



PHUBBING DALAM PERSPEKTIF ETIS TOLOGIS: KAJIAN MEREDUKSI ANTI SOSIAL DALAM MASYARAKAT

Hardi Budiayana¹, Yonatan Alex Arifianto^{2*}, Samuel Purdaryanto³

¹Sekolah Tinggi Teologi Berita Hidup

²Sekolah Tinggi Teologi Sangkakala, Salatiga

³Sekolah Tinggi Teologi Arastamar Bengkulu

*)Email Korespondensi: arifianto.alex@gmail.com

Abstract: *The massive sophistication of technology and information is present to pamper and help humans do their tasks easily. However, dependence or addiction to gadgets triggers the emergence of new characters in society. One of the new characters that emerged in this technological era is phubbing. The purpose of writing this article is so that God's people can understand the importance of respect in communication. And this behavior can damage relationships. Using a qualitative method with a literature study approach and interviews, it can be concluded that Christians must know the nature and definition of phubbing and its impact, where Phubbing is a lack of caring behavior considered as anti-social behavior that can damage social relationships and mental health. Christians can then use biblical principles to guide behavior and interactions with others, including technology use, and provide Christian education teaching related to respect and prioritization in worship. Phubbing and anti-social behavior from an ethical-theological perspective can be considered as behaviors that reduce anti-social behavior in society. Therefore, avoiding phubbing can help improve the quality of social relationships and reduce the negative impact of this habit on mental health. So the actualization of the church's role in reducing anti-sociality can be done in various ways to avoid phubbing attitudes and behaviors.*

Keywords: *Phubbing, Ethical Tological, Reducing Anti-Social. Internet, Social Media.*

Abstraksi: Kecanggihan teknologi dan informasi yang kian masif hadir untuk memanjakan dan membantu manusia melakukan tugasnya dengan mudah, namun ketergantungan atau kecanduan akan gadget memicu timbulnya karakter baru dalam masyarakat. Salah satu karakter baru yang muncul di era teknologi ini yaitu phubbing. Tujuan penulisan Artikel ini, agar umat Tuhan dapat memahami pentingnya sikap menghargai dalam komunikasi. Dan perilaku tersebut dapat merusak hubungan. Menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur dan wawancara maka dapat disimpulkan bahwa kekristenan harus mengetahui hakikat dan definisi phubbing dan dampaknya, dimana Phubbing merupakan perilaku kurang peduli dianggap sebagai perilaku anti-sosial yang dapat merusak hubungan sosial dan kesehatan mental. Maka orang Kristen dapat menggunakan prinsip-prinsip Alkitab untuk membimbing perilaku dan interaksi dengan orang lain, termasuk penggunaan teknologi dan memberikan pengajaran pendidikan Kristen terkait menghormati dan menempatkan skala prioritas dalam peribadatan. Phubbing dan anti sosial dalam perspektif etis teologis dapat dianggap sebagai perilaku yang mereduksi anti-sosial dalam masyarakat. Oleh karena itu, menghindari phubbing dapat membantu meningkatkan kualitas hubungan sosial dan mengurangi dampak negatif dari kebiasaan ini pada kesehatan mental. Maka aktualisasi dari peran gereja dalam mereduksi anti sosial dapat dilakukan dengan berbagai cara untuk menghindari sikap dan perilaku phubbing.

Kata kunci: Phubbing, Etis Tologis, Mereduksi Anti Sosial. Internet, Media Sosial

PENDAHULUAN

Manusia dan komunikasi adalah bagian integral dalam membangun sosial dan budayanya, komunikasi juga menjadi jembatan hubungan relasional dalam segala lini kehidupan. Sebab Komunikasi adalah bagian dari aktivitas manusia, yang paling esensial. Tanpa komunikasi manusia tidak dapat mencari dan mendapatkan apa yang diinginkan. Komunikasi adalah interaksi, hubungan tukar informasi antara satu dan yang lain.¹ Bahkan komunikasi dapat membawa perubahan paradigma dan menjadi media dalam menumbuhkan proses kehidupan nalar dan spiritualitas manusia. Komunikasi merupakan basic social process dalam kehidupan manusia. Satu hal yang sangat fundamental dan sangat diperlukan dalam kehidupan setiap manusia. Tanpa komunikasi manusia tidak dapat berinteraksi dengan sesamanya dan tidak akan berkembang. Dan justru dalam peran komunikasi ada paradigma yang baru muncul dan sering disebut dengan revolusi yang membawa manusia lebih mengarah kepada hal yang lebih baik.²

Dewasa ini dalam dunia komunikasi sangat maju secara pesat dan masif, dimana komunikasi yang hanya dapat dilakukan oleh dua orang bertatap mata dengan tempat dan waktu yang sama mengalami kemajuan karena adanya teknologi dan informasi dalam era digital ini. Peran kemajuan teknologi dan perkembangan yang signifikan dan masif di era digital, memberikan dampak pada perilaku masyarakat yaitu cara masyarakat

