

Pengaruh Phubbing terhadap Kualitas Relasi antar Pribadi Mahasiswa Pendikkat

Cornelius Joan Miguel ^{a,1}
Daniel Dananjaya Sugiono ^b
Dian Marcelinus Manalu ^c
Marsyanda Sekar Deshinta ^d
Rafael Nathan Parama ^e
Cecilia Paulina Sianipar ^f

^{a,b,c,d,e,f} Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta, Indonesia

¹ corneliusmiguel14@gmail.com

Kata Kunci:

Etika Digital,
.Etika Internet,
Kualitas Relasi,
Mahasiswa
Pendikkat, Phub-
bing

Abstrak

Di era digital saat ini, smartphone telah menjadi bagian integral dari gaya hidup, terutama di kalangan generasi muda. Penggunaan gawai ini tidak hanya terbatas pada komunikasi, tetapi juga merambah ke berbagai sektor, termasuk pendidikan. Fenomena baru yang muncul sebagai dampak dari penggunaan smartphone yang berlebihan adalah phubbing, atau yang dikenal sebagai mabuk gawai. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengaruh phubbing terhadap relasi antar pribadi mahasiswa Program Studi Pendidikan Keagamaan Katolik (PENDIKKAT) Universitas Sanata Dharma. Metode yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan analisis statistik dan pengumpulan data melalui kuesioner. Fokus penelitian ini adalah untuk menilai dampak phubbing terhadap kualitas relasi antar pribadi mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa phubbing berpotensi merusak keintiman dan kepuasan dalam hubungan interpersonal. Para mahasiswa mengungkapkan dampak fenomena phubbing yang dapat mempengaruhi kualitas relasi antar individu. Implikasi dari penelitian ini menunjukkan pentingnya kesadaran mahasiswa akan dampak negatif phubbing dan perlunya pembatasan penggunaan smartphone saat berinteraksi sosial.

The Impact of Phubbing on The Quality of Interpersonal Relations among Student Teachers

Keywords:

Digital Ethics, Internet Ethics, Quality of Relationships, PENDIKKAT Students, Phubbing.

Abstract

In the current digital era, smartphones have become an integral part of the lifestyle, especially among the younger generation. The use of this gadget is not only limited to communication but has also spread to various sectors, including education. A new phenomenon that has emerged as a consequence of excessive smartphone use is phubbing, also known as gadget addiction. This research aims to explore the impact of phubbing on interpersonal relationships among students in the Catholic Religious Education Study Program (PENDIKKAT) at Sanata Dharma University. The method used is quantitative research with a statistical analysis approach and data collection through questionnaires. This study focuses on assessing the impact of phubbing on the quality of interpersonal relationships among students. Students expressed that the phenomenon of phubbing can affect the quality of interpersonal relationships. The results show that phubbing has the potential to damage intimacy and satisfaction in interpersonal relationships. The implications of this research indicate the importance of students' awareness of the negative impacts of phubbing and the need to limit smartphone use during social interactions.

Pendahuluan

Di zaman digital yang semakin berkembang dan saling terkoneksi. Interaksi manusia seringkali dipengaruhi oleh handphone. Di berbagai sektor mulai dari pendidikan, pertanian maupun kebutuhan hidup manusia semuanya dipengaruhi oleh handphone. Dunia serasa berputar di dalam alat elektronik tersebut. Hal inilah yang memunculkan fenomena sosial yang baru yaitu phubbing (mabuk gawai).

Sejak awal abad ke-21, teknologi informasi dan komunikasi telah berkembang pesat. Smartphone adalah salah satu alat elektronik yang paling populer saat ini. Data statistik menunjukkan bahwa jumlah pengguna smartphone terus meningkat. Perkiraan mencapai angka-angka yang cukup fantastis pada tahun-tahun belakangan ini.

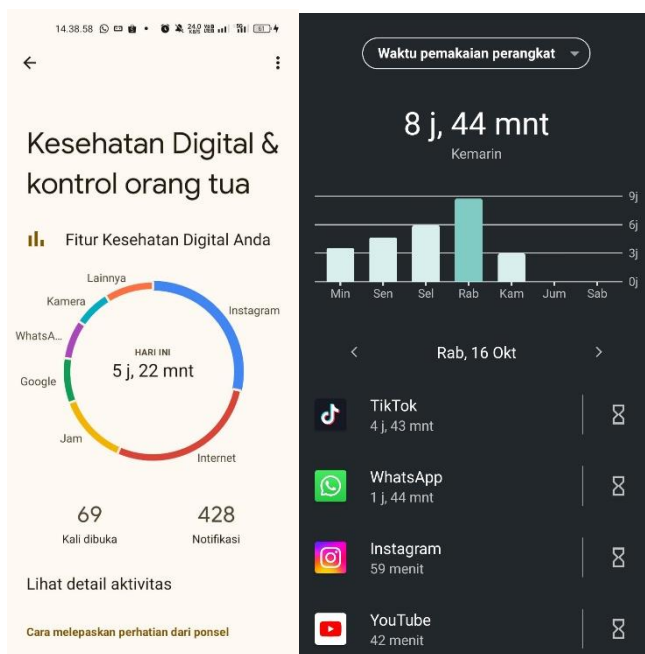
Phubbing adalah perilaku yang hanya fokus pada perangkat handphone atau gadget dan mengabaikan orang lain di sekitar. Bagaiakan sebuah habitus atau lifestyle, fenomena ini sudah menjadi hal lumrah di kehidupan sehari-hari. Fenomena ini sendiri tidak mengenal usia, baik anak-anak, remaja, dewasa, bahkan orang tua sekalipun seakan terbuai “dunia baru” dalam sebuah handphone

Berkaca dari fenomena phubbing ini, penting bagi pembaca untuk menggali lebih dalam tentang pengaruh terhadap kualitas relasi interpersonal di kalangan mahasiswa. Seorang mahasiswa hendaknya mampu mengelola interaksi sosial dan perkembangan dirinya, khususnya menyangkut Phubbing sehingga komunikasi yang dibangun dapat berjalan dengan efektif. Dengan melihat fenomena ini, diharapkan mahasiswa dapat lebih menyadari dampak dari perilaku mereka terhadap hubungan sosial dan mulai menciptakan perubahan positif dalam interaksi sehari-hari.

