *phubbing* karena ketergantungan mereka pada teknologi digital. Menurut penelitian oleh Montag *et al.* (2021), generasi ini sangat terhubung dengan dunia maya dan sering kali melakukan *phubbing* saat berinteraksi langsung dengan orang lain. Penelitian dari Boer *et al.* (2021) juga menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang intens di kalangan generasi Z dapat memperkuat kebiasaan *phubbing* dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, hal ini menjadikan *phubbing* sebagai perilaku yang lazim di kalangan generasi muda, khususnya generasi Z.

Phubbing telah menjadi kebiasaan yang sulit dihilangkan di kalangan generasi Z. Montag *et al.* (2021) menemukan bahwa generasi ini cenderung merasa normal melakukan *phubbing*, terutama dalam situasi sosial yang melibatkan banyak orang. Boer *et al.* (2021) juga mencatat bahwa tekanan sosial untuk tetap aktif di media sosial memperkuat perilaku ini. Dengan demikian, *phubbing* menjadi bagian dari rutinitas harian generasi Z dalam interaksi sosial mereka.

Phubbing juga menciptakan kesenjangan komunikasi yang nyata di antara generasi Z, yang mengakibatkan lemahnya keterikatan emosional. Menurut Montag *et al.* (2021), *phubbing* membuat generasi Z sulit membangun hubungan interpersonal yang mendalam karena mereka lebih fokus pada interaksi digital. Boer *et al.* (2021) menambahkan bahwa *phubbing* mengakibatkan kurangnya keterlibatan langsung dalam percakapan, yang pada gilirannya mempengaruhi

kualitas hubungan sosial. Maka dari itu, hal ini menunjukkan bahwa *phubbing* memperburuk kesenjangan komunikasi di kalangan generasi muda.

Phubbing menyebar melalui situasi sosial tertentu, di mana perilaku ini menjadi terlihat dan kemudian diadopsi oleh individu lain. Dalam pertemuan kelompok, misalnya, ketika seseorang mulai menggunakan ponsel, anggota kelompok lainnya sering merasa terdorong untuk melakukan hal yang sama. Penelitian oleh Boer et al. (2021) menyatakan bahwa norma sosial dalam kelompok dapat memperkuat perilaku *phubbing*, terutama ketika penggunaan ponsel dianggap wajar.

Situasi tertentu, seperti rapat informal, makan bersama, atau saat menunggu di ruang publik, cenderung mendukung penularan *phubbing*. Ratnasari dan Oktaviani (2020) mencatat bahwa tekanan sosial dan penggunaan media sosial yang intens dapat memperkuat kebiasaan ini, sehingga menjadi pola perilaku yang diterima secara luas. Penularan ini juga didukung oleh pemahaman atau nilai yang menempatkan hubungan digital lebih penting daripada komunikasi langsung. Generasi Z, menurut Montag et al. (2021), sering kali melihat penggunaan ponsel dalam interaksi sosial sebagai hal yang normal, karena tingginya keterlibatan mereka dengan teknologi digital.

Penelitian mengenai *phubbing* di kalangan generasi Z menunjukkan adanya dampak negatif terhadap interaksi sosial dan kualitas hubungan. Rois dan Purwani (2021) menemukan bahwa *phubbing* menurunkan kualitas komunikasi dan rasa empati, serta meningkatkan perasaan terasing dalam kelompok sosial, terutama di kalangan mahasiswa. Selain itu, penelitian Atmaja dan Alvin (2023) menunjukkan

bahwa alasan multitasking dan tuntutan sosial di tempat kerja mendorong generasi muda melakukan *phubbing*, yang akhirnya berdampak pada produktivitas dan relasi interpersonal. Ratnasari dan Oktaviani (2020) juga menemukan bahwa kecanduan ponsel dan media sosial memiliki korelasi yang kuat dengan frekuensi *phubbing* di kalangan generasi muda, menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital berlebihan dapat memperparah kecenderungan *phubbing* (Ratnasari & Oktaviani, 2020). Berdasarkan penelitian-penelitian ini, tampak bahwa *phubbing* berakar pada pola penggunaan teknologi yang tinggi di generasi Z, namun belum banyak yang meneliti tentang normalisasi perilaku ini sebagai bagian dari kebiasaan sosial.