berkomunikasi menjadi semakin modern sehingga membawa pada perubahan sikap dari perubahan tradisional ke modern. Dahulu komunikasi hanya bersifat verbal dan tatap muka saja, namun di era digital saat ini masyarakat terbantu menjadi sangat mudah bila berkomunikasi mereka tidak perlu lagi bertatap muka secara on-site dengan lawan bicaranya untuk memberikan informasi maupun percakapan yang harus menggunkan transportasi. Sebab digitalisasi saat ini membuat alat komunikasi modern seperti gadget atau smartphone sudah menjadi alat yang dapat digunakan. Untuk memberikan informasi secara langsung atau menyampaikan kabar dalam hitungan detik dan terhubung dengan orang lain di mana pun di belahan dunia selama mereka terhubung ke *Internet*.³ Dewasa ini kecanggihan teknologi dan informasi yang kian masif hadir untuk memanjakan dan membantu manusia melakukan tugasnya dengan mudah. Sebab dunia telah memasuki era revolusi industri 4.0 dan mengarah ke revolusi industri 5.0 yang ditandai dengan maju dan berkembangnya alat komunikasi dan teknologi. Pada era revolusi industri ini, teknologi dan informatika yang dilakukan serba dengan cara digital dan menggunakan media internet dan hal itu didukung oleh gadget dan platform digital yang dapat menghubungkan semua orang dalam genggam smartphone. Hal itu ditegaskan dalam fungsi dari media sosial adalah untuk menghubungkan satu pihak ke pihak lain, tetapi karena perkembangan zaman tersebut fungsi dari media sosial bukan hanya untuk menghubungkan satu pihak dengan

¹ Siti Rahma Harahap, "Hambatan-Hambatan Komunikasi," *Jurnal Al Manaj* 1, no. 1 (2021): 57–60.

² Mohammad Zamroni, "Perkembangan Teknologi Komunikasi Dan Dampaknya Terhadap Kehidupan," *Jurnal Dakwah X*, no. 2 (2009): 195–211.

³ Ita Musfirowati Hanika, "Fenomena Phubbing Di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya)," *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, no. 1 (2015): 42–51.

pihak lain tetapi dengan media sosial opini publik bisa dirubah bahkan disesuaikan dengan kepentingan pihak.⁴

Kehadiran *Smartphone* di tengah era globalisasi dan digital ini, yang menuntut setiap orang mampu mengaktualisasi dalam kehidupannya menjadi lebih maju dan dapat update terhadap informasi di dunia yang penuh dengan segala kemajuan teknologi bahkan menjadikan gadget yang canggih sebagai salah hal yang tidak lagi dapat dipisahkan maupun dijauhkan dari generasi saat ini dan tentunya sangat berguna bagi kehidupan. Sebab dengan gadget tersebut segala informasi dan data-data mampu diperoleh dengan cepat melalui gadget.⁵ Perkembangannya dampak dari kemajuan ini juga banyak ditemukan. Banyak orang yang sibuk dengan smartphonenya, sehingga adanya interaksi yang salah yaitu seolah dekat namun jauh.⁶ Mereka dapat ditemukan di lorong-lorong universitas, restoran, kafe tradisional atau modern dan tempat umum lainnya. Mereka asyik dengan isi smartphone-nya, yang terus menikmati konten dengan pandangan tertunduk dan serius serta tidak peduli dengan rekan-rekan di samping dan disekitarnya.⁷

⁴ Novi Rizka Amalia, "Propaganda Media Sosial Facebook Dan Blog Dalam Berkembangnya Konflik Di Suriah Dan Mesir 2011-2013," *ETTISAL Journal of Communication* 1, no. 1 (2016): 25–36, <https://doi.org/10.21111/ettisal.v1i1.1052>.

⁵ Rafinita Aditia, "Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial," *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora* 2, no. 1 (2021): 8–14.

⁶ Muh. Zainuddin Nur, "Kontrol Sosial Orang Tua Terhadap Penggunaan Smartphone Pada Remaja (Studi Di Desa Giring-Giring Kecamatan Bontompo Kabupaten Gowa)," *Jurnal Ilmiah (UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR, 2019)*, http://eprints.unm.ac.id/13873/1/JURNAL_ILMIAH.pdf.

⁷ Yuliana Restiviani, "Patologi Sosial Akibat Penggunaan Smartphonedalam Perspektif

Disadari atau tidak, pesat dan majunya perkembangan teknologi dan segala sistem informasi yang terkait peran komunikasi telah memicu munculnya karakter-karakter atau watak dalam bersosial yang baru dalam bermasyarakat. Salah satu kebiasaan atau karakter baru yang muncul di era globalisasi dan disrupsi teknologi ini adalah *phubbing*. *Phubbing* merupakan gabungan dari kata "phone" dan "snubbing" dan mengacu pada fenomena menghina seseorang karena terlalu memperhatikan perangkat digitalnya atau gadgetnya.⁸ Praktik *phubbing* telah menjadi fenomena yang menarik perhatian para peneliti di seluruh dunia. Penyebabnya karena ponsel pintar ada dimana-mana dan sering digunakan dalam interaksi masa kini.⁹

Istilah "*phubbing*" merupakan gabungan dari telepon dan *snubbing*, yang mewakili interupsi dalam interaksi tatap muka karena ponsel pintar bertindak sebagai pengalih perhatian. Hal itu didefinisikan sebagai seorang pribadi yang memiliki kecenderungan lebih sering fokus terhadap gadgetnya daripada orang yang berdiskusi ataupun lawan bicaranya.¹⁰ *Phubbing* sebelumnya telah dikaitkan dengan beberapa dampak relasional dan pribadi

Komunikasi Islam," *AT-TABAYYUN Journal Islamic Studies* 5, no. 1 (2023): 79–101, <https://journal.iainlhokseumawe.ac.id/index.php/attabayyun/index>.