Hubungan interpersonal adalah sebuah elemen yang penting dan fundamental dalam kehidupan mahasiswa. Interaksi sosial yang harmonis sangat membantu individu dalam mengembangkan diri secara psikologis dan emosi. Dengan berkembangnya habitus ini interaksi seringkali terganggu. Mahasiswa seringkali melakukan Phubbing dan mengabaikan interaksi sosial seperti berbicara langsung, berbagi topik, dan saling memberikan dukungan emosional satu sama lain.

Fenomena ini perlu untuk diulas mengingat mahasiswa Pendiklat adalah calon tenaga pendidik. Sebagai calon pendidik, para mahasiswa dituntut untuk memiliki keterampilan komunikasi dan interpersonal yang baik. Kemampuan membangun relasi yang berkualitas dengan peserta didik, rekan sejawat, dan pemangku kepentingan pendidikan lainnya merupakan kompetensi sosial yang wajib dimiliki oleh seorang pendidik.

Kehadiran phubbing ini menimbulkan kekhawatiran terhadap kualitas hubungan interpersonal di kalangan mahasiswa. Interaksi tatap muka yang bermakna mulai tergantikan oleh komunikasi virtual yang seringkali bersifat dangkal. Para mahasiswa cenderung merasa kesepian meski dikelilingi orang banyak. Dengan kata lain, phubbing tidak hanya mengganggu komunikasi, tapi juga dapat berkontribusi pada perasaan depresi dan isolasi sosial.



Berdasarkan gambar di atas merupakan keterangan pemakaian smartphone seseorang dalam sehari. Waktu yang pakai untuk mengakses smartphone adalah di atas 5 jam per hari. Aplikasi yang paling banyak digunakan adalah tiktok, instagram, whatsapp, dan aplikasi lainnya. Aplikasi yang paling banyak digunakan adalah tiktok dan instagram. Dalam aplikasi tiktok dan instagram sendiri akan dimunculkan notifikasi apabila terlalu lama mengakses. Namun, tidak mempengaruhi hasrat seseorang untuk menghentikan aksesnya terhadap smartphone dan memunculkan phubbing.

Para mahasiswa cenderung merasa kesepian meski dikelilingi orang banyak. Dengan kata lain, phubbing tidak hanya mengganggu komunikasi, tapi juga dapat berkontribusi pada perasaan depresi dan isolasi sosial. Melalui pemahaman ini, para mahasiswa dapat melakukan tindakan preventif agar phubbing tidak memperburuk kualitas relasi interpersonal. Dengan begitu, interaksi sosial di lingkungan kampus bisa lebih sehat dan berkelanjutan. Semoga penelitian ini bisa memberikan gambaran yang jelas mengenai dampak phubbing dan mengajak mahasiswa untuk lebih peduli pada lingkungan sosial mereka.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan Gambaran yang jelas dan gamblang mengenai fenomena Phubbing dan cara untuk mengatasi masalah ini sehingga interaksi antar personal yang terjadi tetap sehat dan berkelanjutan. Diharapkan, kami para mahasiswa dapat memahami pentingnya menjalin

hubungan personal yang baik dan mulai membuat perubahan positif dalam perilaku sehari-hari mahasiswa.

Rumusan Masalah

Dalam era digital yang berkembang pesat, pengguna ponsel menjadi sangat umum, terutama di kalangan mahasiswa. Hal ini membawa dampak signifikan terhadap pola interaksi sosial di masyarakat. Salah satu fenomena yang muncul adalah "Phubbing" perilaku seseorang yang lebih fokus pada perangkat ponselnya daripada berinteraksi dengan orang-orang sekitarnya. Phubbing dipandang sebagai masalah sosial karena berpotensi merusak kualitas relasi hubungan antar pribadi, terutama bagi mahasiswa yang sedang ingin belajar mengembangkan keterampilan interpersonal dengan baik sebagai bekal dalam profesi di masa depan

Penelitian ini bertujuan menjawab beberapa permasalahan pokok, yaitu:

- a. Apakah phubbing memiliki dampak negatif terhadap kualitas hubungan antarpribadi mahasiswa? Mengingat pentingnya interaksi sosial dalam mendukung perkembangan emosional dan psikologis mahasiswa, perlu diteliti apakah phubbing berdampak pada keintiman dan kepuasan dalam hubungan mereka.
- b. Bagaimana phubbing memengaruhi kualitas komunikasi dan rasa saling percaya di antara mahasiswa? Salah satu efek phubbing adalah terganggunya komunikasi yang efektif karena perhatian terpecah antara percakapan langsung dan penggunaan smartphone. Penelitian ini perlu menggali bagaimana dampak ini berpengaruh pada rasa percaya dalam hubungan antarpribadi mahasiswa.
- c. Bagaimana mahasiswa memandang solusi untuk mengurangi dampak phubbing dalam interaksi sosial sehari-hari? Studi ini juga bertujuan untuk memahami perspektif mahasiswa tentang solusi yang efektif untuk mengatasi phubbing, seperti upaya untuk menegur langsung atau pembatasan penggunaan smartphone dalam situasi sosial tertentu.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih dalam tentang pengaruh phubbing pada kualitas hubungan antarpribadi mahasiswa, sekaligus menyarankan langkah-langkah yang dapat diambil untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap dampak negatif phubbing dan mendorong interaksi sosial yang lebih sehat di lingkungan kampus.