Meskipun penelitian terdahulu telah mengungkap dampak negatif *phubbing*, masih sedikit kajian yang mendalami alasan generasi Z menormalisasi *phubbing* sebagai kebiasaan atau *folkways*, serta bagaimana perilaku ini dapat menular dalam interaksi sosial. Penelitian saya berfokus pada pemahaman lebih dalam mengenai alasan generasi Z menormalisasi *phubbing*, meski perilaku ini dianggap amoral dalam banyak konteks sosial. Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) menunjukkan bahwa kecanduan internet dan rasa takut ketinggalan informasi (*Fear of Missing Out* atau *FoMO*) adalah beberapa faktor yang mendorong individu melakukan *phubbing*, namun belum menjelaskan bagaimana perilaku ini menjadi kebiasaan yang diakui secara sosial. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menjembatani gap yang ada dengan mengeksplorasi *phubbing* sebagai perilaku yang telah menjadi kebiasaan sosial atau *folkways* di kalangan generasi Z, serta penyebab di balik kecenderungan ini.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana proses fenomena penularan *phubbing* sebagai sebuah kebiasaan (*folkways*) pada kalangan generasi Z?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mendeskripsikan proses transformasi perilaku penularan *phubbing* dari sebuah perilaku menyimpang menjadi kebiasaan atau *folkways* yang diterima secara sosial di kalangan generasi Z
2. Menganalisis proses penularan *phubbing* sebagai salah satu bentuk kebiasaan atau *folkways* di kalangan generasi Z dalam interaksi sosial mereka.

1.5 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini berfungsi untuk memperkaya wacana ilmiah tentang fenomena *phubbing* dalam ilmu komunikasi, terutama terkait interaksi sosial digital dan budaya komunikasi di era modern. Dengan memfokuskan pada generasi Z, penelitian ini memberikan kontribusi teoretis yang signifikan terhadap studi budaya populer dan komunikasi, khususnya dalam memahami bagaimana fenomena sosial seperti *phubbing* terintegrasi dalam budaya kelompok usia tertentu.

Selain itu, penelitian ini berperan dalam mengisi kesenjangan literatur mengenai pengaruh media digital terhadap perubahan perilaku sosial dan kebiasaan atau *folkways*, khususnya pada generasi Z. Dengan demikian, studi ini memberikan referensi baru dalam penelitian kualitatif tentang budaya digital dan dampak media sosial terhadap norma-norma sosial serta perilaku sehari-hari.

Secara sosial, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada masyarakat, khususnya kalangan pendidik, keluarga, dan pemangku kebijakan, tentang dampak negatif *phubbing* terhadap interaksi sosial dan hubungan interpersonal di kalangan generasi Z. Pemahaman ini penting untuk membantu mengurangi perilaku tersebut di lingkungan sosial.

Penelitian ini juga memberikan wawasan praktis bagi institusi pendidikan dalam merancang program pengembangan karakter dan pendidikan yang bertujuan mengurangi dampak buruk dari *phubbing*. Dengan pengetahuan ini, institusi dapat lebih efektif dalam membangun lingkungan sosial yang mendukung interaksi positif di kalangan siswa.

Lebih jauh lagi, penelitian ini dapat menyumbangkan rekomendasi bagi lembaga terkait dalam mengembangkan kebijakan atau kampanye yang meningkatkan kesadaran akan dampak *phubbing*. Dengan adanya rekomendasi ini, diharapkan dapat tercipta budaya komunikasi yang lebih sehat di era digital, terutama di kalangan generasi muda.

1.6 Sistematika Penelitian

Penulisan proposal skripsi ini disusun dengan sistematika sebagai berikut:

Bab I: Pendahuluan

Memuat latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab II: Tinjauan Pustaka

Membahas teori-teori yang relevan, hasil penelitian terdahulu, dan kerangka pemikiran.

Bab III: Metodologi Penelitian

Menjelaskan metode penelitian yang digunakan, termasuk desain penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, dan analisis data.

Bab IV: Hasil dan Pembahasan

Menyajikan temuan penelitian dan analisisnya sesuai dengan rumusan masalah.

Bab V: Kesimpulan dan Saran

Memberikan kesimpulan dari hasil penelitian dan saran untuk penelitian selanjutnya atau implementasi praktis.