⁸ Fikry Zahria Emeraldien and Mochammad Alwi Hidayat, "Fenomena Phubbing Pada Pola Komunikasi Mahasiswa," *ETTISAL : Journal of Communication* 8, no. 1 (2019): 31–52, <https://doi.org/10.21111/ejoc.v8i1.9592>.

⁹ Estefanía Capilla Garrido et al., "A Descriptive Literature Review of Phubbing Behaviors," *Heliyon* 7, no. 5 (2021): 1–10, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>.

¹⁰ Gazi Saloom and Ginda Veriantari, "Faktor-Faktor Psikologis Perilaku Phubbing," *Jurnal Studia Insania* 9, no. 2 (2022): 152–67, <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i2.4517>.

yang negatif.¹¹ Ponsel pintar sangat memungkinkan dapat menghubungkan sesama dengan orang lain dari mana saja dan waktunya kapan saja. Namun, terdapat kekhawatiran yang semakin besar bahwa ponsel pintar kadang-kadang justru mengurangi, bukannya melengkapi, interaksi sosial.¹² Sebab secara sadar masyarakat lebih asyik dengan gadget atau smartphone miliknya dibandingkan harus berinteraksi dengan lawan bicara atau menjalin hubungan dengan lingkungan.¹³ Hal itu adalah sikap yang menyakiti lawan bicara dengan menggunakan smartphone yang berlebihan.¹⁴ Istilah *phubbing* juga ini secara sadar mewakili tindakan menghina seseorang dalam lingkungan sosial dengan berkonsentrasi pada ponsel pribadinya daripada berbicara langsung kepada orang tersebut.¹⁵ Di mana tindakan menghina seseorang dilakukan dengan sadar saat komunikasi berjalan dengan tidak memperhatikan lawan bicara namun sibuk dengan aktivitas untuk memeriksa ponsel pintarnya terus menerus di tengah percakapan di kehidupan nyata.¹⁶ Tidak

dapat dipungkiri bahwa *phubbing* merupakan aktualisasi dari tindakan nyata yang dilakukan oleh manusia karena seiring dengan pertumbuhan teknologi.¹⁷ Oleh karena itu dalam penelitian ini peneliti menyelidiki fenomena *phubbing* ini berkembang di masyarakat terutama dalam etis teologis masyarakat Kristen dalam menyikapi setiap perilaku di saat beribadah, dan sikap lain dalam komunal maupun personal saat berada dalam interaksi sosial.

Berkaitan dengan *phubbing* dalam perspektif etis teologis: kajian mereduksi anti sosial dalam masyarakat, pernah diteliti oleh Yusak Setianto, Muryati Muryati, Melvin Abrillian dalam penelitiannya berjudul *Jangan ada phubbing di antara kita: studi personifikasi perempuan dalam Amsal 8-9 bagi pemanfaatan gawai*. Kesimpulan dari penelitian tersebut adalah salah satu bentuk teknologi yang dapat menyebabkan seseorang menjadi *phubber* apabila dia tidak bijak dalam memanfaatkannya. Dan tentunya memilih jalan hikmat untuk menghindari dan menjauhi sikap *phubbing*. Agar dapat memilihnya, mereka perlu menjalin hubungan yang intim dengan Tuhan dan takut akan Dia. Dengan demikian, dia dapat memperoleh hikmat dari-Nya dan menggapai kesuksesan dalam hidup.¹⁸ Penelitian serupa yang juga dilakukan oleh Dwi Meinanto, Bobby Kurnia

¹¹ Tessa Thejas Thomas, Katherine B. Carnelley, and M. Hart Claire, "Phubbing in Romantic Relationships and Retaliation: A Daily Diary Study," *Computers in Human Behavior* 137, no. 107398 (2022): 1–7, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>.

¹² Varoth Chotpitayasunondh and Karen M. Douglas, "How 'Phubbing' Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing via Smartphone," *Computers in Human Behavior* 63 (2016): 9–18, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>.

¹³ Hanika, "Fenomena Phubbing Di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya)."

¹⁴ Hanika.

¹⁵ Chotpitayasunondh and Douglas, "How 'Phubbing' Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing via Smartphone."

¹⁶ Sabah Balta et al., "Neuroticism, Trait Fear of Missing Out, and Phubbing: The Mediating

Role of State Fear of Missing Out and Problematic Instagram Use," *International Journal of Mental Health and Addiction* 18, no. 3 (2020): 628–39, <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>.

¹⁷ Emeraldien and Hidayat, "Fenomena Phubbing Pada Pola Komunikasi Mahasiswa."

¹⁸ Yusak Setianto, Muryati Muryati, and Melvin Abrillian, "Jangan Ada Phubbing Di Antara Kita: Studi Personifikasi Perempuan Dalam Amsal 8-9 Bagi Pemanfaatan Gawai," *Tumou Tou* 10, no. 1 (2023): 27–40.