Landasan Teori

Teori yang dikemukakan oleh Turnbull (2010) yang mengatakan bahwa *Phubbing* menggunakan *smartphone* sebagai pelarian untuk menghindari ketidaknyamanan pada saat berkumpul bersama teman dan di keramaian. *Phubbing* adalah konsep yang membuat seseorang tidak menghormati orang

lain, tidak membina maupun mengembangkan suatu hubungan, dan tidak berkomunikasi dengan orang lain. Perilaku *Phubbing* adalah suatu perilaku memperhatikan seseorang pada lingkungan sosial yang lebih memilih telepon, maka dapat bahwa disimpulkan perilaku *phubbing* adalah suatu perilaku memperhatikan *smartphone* ketika melakukan komunikasi ataupun percakapan secara langsung serta memilih memusatkan perhatian terhadap *smartphone*.

¹Menurut Nazir dan Piskin (2016), perilaku *Phubbing* merupakan suatu perilaku yang menunjukkan pandangan kepada penggunaan gawai selama pembicaraan dan tidak mengarahkan pandangan kepada lawan bicara. Hal ini dampak negatif karena menggunakan gawai yang berlebihan yang tidak sesuai dengan batasnya sehingga terkena dampak dari perilaku *Phubbing* secara langsung yang membuat dampak interaksi satu sama lain tidak berjalan dengan baik. ²

Fenomena *Phubbing* sebagai bentuk baru dari gangguan komunikasi interpersonal. Menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2018), *Phubbing* merupakan manifestasi dan kecanduan ponsel (*smartphone addiction*) yang mengakibatkan penurunan kualitas hubungan sosial, khususnya dalam konteks relasi tatap muka. Hal ini menegaskan bahwa perilaku ini tidak hanya berdampak pada lawan bicara, tetapi juga menciptakan efek domino terhadap kesejahteraan psikologis, seperti meningkatnya rasa terisolasi dan menurunnya empati sosial. Fenomena ini memperkuat asumsi bahwa *Phubbing* bukan sekedar perilaku sosial yang buruk, melainkan gejala psikologis yang terkait dengan keterikatan emosional terhadap teknologi.

Perilaku *Phubbing* menurut Karadag merupakan suatu perilaku individu yang menggunakan gawai ketika sedang mengobrol dengan orang lain dan berurusan dengan gawai sehingga menghiraukan komunikasi interpersonal. Hal ini membuat suatu konsep seseorang tidak menghargai orang lain, tidak mengembangkan suatu hubungan relasi satu sama lain, tidak berkomunikasi satu sama lain karena lebih memperdulikan dengan gawai daripada berbicara orang-orang di kehidupan nyata dan lingkungan sekitarnya ³

Dimensi-dimensi Perilaku *Phubbing* menurut Karadag

a. ⁴Gangguan Komunikasi (*communication disturbance*)

¹ Turnbull, C "The Elon Journal of Undergraduate Research In Communications (2010), 10.

² Tehseen Nazir dan Metin Piskin, "Phubbing A Technological Invasion Which Connected The World But Disconnected Humans", The International Journal of Indian Psychology 68 (September 2016), 44.

³ Engine Karadag "Determinants Of Phubbing, Which Is The Sum Of Many Virtual Addictions A Structural Equatin Model", Journal Of Behavioral Addictions, (Februari, 2015) 1.

⁴ Engine Karadag "Determinatas Of Phubbing, Which Is The Sum Of Many Virtual Addictions : A Structural Equatin Model". 7

Gangguan komunikasi diakibatkan karena adanya penggunaan gawai yang menjadi faktor utama yang mengganggu dalam komunikasi secara langsung maupun saat berinteraksi dengan orang lain. Adapun gangguan sebagai berikut : menerima maupun melakukan panggilan ketika sedang berkomunikasi, membalas pesan singkat ketika sedang berbicara dan mengecek notifikasi media sosial ketika sedang berkomunikasi.

b. Obsesi terhadap ponsel (*Phone Obsession*)

Obsesi terhadap ponsel, karena menggunakan ponsel dengan lama sehingga membuat dorongan terhadap kebutuhan untuk menggunakan ponsel yang lama dan terus-menerus, meskipun sedang berkumpul dan melakukan komunikasi secara langsung. Kelekatan terhadap ponsel, merasa cemas ketika tidak sedang memegang ponsel, dan kesulitan dalam mengatur penggunaan ponsel.

Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *Phubbing* menurut Nazir dan Bulut⁵

a. Kecanduan Gawai

Penggunaan gawai seringkali dipicu akibat penggunaan internet yang berlebihan. Penggunaan gawai yang berlebihan dapat menghabiskan waktu yang banyak hanya untuk mengetahui dan menghilangkan rasa penasaran pengguna dalam menjelajahi fitur yang dapat diakses dengan internet. Hal ini membuat seseorang yang selalu mengakses internet dalam jangka waktu yang lama sehingga menyebabkan seseorang tidak sadar dalam kehidupan sehari-hari dan orang yang ada di sekelilingnya.

b. Kecanduan Media Sosial

Media sosial merupakan sarana komunikasi dan pemasaran yang dimana setiap pengguna dapat berbagai pemikiran atau ide, sehingga membagikan pengalaman mereka dengan orang lain. Media sosial awalnya digunakan untuk sarana komunikasi, namun realitanya media sosial dapat membuat seseorang kecanduan terus-menerus. Media Sosial yang dapat digunakan seperti, *facebook*, *twitter*, *whatsapp*, dan *instagram*. Aplikasi tersebut dapat diakses melalui gawai dengan semudah-mudah dapat diakses melalui aplikasi tersebut memungkinkan semua orang untuk lebih aktif media sosial dan menghiraukan kehidupan di dunia nyata.

c. Kecanduan *Game*

Di zaman sekarang banyak orang yang menggunakan gawai untuk bermain game untuk menjernihkan pikiran dari masalah-masalah yang dialami

⁵ Tehseen Nazir dan Sefa Bulut, "Phubbing And What Could Be Its Determinants: A Dugout Of Literature", *Journal Psychology*, 10 (Januari 2019), 821- 824.

dengan bermain *game*. Hal ini membuat para penggunanya sibuk memainkan *game* dalam jangka waktu yang lama untuk bermain *game online* dan membuat pemain *game* tidak dapat mengatur waktu yang dimilikinya dengan teratur dan baik. Secara tidak sadar hal tersebut menyebabkan seseorang melakukan tindakan *phubbing*, ketika seseorang sudah merasa senang dalam bermain *game*, maka mereka akan lupa dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini membuat kecanduan *game* menjadi salah satu penyebab *phubbing*.

d. Faktor pribadi atau situasional.

Faktor pribadi yang terjadi sifat perilaku yang mempengaruhi *phubbing* yang mencakup orang yang memiliki sifat introvert seperti, menghiraukan orang lain ketika mengajak berbicara dengan mengabaikan orangnya serta tidak memiliki rasa ketertarikan untuk berbicara dengan orang lain. Faktor situasional yang terjadi pada sifat perilaku seseorang yang mempengaruhi *phubbing* sangat beragam ketika orang yang sedang menunggu pesan atau notifikasi pesan dari orang lain, tentu akan memicu seseorang untuk membuka pesan tersebut.

Manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari sebagai seorang mahasiswa, seharusnya saling berinteraksi untuk mengobrol dengan sesama teman agar terjalin kualitas relasi satu sama lain. Namun pada kenyataannya mahasiswa memilih untuk melakukan kegiatan yang menyibukan diri dengan memainkan gawai daripada membangun relasi dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya.

Perkembangan zaman di era sekarang ini, adanya gawai dapat mempengaruhi perilaku seseorang sehingga menimbulkan perilaku *phubbing*. Dengan mengabaikan orang lain dalam lingkungan sosial dengan fokus dengan gawainya, serta tidak berbicara saat berkumpul. Orang yang melakukan *phubbing* cenderung menghabiskan waktunya hanya untuk bermain gawai dan tidak ada komunikasi dengan orang-orang di dunia nyata.

Justru kekuatan-kekuatan yang dapat mengantarkan menuju komunikasi yang lebih baik, dapat juga menuntun pada semakin meningkatnya pengasingan dan pemusatan diri." Internet dapat menyatukan orang-orang, tetapi juga dapat memisahkan mereka, baik sebagai perseorangan maupun sebagai kelompok-kelompok

Kualitas Relasi

Pada hakekatnya hubungan sosial yang baik adalah hubungan yang dipengaruhi dengan interaksi ketika sedang mewujudkan komunikasi. Dengan kehadiran *smartphone* di tengah masyarakat sangat berdampak dan membuat perubahan pada kehidupan manusia, baik dari pikiran, perilaku, pola pikir,

dan sikap, terutama dalam berinteraksi dengan sesama. Perubahan yang terjadi tersebut tidak dapat menutup kemungkinan bisa mempengaruhi hubungan sosial manusia. Perilaku yang dilakukan oleh pelaku phubbing dapat mempengaruhi hubungan sosialnya. (Alamudi, 2019) mengatakan bahwa phubbing dapat menghancurkan pertemanan karena bisa membuat seseorang menjadi sosok yang anti sosial, dalam artian tidak mau berhubungan sosial. Pengaruh dari relasi tersebut merupakan sebuah perubahan terhadap perilaku pada diri seseorang yang pada akhirnya akan membuat perubahan perilaku pada orang lainnya.

Interaksi sosial merupakan kunci utama dalam bersosialisasi dan berkomunikasi bagi manusia sebagai makhluk sosial. Sebuah komunikasi dapat dikatakan baik apabila komunikasi tersebut berjalan dengan dua arah dimana adanya komunikator sebagai pemberi pesan dan komunikan yang berperan sebagai penerima pesan. Menurut (Walgito, 1980) interaksi sosial adalah suatu hubungan yang saling timbal balik antara individu satu dengan individu lainnya. Interaksi sosial adalah hubungan antar individu atau interaksi dengan sesama kelompok manusia (Soekanta S. , 1997). Dari pendapat diatas dapat diartikan bahwa interaksi sosial merupakan sebuah hubungan-hubungan sosial yang aktif dan semangat. Hubungan sosial yang dimaksud bisa berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara satu kelompok dengan kelompok lainnya, bisa juga antara kelompok dengan individu.

Interaksi sosial tidak akan bisa terjadi bila tidak memenuhi dua syarat, yaitu (1) adanya kontak sosial, dan (2) adanya komunikasi. Interaksi sosial berasal bahasa latin yaitu *com* atau *cum* yang memiliki arti bersama-sama dan *tangoyang* yang memiliki arti menyentuh. Dari pengertian tersebut dapat diartikan secara Harfiah kontak adalah bersama-sama menyentuh. Secara fisik terjadi apabila terjadi hubungan yang timbal balik antara individu atau kelompok. Hubungan sosial ini terjadi apabila proses interaksi yang melibatkan kontak sosial dan komunikasi.

Menurut (Soekanto S. , 2005) kontak sosial dapat terjadi melalui tiga bentuk yaitu sebagai berikut:

1. Antara orang perorangan
2. Antara orang perorangan dengan suatu kelompok individu atau sebaliknya
3. Antara suatu kelompok manusia dengan kelompok manusia lainnya.

Kontak sosial memiliki beberapa sifat, yaitu kontak sosial yang bersifat positif dan kontak sosial bersifat negatif. Kontak sosial positif ialah kontak

sosial yang menuju pada sebuah kerja sama, sedangkan kontak sosial negatif adalah kontak sosial yang mengarah pada sebuah pertentangan atau bahkan sama sekali tidak menciptakan kontak sosial.