Putrawan, dan Amran Simangunsong, didalam penelitian yang berjudul *Degradasi Moral Generasi Z: Tinjauan Etis Teologis terhadap Phubbing*, Simangunsong dkk mendeskripsikan bahwa generasi penerus yang melakukan perilaku phubbing umumnya berperilaku acuh tak acuh dan mengabaikan orang lain dengan hanya fokus pada ponselnya sehingga dapat menimbulkan konflik dengan orang lain.¹⁹ Dengan kata lain, anak muda sebagai generasi penerus yang mengalami dan melakukan tindakan *phubbing* telah menunjukkan perilaku maladaptif. Kesimpulan penelitian tersebut menegaskan bahwa dampak penggunaan internet yang berlebihan menyebabkan kecanduan dan menyebabkan kemerosotan atau degradasi dari moral, sehingga merusak hubungan secara personal maupun komunal dengan orang lain. Maka etika Kristen juga berpendapat bahwa tindakan tersebut tidak pantas karena tidak mencerminkan karakter Kristus dan bertentangan dengan ajaran Yesus.²⁰

Berdasarkan latar belakang dan fenomena serta penelitian sebelumnya yang menyangkut *phubbing*, peneliti mendapatkan celah yang berbeda dari sudut pandang untuk mereduksi anti sosial dalam masyarakat. Kesalahan dalam sosial dan komunikasi di era digitalisasi ini sangat fatal akibatnya bagi perilaku anak Tuhan dalam menjalankan aktivitas ibadah maupun bersosial dalam komunal. Sehingga kajian ini sangat dibutuhkan sebagai penuntun dan memberikan gaya baru agar umat Tuhan dapat menempatkan

sisi menghargai dalam komunikasi dua arah dan tentunya memenuhi hakikatnya sebagai manusia yang memprioritaskan Tuhan, ibadah maupun orang lain saat komunikasi dua arah berlanjut.

METODE

Artikel ini menggali dan menguraikan tantangan gereja dan orang Kristen terkait *phubbing* yang dideskripsikan dalam kajian teologis, dimana kajian tersebut diharapkan mampu mereduksi anti sosial dalam masyarakat khususnya warga gereja dalam hal fenomena *phubbing*. Oleh karenanya metode yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif deskriptif, Sumber data utama yang digali dalam penelitian ini adalah teks Alkitab dan didukung oleh berbagai kajian teori literatur yang bertema relevan antara lain dari berbagai artikel jurnal, artikel umum dalam fenomena *phubbing* yang viral via portal berita nasional. Dan juga tentunya hasil eksplorasi internet, buku dan literatur lainnya. Dengan demikian pendekatan yang dipergunakan adalah analisis deskriptif naratif studi pustaka dan wawancara terkait anti sosial dan *phubbing* dalam kajian Alkitabiah. Pembahasan diawali dengan uraian tentang *Phubbing* dan dampaknya serta dengan tantangannya. Pembahasan berlanjut pada penggalian kajian teks Alkitab dalam kaitannya dengan anti sosial dan menghoramti terkait *phubbing*. Selanjutnya hasil kajian ditemukan dan dinarasikan sebagai pola aktualisasi dari peran gereja dalam mereduksi anti sosial yang mana hal itu dapat diaplikasikan oleh gereja, lembaga keagamaan, sekolah bahkan keluarga untuk hidup dalam komunikasi yang menghargai diruang publik manapun.

HASIL

¹⁹ Dwi Meinanto, Bobby Kurnia Putrawan, and Amran Simangunsong, "Degradasi Moral Generasi Z: Tinjauan Etis Teologis Terhadap Phubbing," *IMMANUEL: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (2022): 21–32.

²⁰ Meinanto, Putrawan, and Simangunsong.

Hasil penelitian ini memberikan gambaran dan pengertian tentang *phubing* dan dampaknya bagi anak-anak muda sebagai generasi penerus. Prilaku anti sosial memberikan ancaman bagi generasi muda sebagai penerus.

Selain itu, hasil penelitian ini juga memberikan pemamparan tentang *phubing* dan anti sosial dalam etis teologis, serta menjelaskan aktualisasi peran gereja dalam mereduksi praktek anti sosial di kalangan pemuda sebagai generasi penerus.

PEMBAHASAN

Hakikat dan Definisi Phubbing dan dampaknya

Perkembangan teknologi digital yang semakin canggih dan budaya komunikasi dengan banyak *platform* di media sosial telah melahirkan fenomena perilaku generasi mendatang seperti *nomophobia* dan *phubing*. *Nomophobia* (*no mobile phone phobia*) adalah istilah yang menggambarkan dan mencirikan dengan jelas seseorang yang tidak bisa melepaskan diri dari gadget dan media sosial. *Nomophobia* juga merupakan suatu penyakit dimana seseorang mengalami ketergantungan terhadap *mobile phone*, sehingga bisa mendatangkan kekhawatiran yang berlebihan jika *mobile phone* nya tidak ada di dekatnya.²¹

Fobia jenis ini ditandai dengan rasa takut yang luar biasa akan kehilangan ponsel hanya untuk melihat notifikasi masuk atau update status dari rekan kerja. Mereka selalu membawanya kemanapun mereka pergi dan hampir selalu dan sangat sering untuk kegiatan mengecek ponselnya apapun situasi dan kondisinya. Takut kehabisan baterai atau sinyal dan hilang

panggilan atau SMS dan informasi penting di media sosial juga merupakan salah satu bentuk *nomophobia*.²² Sedangkan *Phubbing* dapat digambarkan sebagai seseorang yang melihat gadgetnya atau ponselnya sambil berbicara dengan orang lain, sibuk dengan ponsel cerdasnya, serta mengabaikan dan tidak peduli terhadap orang lain bahkan tidak menghargai komunikasi interpersonalnya.²³ Oleh sebab itu definisi *phubbing* yang berarti melakukan tindakan berinteraksi sejenak dengan gadget selama percakapan komunikasi tatap muka berlangsung.²⁴ Memang tidak dipungkiri bahwa penggunaan *smartphone* dan *platform* media sosial telah menjadi fenomena global yang masif dan mencakup hampir seluruh lapisan masyarakat tidak terkecuali umat Tuhan dalam peribadatan. Sejatinnya peran teknologi sangat baik dan mampu memberikan banyak sekali kegunaan dan manfaat dalam berkomunikasi, namun juga berdampak pada perubahan nilai dan perilaku serta berdampak sosial yang signifikan.²⁵ Yaitu perilaku yang tidak menghargai orang lain. Pdt. Petrus dalam wawancara terkait *phubbing*, menegaskan dalam ranah ibadah dan

²¹ Linda Ishariani, "Skrining Dan Edukasi Penanganan Sindrom *Nomophobia* Pada Remaja," in *Prosiding Seminar Penelitian Kesehatan*, vol. 2, 2020.