Mahasiswa Pendiklat

Definisi Mahasiswa

Menurut Siswoyo mendefinisikan, mahasiswa merupakan seorang siswa yang menuntut ilmu di perguruan tinggi, swasta, maupun lembaga lain yang di tingkat perguruan tinggi. Mahasiswa memiliki tingkat sebuah intelektualitas dan kecerdasan berpikir dan bertindak. Mahasiswa adalah seorang peserta didik yang memiliki tugas menganalisis dan bertanggung jawab dalam mengembangkan kemampuan individual.

Knopfemacher, mahasiswa adalah seorang calon sarjana yang sedang belajar berurusan dengan perguruan tinggi yang didik dan diharapkan calon yang intelektual. Sebagai mahasiswa diharapkan perubahan yang mengarah ke masa depan yang lebih baik sehingga dapat bermanfaat bagi sekitar kita sesuai dengan bidang yang ditekuni.

Mahasiswa adalah peserta didik yang berusia sekitar 18-25 tahun yang sedang menempuh pendidikan akademik pada perguruan tinggi sehingga diharapkan sebagai calon sarjana yang intelektual dan diperankan sebagai insan dewasa yang dimiliki kesadaran diri dalam mengembangkan potensi diri di perguruan tinggi.

Mahasiswa Pendiklat adalah individu yang berperan sebagai katekis dengan sejumlah karakteristik penting. Mahasiswa Pendiklat adalah orang katekis yang mempunyai integritas, kritis, dewasa, bisa diandalkan Gereja, mampu mendampingi dalam pencarian makna, dan mampu memberikan jawaban yang tegas dalam soal-soal iman. (Pendiklat, 2010).

Pertama, mereka memiliki integritas yang tinggi, yang mencerminkan komitmen mereka terhadap nilai-nilai moral dan etika dalam kehidupan sehari-hari. Integritas ini menjadi landasan bagi kepercayaan yang diberikan oleh masyarakat dan gereja kepada mereka. Selain itu, mahasiswa Pendiklat juga bersikap kritis; mereka mampu menganalisis berbagai isu dengan cara yang mendalam dan objektif, sehingga dapat memberikan perspektif yang berharga dalam diskusi iman.

Dewasa dalam berpikir dan bertindak adalah ciri lain dari mahasiswa Pendiklat. Mereka tidak hanya memahami ajaran agama secara teoritis, tetapi juga mampu menerapkannya dalam konteks kehidupan nyata. Keandalan mereka di mata gereja menjadi salah satu alasan mengapa mereka dipilih untuk

mendampingi umat dalam perjalanan spiritual. Tugas utama mereka adalah membantu individu dalam pencarian makna hidup, memberikan bimbingan yang relevan dan mendukung pertumbuhan iman.

Terakhir, mahasiswa Pendidik harus mampu memberikan jawaban yang tegas dalam soal-soal iman. Mereka diharapkan tidak hanya menjawab pertanyaan dengan pengetahuan, tetapi juga dengan kebijaksanaan dan empati, sehingga dapat menjembatani antara ajaran gereja dan kebutuhan spiritual umat. Dengan demikian, mereka berkontribusi signifikan dalam pengembangan komunitas iman

Etika Internet

Menurut para ahli filsuf Yunani terkenal, yaitu Plato. Plato melihat etika sebagai keterampilan untuk mencapainya tujuan tertinggi manusia dari pemikiran, perilaku moral, dan kebajikan manusia. Tujuan tertinggi yang dimaksud yaitu kebahagiaan dan kesejahteraan.

Menurut Aristoteles, ia memandang etika sebagai latihan aktif pikiran sesuai dengan kebaikan atau kebajikan yang sempurna. Etika tersebut dapat diwujudkan melalui keberanian, kontrol diri, kemurahan, dan kejujuran.

Kata "etika" berasal dari bahasa Yunani, "ethos", yang berarti karakter, kebiasaan, atau adat istiadat. Etika dalam arti umum yaitu penilaian apa yang dianggap benar atau salah, baik dan buruknya dalam melakukan tindakan. Etik ini asal berasal istilah Perancis yaitu : etiquette yang artinya istiadat sopan santun atau tata krama yang harus diperhatikan di dalam pergaulan, agar segala korelasi tetap berada pada kondisi baik – baik saja.

Menurut Soerganda, etiket merupakan ialah suatu filsafat yang berkaitan dengan sebuah tindakan yg baik maupun yang buruknya. Etik pun juga memiliki keterkaitan dengan tindakan kesusilaan yang harus dimiliki sang setiap insan di dalam kehidupannya.

Internet adalah jaringan global yang saling terhubung satu sama lain yang memungkinkan berbagai perangkat seperti komputer, smartphone, dan tablet untuk saling berkomunikasi dan berbagi informasi. Menurut Sibero menjelaskan internet merupakan sebuah jaringan yang menghubungkan komputer secara global.

Perkembangan internet di Indonesia telah mengalami pertumbuhan yang sangat pesat dalam beberapa dekade terakhir. Dari yang awalnya hanya terbatas pada kalangan tertentu, kini internet telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia

Di Indonesia, pengguna internet mencapai 150 juta jiwa dengan penetrasi 56% yang tersebar diseluruh wilayah. Jumlah tersebut hanya selisih sedikit

dengan jumlah pengguna internet mobile yang berjumlah 142.8 juta jiwa dengan persentase penetrasi sebesar 53%. Penggunaan internet dapat dilakukan untuk berbagai hal, diantaranya : Mencari informasi, berita, menjalin pertemanan melalui media sosial, berbelanja online, belajar serta berkreativitas.