²² Preeti Mathew, Praveen C Thulasi, and Jinto Philip, "Nomophobia- Do We Really Need to Worry about? A Cross Sectional Study on Nomophobia Severity among Male Under Graduate Students of Health Sciences.," *Reviews of Progress* 1, no. 1 (2013): 1–5.

²³ Wandu Adiansah et al., "Person in Environment Remaja Pada Era Revolusi Industri 4.0," *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial* 2, no. 1 (2019): 47–60.

²⁴ Yeslam Al-Saggaf, "Phubbing, Fear of Missing out and Boredom," *Journal of Technology in Behavioral Science* 6, no. 2 (2021): 352–57, <https://doi.org/10.1007/s41347-020-00148-5>.

²⁵ Restiviani, "Patologi Sosial Akibat Penggunaan *Smartphone* dalam Perspektif Komunikasi Islam."

doa, jemaat diharapkan untuk menghargai pembicara atau pendoa yang sedang melayani.²⁶

Kehadiran media baru yang sangat mendukung era teknologi yaitu seperti internet, kecanggihan gadget atau *smartphone* nampaknya sudah menjadi kebutuhan sangat primer pada masyarakat modern, khususnya bagi generasi saat ini.²⁷ Bagi mereka, kegunaan dan kemudahan yang ditawarkan sangat membantu dan nyatanya jauh lebih penting dibandingkan dampak negatif yang mungkin timbul seperti fenomena dari anti sosial yaitu *phubbing*.²⁸ Namun fenomena *phubbing* ini juga tidak bisa dianggap remeh bagi generasi penerus, dimana fakta dilapangan adanya kecanduan *smartphone* dan layanan internet memang sangat mampu mendorong pada perilaku manusia untuk senantiasa mengutamakan aktualisasi yang perlu dihargai yang mengarah pada perilaku anti sosial *phubbing*.²⁹ Walaupun memang diakui adanya dominasi dari lapisan masyarakat yang menganggap perilaku dari *phubbing* adalah hal yang wajar atau lumrah yang sejatinya mengarah pada sistem sosial yang secara sadar menjadi tergerus akan arus determinisme dari kecanggihan

teknologi.³⁰ Terus naik signifikan yang akan berubah menjadi budaya. Kewajaran tersebut tidak berdasar sebab dampak perilaku *phubbing* bisa merubah pola komunikasi, bisa meningkatkan perasaan cemburu pada pasangan, melemahkan ikatan romantisme, menurunkan kepuasan hubungan, meningkatkan depresi, perbuatan kasar, menyinggung dan melanggar norma sosial.³¹ Serta adanya kesulitan dalam mengkomunikasikan atau berkomunikasi, kesulitan untuk dapat membangun dan mempertahankan personal komunikasi dalam kontak mata dengan lawan bicara, maka dapat menimbulkan kesalahpahaman atau perselisihan pada sesi diskusi, hubungan sosial menjadi tumpul, sebab merasa tidak dihargai.³² Yang mana akhir dari *phubbing* ini tidak adanya kesopanan dan adat timur yang selalu menghargai untuk dipertahankan

Perilaku *phubbing* juga membuat lawan bicaranya merasa tidak dihargai, sehingga kedekatan antara hubungan keduanya menjadi rapuh; Selain itu, perilaku *phubbing* menjadi semakin terasingkan dari lingkungan sosial seseorang dan berujung pada berkurangnya kepekaan terhadap lingkungan.³³ Dan juga tentunya dampak negatif dari efek yang ditimbulkan dari sikap dan perilaku *phubbing* ini seperti menurunnya tingkat kepercayaan seseorang, ketidakharmonisan relasi interpersonal,

²⁶ Petrus Suparno, "Dampak Phubbing Dalam Peribadatan" (Tulang Bawang Barat, 2023).

²⁷ Paulus Kunto Baskoro and Indra Anggiriati, "Keterkaitan Kedewasaan Rohani Dengan Penatalayanan Yang Maksimal Dalam Gereja Dan Dunia Market Place," *LOGIA: Jurnal Teologi Pentakosta* 2, no. 2 (2021): 32–51.

²⁸ Hanika, "Fenomena Phubbing Di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya)."

²⁹ Lintang Rum Hapsari, Ulya Makhmudah, and Ma'rifatin Indah Kholili, "Keefektifan Cognitive Behavior Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Phubbing Pada Peserta Didik SMP," *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling* 5, no. 1 (2021): 24–30, <http://jurnal.uns.ac.id/jpk>.

³⁰ Emeraldien and Hidayat, "Fenomena Phubbing Pada Pola Komunikasi Mahasiswa."

³¹ Laeli Farkhah et al., "Dampak Perilaku Phubbing: Literatur Review," *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic E-ISSN 2988-3709 (Online)* 1, no. 2 (2023): 1–18.

³² Farkhah et al.

³³ Hanika, "Fenomena Phubbing Di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya)."

bahkan hilangnya empati individu.³⁴ Bahkan hubungan sosial yang keterkaitan dengan kemampuan mendengar dan membuka diri terhadap lawan bicara menjadi tumpul dan tidak mampu menjadi berkat bagi sesama, respon yang terdegradasi saat memahami apa yang disampaikan oleh lawan bicara menjadi lambat/tumpul, keterlibatannya sangat kurang membuat lawan bicara tersinggung dan malas bicara lagi.³⁵ Bukan saja di offline namun dampak buruk *phubbing* dapat terjadi pada interaksi sosial saat adanya pembelajaran secara online atau virtual saat ini, khususnya saat siswa atau mahasiswa melakukan aktivitas dan segala hal kegiatan perkuliahan di media zoom,³⁶ yang mana mahasiswa tidak lagi fokus kepada proses pembelajaran namun pada aktivitas gadgetnya. dalam dunia pekerjaan juga *phubbing* memiliki hubungan negatif dengan kinerja karyawan.³⁷ Bahkan penelitian *phubbing* dalam responden yang terkait dengan pelanggan restoran memberikan bukti bahwa anti sosial *phubbing* dapat memunculkan perasaan yang tidak seharusnya terjadi saat komunikasi dialog terhalang dengan anti sosial sehingga adanya perasaan diabaikan, sikap yang tidak dihargai, dan terlebih adanya miss komunikasi dari gangguan dalam berkomunikasi, dan dapat memunculkan perasaan atau tindakan negatif.³⁸ Sehingga hal

tersebut memengaruhi situasi dalam menikmati makanan dan juga psikologis.

Kecanduan ponsel pintar menjadi pemicu perilaku *phubbing* sebesar 47 dan hal itu berdampak buruk pada interaksi sosial.³⁹ Seperti yang diungkapkan oleh Desnya Pambudi Raharjo, dalam penelitiannya bahwa semakin tinggi intensitas mengakses *Gadget* dan semakin leluasa seseorang berselancar di dunia internet, maka tingkat perilaku anti sosial *phubbing* akan semakin signifikan naik dan tinggi. Sebaliknya jika kegiatan aktivitas di dunia maya maka berdampak semakin rendah intensitas mengakses internet seorang baik secara sadar atau tidak maka tingkat perilaku anti sosial *phubbing* akan semakin turun atau rendah.⁴⁰ Oleh karena itu penggunaan gadget dan intensitas berselancar dalam dunia internet harus diperhatikan dengan serius.

Phubbing dan Anti Sosial dalam Etis Teologis

Kecanduan gadget dan terlalu sering mengakses internet dan juga adanya sikap narsis sebagai bentuk aktualisasi diri juga memicu terjadinya sikap *phubbing* ini.⁴¹ Bahkan kurangnya

³⁴ Emeraldien and Hidayat, "Fenomena Phubbing Pada Pola Komunikasi Mahasiswa."

³⁵ Farkhah et al., "Dampak Perilaku Phubbing: Literatur Review."

³⁶ Yola Eka Putri et al., "Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa," *Jurnal Penelitian Guru Indonesia* 7, no. 2 (2022): 343–47.

³⁷ James A. Roberts and Meredith E. David, "Boss Phubbing, Trust, Job Satisfaction and Employee Performance," *Personality and Individual Differences* 155 (2020): 1–8, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109702>.

³⁸ Noriksa Ratu Vetsera and Laras Sekarasih, "Gambaran Penyebab Perilaku Phubbing Pada

Pelanggan Restoran," *Jurnal Psikologi Sosial* 17, no. 2 (2019): 86–95, <https://doi.org/10.7454/jps.2019.12>.

³⁹ Binti Isrofin and Eem Munawaroh, "The Effect of Smartphone Addiction and Self-Control on Phubbing Behavior," *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 15–23, <https://doi.org/10.17977/um001v6i12021p015>.

⁴⁰ Desnya Pambudi Raharjo, "Intensitas Mengakses Internet Dengan Perilaku Phubbing," *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 9, no. 1 (2021): 1–12, <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5662>.

⁴¹ Rachel Grieve and Evita March, "'Just Checking': Vulnerable and Grandiose Narcissism Subtypes as Predictors of Phubbing," *Mobile Media and Communication*

mengontrol diri dan tidak menghargai komunikasi secara interpersonal dapat memicu meningkatnya perilaku anti sosial *phubbing*.⁴² Di mana sikap *phubbing* ini sangat bertentangan dengan adat dan norma kemanusiaan dan juga prinsip komunikasi. Bahkan dewasa ini masih ada personal maupun komunal yang keberadaannya dari sejumlah komunitas yang masih tetap mewakili nilai, norma, dan etika dalam hubungan komunikasi perbincangan yang dilandasi rasa saling menghormati.⁴³ Menghargai identik dengan harga yang didalamnya terkandung nilai mengasihi. Oleh sebab itu sebagai orang Kristen seharusnya menggunakan Alkitab sebagai pedoman dalam hidup untuk dapat berinteraksi dengan sesama. Dalam Injil Yohanes 14:15 mengemukakan bahwa “jikalau manusia secara sadar dan memiliki keyakinan untuk mengasihi Yesus, maka seharusnya manusia itu dapat menuruti perintah Tuhan, selain itu dalam Yohanes 15:12 mengemukakan juga bahwa orang Kristen harus saling mengasihi seperti Yesus telah mengasihi orang Kristen.” Dalam hal ini manusia yang memiliki kasih dituntut juga secara sadar dan penuh keramahan untuk mengasihi sesamanya seperti yang dinyatakan dalam kitab Imamat 19:18 dan juga mengasihi orang asing. Kasih Allah mengharapkan jawaban dari orang yang telah dikasihi-Nya dalam segala aspek mau dalam peribadatan orang percaya dituntut