Gereja Katolik juga memberikan perhatian serius terhadap fenomena ini. Dokumen Gereja "Etika dalam Internet" (KWI, 2022) menegaskan bahwa teknologi digital memiliki dua sisi dapat menjadi sarana untuk mempererat relasi manusia, tetapi dapat memisahkan mereka. Gereja menekankan pentingnya kemampuan untuk membedakan mana penggunaan teknologi yang memperkaya relasi dan mana yang justru merusaknya. Dengan demikian, kita dituntut memiliki kesadaran moral dan spiritual untuk menggunakan teknologi secara bertanggung jawab dan beretika. Dokumen Gereja Etika dalam Internet art 9, Internet dapat menyatukan orang-orang, tetapi juga dapat memisahkan mereka, sebagai perseorangan maupun sebagai kelompok-kelompok.

Etika internet atau netiket adalah seperangkat aturan atau pedoman sopan santun dalam berkomunikasi dan berinteraksi di dunia maya. Menurut (Wahyono, 2009) netiket adalah etika atau aturan dalam berkomunikasi dan berinteraksi menggunakan internet, komunikasi ini memiliki tata cara / aturan tersendiri sama halnya seperti komunikasi secara langsung. Tujuan akhir netiket atau etika internet adalah menciptakan lingkungan internet yang aman, nyaman, serta menghormati satu sama lain agar membangun dunia maya yang positif bagi semua orang. Oleh karena itu, refleksi teologis terhadap phubbing dapat diarahkan pada dimensi moral penggunaan teknologi: bagaimana gawai digunakan secara bertanggung jawab, selaras dengan martabat manusia sebagai citra Allah.

Etika Digital

Kata "etika" berasal dari bahasa Yunani, "ethos", yang berarti karakter, kebiasaan, atau adat istiadat. Etika dalam arti umum yaitu penilaian apa yang dianggap benar atau salah, baik dan buruknya dalam melakukan tindakan.

Digital berasal dari kata Yunani "Digitus", yang berarti jari jemari orang dewasa yang berjumlah 10 (sepuluh). Nilai sepuluh terdiri dari 2 radix, yaitu 1 dan 0. Semua sistem komputer menggunakan sistem digital sebagai basis datanya. Secara garis besar, digital merujuk pada sesuatu yang berkaitan dengan angka atau data yang direpresentasikan dalam bentuk angka biner (binary digit) (0 dan 1).

Istilah "digital" merujuk pada penggunaan teknologi yang mencakup perangkat keras dan lunak yang digunakan untuk menyimpan, memproses,

dan mentransmisikan informasi. Contoh media digital adalah komputer, smartphone, internet, dan berbagai aplikasi serta platform yang biasa digunakan sehari-hari.

Terdapat 185,3 juta pengguna internet di Indonesia pada awal tahun 2024, saat penetrasi internet mencapai 66,5 %. Indonesia menjadi rumah bagi 139,0 juta pengguna media digital pada Januari 2024, setara dengan 49,9 % dari total populasi. Sebanyak 353,3 juta sambungan *handphone* / telepon seluler aktif di Indonesia pada awal tahun 2024 atau setara dengan 126,8 % dari total penduduk.

Indonesia telah mengalami transformasi digital yang sangat signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Pertumbuhan pesat penggunaan internet dan perangkat digital telah mengubah cara masyarakat mengakses informasi, berkomunikasi, dan berinteraksi.

Menurut Novita Sari menjelaskan bahwa pada survei Digital Civility Index oleh Microsoft pada 2020, sebanyak 47% netizen Indonesia tergolong pernah ikut ambil bagian dalam melakukan bullying atau perundungan, dengan 19% menjadi target perundungan. Hal ini menunjukkan bahwa etika dan etiket sangat diperlukan dalam berinteraksi di dunia digital," ia sampaikan, mengingat bahwa masyarakat Indonesia menggunakan internet selama hampir 8 jam per harinya.

Etika digital adalah seperangkat aturan atau pedoman yang mengatur perilaku manusia dalam menggunakan teknologi digital. Lebih mudahnya ini adalah tentang bagaimana kita seharusnya berinteraksi dengan orang lain dan menggunakan teknologi dengan baik dan bertanggung jawab di dunia maya. Hal ini menegaskan pentingnya pendidikan karakter yang menumbuhkan kesadaran empatik dan kemampuan mengelola distraksi teknologi sangat relevan untuk membangun keutuhan pribadi dalam menghadapi tantangan era digital.

Indonesia merupakan salah satu negara dengan pengguna internet terbesar di dunia. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk memiliki kesadaran akan etika digital. Dengan menerapkan etika digital, kita dapat menciptakan ruang digital yang positif, aman, dan bermanfaat bagi semua orang.

Variabel

Dalam penelitian ini, terdapat dua variabel utama yang menjadi fokus analisis. Pertama, variabel independen atau variabel bebas adalah phubbing, yang didefinisikan sebagai tindakan mengabaikan seseorang demi menggunakan ponsel. Phubbing sering kali terjadi dalam situasi sosial, di mana individu lebih memilih berinteraksi dengan perangkat mereka daripada

dengan orang di sekitarnya. Tindakan ini dianggap dapat memberikan dampak negatif terhadap hubungan interpersonal, karena dapat menciptakan perasaan diabaikan dan kurang dihargai.

Variabel dependen atau variabel terikat adalah kualitas relasi antarpribadi. Kualitas relasi ini mencakup beberapa aspek penting, seperti tingkat kedekatan antara individu, kepercayaan yang terbangun dalam hubungan, dan kepuasan yang dirasakan oleh masing-masing pihak. Dalam konteks penelitian ini, kualitas relasi antarpribadi dipengaruhi oleh frekuensi phubbing yang dilakukan. Semakin sering seseorang melakukan phubbing, semakin besar kemungkinan kualitas relasi antarpribadi akan menurun. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara phubbing dan kualitas relasi antarpribadi secara mendalam, serta memberikan wawasan tentang bagaimana perilaku penggunaan ponsel dapat mempengaruhi interaksi sosial dan kesejahteraan emosional individu

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis pengaruh phubbing terhadap kualitas relasi antar pribadi mahasiswa di PENDIKKAT. Untuk menentukan sampel, digunakan teknik pengambilan sampel acak sederhana, di mana setiap mahasiswa memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden. Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner yang dirancang untuk mengukur dua variabel utama:

- a. Phubbing: Diukur menggunakan skala Likert yang terdiri dari beberapa item pertanyaan yang mencerminkan perilaku phubbing, seperti penggunaan ponsel saat berinteraksi dengan orang lain.
- b. Kualitas Relasi Antar Pribadi: Diukur dengan skala Likert yang mencakup item-item yang menilai aspek-aspek hubungan interpersonal, seperti komunikasi, kepercayaan, dan dukungan emosional.

Kuesioner disebarkan secara online melalui *Google Forms*, untuk memudahkan akses dan pengumpulan data dari responden. Penelitian ini akan mematuhi prinsip-prinsip etika penelitian dengan memastikan bahwa semua responden memberikan persetujuan sebelum berpartisipasi. Informasi pribadi responden akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Dengan metode ini, diharapkan penelitian dapat memberikan gambaran yang jelas tentang pengaruh phubbing terhadap kualitas relasi antar pribadi mahasiswa PENDIKKAT.

Hasil Penelitian

Skala Likert

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi Pengaruh phubbing terhadap kualitas hubungan antar pribadi mahasiswa PENDIKKAT. Berdasarkan data yang diperoleh dari kuesioner yang dibagikan kepada 42 responden. Di bawah ini adalah analisis mengenai bagaimana pengaruh phubbing mempengaruhi interaksi sosial di antara mahasiswa PENDIKKAT:

Gangguan dalam Komunikasi

Hasil menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden, yaitu 55,8% (22 orang), merasa terganggu ketika teman atau lawan bicara mereka lebih memilih bermain ponsel saat sedang berbicara. Ini menunjukkan bahwa fenomena phubbing dapat mengganggu komunikasi yang efektif dan menciptakan ketidaknyamanan dalam interaksi antar individu. Responden cenderung merasa kurang diperhatikan ketika lawan bicaranya teralihkan oleh perangkat mobile.

Dampak Phubbing pada Hubungan

Hasil menunjukkan sebanyak 46,5% (20 orang) responden tidak setuju dengan pernyataan bahwa phubbing tidak berdampak pada hubungan mereka. Ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa merasakan efek negatif dari perilaku phubbing dalam menjalin relasi antar pribadi. Mereka menyadari bahwa perhatian yang teralihkan dapat merusak kedekatan dan kualitas hubungan yang seharusnya dibangun melalui komunikasi langsung.

Pengaruh Penggunaan Ponsel

Mengenai pengaruh penggunaan ponsel sebanyak 51,5% (22 orang) responden tidak setuju dengan pernyataan bahwa penggunaan ponsel tidak berpengaruh dalam menjalin relasi antar mahasiswa. Hal ini menunjukkan kesadaran mahasiswa akan dampak negatif dari penggunaan ponsel yang berlebihan dalam konteks sosial. Mereka merasa bahwa interaksi yang dilakukan melalui perangkat digital tidak dapat menggantikan kedekatan emosional yang terbentuk melalui komunikasi tatap muka.

Intensitas Penggunaan Ponsel

Berdasarkan dengan intensitas penggunaan ponsel untuk bermain game dibandingkan berbicara dengan orang lain sebanyak 44,2% (19 orang) responden menyatakan tidak setuju dengan anggapan bahwa bermain game lebih penting daripada berbicara langsung. Ini menunjukkan bahwa meskipun

banyak mahasiswa terlibat dalam aktivitas digital, mereka tetap menghargai interaksi langsung dan menyadari pentingnya komunikasi tatap muka dalam membangun hubungan yang sehat.

Perasaan Diabaikan

Terakhir, mengenai perasaan diabaikan ketika orang lain lebih sering menggunakan ponsel daripada berbicara, 39,5% (17 orang) responden setuju dengan pernyataan ini. Hal ini mencerminkan pengalaman emosional yang dialami mahasiswa ketika berinteraksi dengan teman-teman mereka yang lebih fokus pada perangkat digital daripada pada percakapan yang sedang berlangsung. Rasa diabaikan ini dapat menyebabkan ketidakpuasan dalam hubungan antar pribadi dan berpotensi merusak kualitas relasi.

Hasil Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan *phubbing* terhadap kualitas relasi antarpribadi mahasiswa PENDIKKAT memperkuat mengenai pentingnya interpersonal dalam komunikasi manusia. Mahasiswa yang terlibat dalam perilaku *phubbing* menunjukkan kecenderungan mengalami penurunan kedekatan emosional, kepercayaan, dan rasa saling menghargai dalam relasi. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada hubungan sosial sehari-hari, tetapi juga berimplikasi terhadap formasi kepribadian manusia. Hal ini membangun kemampuan relasi yang autentik menjadi bagian dari panggilan profesional seorang katekis. Hal ini mengganggu dimensi spiritual relasi antar manusia yang menuntut kehadiran penuh dan keterbukaan hati.

Pertanyaan umum

Dalam penelitian ini, penulis memberikan pertanyaan terbuka kepada responden mengenai cara-cara yang dapat digunakan untuk mengurangi *phubbing*, terutama di kalangan mahasiswa saat mereka terlibat dalam pertemuan atau kegiatan yang memerlukan interaksi langsung. Hasil jawaban yang diperoleh menunjukkan berbagai strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasi masalah ini.