untuk berlaku hormat. Sebab perilaku hormat juga menjadi kata yang penting dalam penyembahan kepada Tuhan. Menghormati Tuhan dalam peribadatan adalah bentuk merespon kasih Allah yang telah membawa keselamatan dan berkat bagi orang percaya. Oleh karena itu menghargai peribadatan juga harus disertai kasih kepada Allah, dengan menjadi teladan untuk tidak *phubbing* saat ibadah berlangsung. Ketika pujian dan penyembahan dinaikan orang percaya harus fokus kepada kesakralan ibadah bukan hanya memotret atau melihat notifikasi handphone.

Suratan yang ditujukan kepada Titus, Paulus mengungkapkan bahwa rasul Paulus mendidik supaya semua orang yang percaya percaya harus dapat meninggalkan segala perbuatan kefasikan dan juga meninggalkan keinginan-keinginan duniawi dan tentunya supaya manusia hidup dalam bijaksana, yang didasari rasa adil dan hal itu mengarah pada beribadah di dalam dunia sekarang ini untuk memperlakukan nama Tuhan (Tit 2:12) Paulus ingin kekristenan memiliki prioritas dan juga sikap yang menghargai Tuhan dan para pelayan. Sikap hormat inilah yang menjadi keinginan Paulus untuk tidak menjadi batu sandungan (1 Kor 8:9), karena orang percaya adalah suratan yang terbuka yang dapat dilihat orang sebagai saksi Kristus (2 Kor 3:2). Sebab sikap yang menghargai merupakan jembatan penghubung untuk masuk ke dalam kehidupan orang lain. Sebab umat Tuhan yang menaruh penghargaan kepada orang lain, sejatinya sedang membantu orang tersebut untuk mengenal Tuhan dan memuliakan Tuhan melalui hidup umat Tuhan yang menjadi saksi Kristus sebagai terang dan garam (Mat 5:16).

Menghargai sesama juga terkandung nilai dan sikap yang

9, no. 2 (2021): 195–209,
<https://doi.org/10.1177/2050157920942276>.

⁴² Noor Hafizah, Muhammad Ali Adriansyah, and Rini Fitriani Permatasari, “Kontrol Diri Dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing,” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 9, no. 3 (2021): 630–39,
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6504>.

⁴³ Hanika, “Fenomena Phubbing Di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya).”

mengutamakan moral yaitu kesopanan, sopan adalah budaya timur yang juga diharuskan oleh ajaran Kristen untuk diterapkan karena sopan adalah bagian dari kasih (1 Kor 5:13) kesopanan sendiri merupakan sikap kerendahan hati dan kesopanan dalam segala hal termasuk dalam menghormati orang yang sedang berbicara, orang yang sedang menyampaikan pengajaran baik secara online maupun offline harus dihormati. Sopan dalam menghormati orang lain dalam menyampaikan pembicaraan adalah menundukkan sikap atau gestur tubuh untuk tunduk kepada mereka yang menyampaikan narasi.⁴⁴ Sebab Tuhan inginkan sikap tubuh atau gestur untuk menjadi berkat. Dan hal itu dituntut supaya berusaha “muliaikanlah Allah dengan tubuhmu” (1 Kor 6:19-20).

Aktualisasi dari Peran Gereja dalam mereduksi Anti Sosial

Gereja sebagai lembaga keagamaan sangat berperan besar dalam mereduksi sikap anti sosial yang disebut *phubbing*. Memang telah dijelaskan bahwa. Meningkatnya waktu yang dihabiskan untuk berselancar ataupun mengakses internet dan keinginan untuk mengakses konten-konten dalam jumlah besar melalui Internet menunjukkan bahwa penggunaan Internet mungkin merupakan suatu masalah yang harus ditangani.⁴⁵ Oleh karena itu peran gereja dalam pendidikan Kristen juga memberikan paradigma dan pengajaran

tentang anti sosial sebagai sikap yang dapat menghancurkan umat Tuhan. Gereja perlu membuat workshop sebagai bagian pengajaran untuk menjauhkan sikap tidak menghormati ketika umat Tuhan dalam komunitas maupun percakapan verbal baik online maupun onsite. Pendidikan untuk suatu prioritas bagi umat Tuhan juga harus didukung dengan keteladanan dimana pemimpin gereja atau pelayan menghormati peribadatan dengan tidak bermain handphone. Karena sejatinya Penggunaan smartphone atau gadget secara berlebihan tentu dapat menyebabkan manusia memiliki ketergantungan yang memengaruhi secara psikis dan juga dapat berdampak pada kurangnya kesadaran terhadap interaksi sosial yang kurang (Anti sosial).⁴⁶ Terlebih bila para pelayan Tuhan atau para pemimpin gereja memiliki sikap ketergantungan terhadap media sosial. Maka berakibat adanya kecenderungan kebosanan yang timbul ketika berinteraksi dalam komunal maupun intrapersonalnya.⁴⁷ Ini adalah sikap perilaku antisosial. Hal itu didasarkan pada perilaku anti sosial yang menyimpang dari nilai dan norma-norma yang ada dan memang berlaku dalam *circle* sistem sosial di masyarakat. Perilaku antisosial yang muncul ini diakibatkan dari keberadaan personal akan ketidakmampuan individunya atau komunal dalam beradaptasi dan mematuhi norma-norma

⁴⁴ Paulus Kunto Baskoro, “Pandangan Teologi Tentang Teologi Reformasi Dan Aplikasinya Bagi Kekristenan Masa Kini,” *Jurnal Teologi (JUTEOLOG)* 2, no. 1 (2021): 151–67, <https://doi.org/10.52489/juteolog.v2i1.22>.