Salah satu jawaban yang menonjol datang dari seorang responden yang merekomendasikan pendekatan langsung untuk menghadapi perilaku *phubbing*. Responden tersebut menyatakan, "Menegur secara langsung orang yang sedang main HP untuk bicara bersama-sama tanpa HP." Pandangan ini mencerminkan keinginan untuk menciptakan situasi interaksi yang lebih aktif dan terlibat. Dengan menegur secara langsung, diharapkan individu yang teralihkan oleh ponsel akan menyadari dampak perilaku mereka terhadap

dinamika kelompok dan akan bereaksi lebih positif terhadap ajakan untuk berinteraksi secara langsung.

Strategi ini juga dapat membangun kesadaran individu tentang pentingnya interaksi tatap muka dalam suatu acara. Ketika seseorang sadar bahwa perilaku phubbing mereka dapat membatasi potensi interaksi positif, mereka cenderung untuk berubah dan lebih aktif dalam berpartisipasi. Oleh karena itu, pendekatan langsung seperti ini dapat menjadi langkah awal yang efektif dalam mengurangi frekuensi phubbing.

Selain itu, responden lainnya juga memberikan saran agar tim penyelenggara acara mengambil langkah tegas dengan “menyita semua gadget” selama kegiatan berlangsung. Menurut pandangan responden tersebut, jika suatu acara dirancang untuk meningkatkan interaksi sosial, maka penggunaan ponsel harus dibatasi atau bahkan dilarang sepenuhnya. Dengan menyita ponsel, partisipan akan lebih termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam diskusi dan interaksi tanpa gangguan dari perangkat digital mereka.

Langkah-langkah tegas seperti ini dapat menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi komunikasi dan pembangunan hubungan antarpribadi yang lebih kuat. Tanpa adanya gangguan dari ponsel, partisipan dapat lebih fokus pada dialog dan dinamika grup, sehingga memungkinkan terciptanya suasana yang hangat dan produktif.

Melalui berbagai jawaban ini, terlihat bahwa ada kesadaran kolektif di antara mahasiswa tentang pentingnya interaksi tatap muka dan dampak negatif dari phubbing. Pendekatan langsung dan langkah-langkah tegas menjadi dua strategi utama yang diusulkan untuk mengatasi masalah ini. Dengan menerapkan strategi-strategi tersebut, diharapkan mahasiswa dapat membangun hubungan yang lebih baik dan meningkatkan kualitas interaksi sosial mereka dalam berbagai kegiatan. Penelitian ini menyoroti pentingnya kesadaran dan tindakan proaktif dalam menciptakan suasana interaksi yang positif dan produktif di kalangan mahasiswa.

Kesimpulan

Phubbing perilaku yang memusatkan perhatian pada ponsel daripada orang di sekitar terhadap kualitas relasi interpersonal mahasiswa Program Studi Pendidikan Keagamaan Katolik (PENDIKKAT) di Universitas Sanata Dharma. Dalam konteks digital saat ini, smartphone telah menjadi bagian integral dari kehidupan mahasiswa, mengakibatkan munculnya fenomena *phubbing* yang dapat mengganggu hubungan sosial.

Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa *phubbing* berpotensi merusak kualitas interaksi sosial dan menyebabkan ketidakpuasan dalam hubungan

antarpribadi tetapi juga menjadi refleksi kritis atas tantangan kemanusiaan di era digital, Beberapa efek negatif yang teridentifikasi meliputi gangguan komunikasi, perasaan diabaikan, dan pengurangan intensitas perhatian terhadap lawan bicara. Mahasiswa yang mengalami *phubbing* dari teman mereka merasa kurang dihargai, yang berpotensi menimbulkan perasaan kesepian dan menurunkan kualitas hubungan. *Phubbing* memperlihatkan paradoks modernitas di satu sisi manusia semakin terkoneksi, namun di sisi lain semakin kehilangan keintiman

Penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar 55,8% responden merasa terganggu ketika lawan bicara mereka teralihkan perhatiannya oleh ponsel. Selain itu, 46,5% merasakan bahwa *phubbing* berdampak pada kedekatan dalam hubungan sosial mereka. Meskipun penggunaan ponsel dianggap penting, mahasiswa menyadari bahwa interaksi langsung lebih bernilai dalam membangun hubungan yang sehat. Fenomena ini juga menciptakan potensi isolasi sosial di kalangan mahasiswa yang, meski berada di lingkungan sosial, merasa tidak terlibat secara emosional.

Penelitian juga menyoroti pentingnya kesadaran mahasiswa terhadap dampak negatif *phubbing* dan perlunya strategi pembatasan penggunaan smartphone saat berinteraksi dengan orang lain. Beberapa solusi yang diusulkan responden meliputi teguran langsung terhadap perilaku *phubbing* dan aturan ketat mengenai penggunaan ponsel selama kegiatan sosial. Hal ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan yang kondusif untuk komunikasi yang lebih bermakna. Secara keseluruhan, penelitian ini menekankan pentingnya manajemen penggunaan smartphone dalam menjaga kualitas interaksi sosial, terutama di lingkungan akademis. *Phubbing*, jika dibiarkan, dapat menghambat perkembangan keterampilan komunikasi yang esensial bagi calon pendidik.

Daftar Pustaka

- Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI. (2022). *Etika dalam Internet* (Seri Dokumen Gereja No. 111, Artikel 9). Konferensi Waligereja Indonesia
- Engine Karadag " *Determinants Of Phubbing, Which Is The Sum Of Many Virtual Addictions A Structural Equatin Model*", Journal Of Behavioral Addictions, (Februari, 2015) 1.
- Engine Karadag " *Determinatas Of Phubbing, Which Is The Sum Of Many Virtual Addictions : A Structural Equatin Model*". 7
- Tehseen Nazir dan Sefa Bulut, " *Phubbing And What Could Be Its Determinants: A Dugout Of Literature*", Journal Psychology, 10 (Januari 2019), 821- 824
- Turnbull, C " *The Elon Journal of Undergraduate Research In Communications (2010), 10 Disconnected Humans*", The International Journal of Indian Psychology 68 (September 2016), 44.