⁴⁵ Engin Karadağ et al., “Determinants of Phubbing, Which Is the Sum of Many Virtual Addictions: A Structural Equation Model,” *Journal of Behavioral Addictions* 4, no. 2 (2015): 60–74, <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.

⁴⁶ Arief johari Arief, “Kampanye Anti Sosial Akibat Pengaruh Penggunaan Game Smartphone Berlebihan Melalui Perancangan Film Pendek,” *Jurnal Dasarupa: Desain Dan Seni Rupa* 3, no. 2 (2022): 1–5, <https://doi.org/10.52005/dasarupa.v3i2.87>.

⁴⁷ Stephen J. Vodanovich and William L. Mikulas, “The Essence of Boredom,” *The Psychological Record* 43, no. 1 (1993): 3–12, <https://www.researchgate.net/publication/229059999>.

dalam masyarakat.⁴⁸

Peran gereja dalam mengajarkan nilai moral, sikap serta perilaku dalam bingkai etis teologis, yang mana pengajaran itu diterapkan sebagai standart dalam kebiasaan umat Tuhan yang diaktualisasikan dalam kehidupan sehari-hari. Seperti himbauan di gereja untuk mensilent atau menonaktifkan *Handphone* saat peribadatan berlangsung. Kebiasaan mematikan notifikasi saat berkumpul dengan orang lain. Atau kebiasaan tidak mengambil ponsel saat sedang makan atau saat sedang berbicara dengan orang lain. Atau dapat dengan secara radikal untuk menyimpan gadget di dalam tas atau tempat yang jauh dari jangkauan tangan saat dalam ibadah, persekutuan, rapat atau apapun bentuknya ketika ada dialog yang berkaitan dengan mengharagai harus diterapkan. Supaya umat Tuhan dapat fokus pada topik obrolan yang sedang dibicarakan dengan orang lain. Maka dengan menghindari kebiasaan buruk *phubbing*, umat Tuhan dapat meningkatkan kualitas hubungan dengan orang lain dan menghindari dampak negatif dari kebiasaan ini pada kesehatan mental.

Peran gereja juga dapat memberikan pendidikan Kristen dengan skala prioritas memberikan pengajaran tentang umat Tuhan untuk tidak mengabaikan orang lain dalam berinteraksi karena perhatian yang lebih tertuju kepada ponsel atau *phubbing*, dapat merusak hubungan.⁴⁹ begitu juga dirumah, maka gereja dan keluarga

harus instens dalam mengingatkan untuk pasangan suami istri sibuk dengan telepon genggamnya. Hal ini berakibat pasangannya merasa khawatir bahwa pelaku *phubbing* sedang berkomunikasi dan lebih menaruh perhatian kepada pria/wanita lainnya, sedangkan dirinya tidak dianggap berharga.⁵⁰ Rasa seperti ini akan muncul karena besarnya ketergantungan individu terhadap *smartphone* dan internet.⁵¹ Tanpa memperhatikan keadaan atau seseorang disekitarnya.

KESIMPULAN

Gadget dan kemajuan internet dalam berbagai platform digital. Menghadirkan kebudayaan baru dan sikap anti sosial yang buruk. Hal itu tidak adanya kontrol diri dan pengajaran yang benar dalam kebiasaan yang bertentangan dengan sikap menghargai dan ciri khas adat ketimuran dan nilai Alkitabiah. Maka dapat disimpulkan bahwa *phubbing* dalam perspektif etis teologis: kajian mereduksi anti sosial dalam masyarakat, pertama kekristenan harus mengetahui hakikat dan definisi *phubbing* dan dampaknya, dimana *Phubbing* merupakan perilaku kurang peduli dengan orang sekitar dan lebih fokus pada ponsel. *Phubbing* dapat dianggap sebagai perilaku anti-sosial yang dapat merusak hubungan sosial dan kesehatan mental. Meskipun *phubbing* tidak secara khusus disebutkan dalam Alkitab, orang Kristen dapat menggunakan prinsip-prinsip Alkitab untuk membimbing perilaku dan interaksi dengan orang

⁴⁸ Indanah, Rizka Himawan, and Mohammad Habibi, "Perilaku Anti Sosial Pada Remaja," in *URECOL: The Twelfth University Colloquium 2020 Universitas Aisyiyah Surakarta*, vol. 329, 2020, 213–19.

⁴⁹ Ruat Diana, "Peran Komunikator Kristen Dalam Strategi Pekabaran Injil Di Era Revolusi Industri 4.0," *Integritas: Jurnal Teologi* 1, no. 1 (2019): 66–73, <https://doi.org/10.47628/ijit.v1i1.3>.

⁵⁰ Sri Fatmawati Mashoedi and Putri Sulistiani Adi Pekerti, "Apakah Phubbing Mengganggu Pertemanan? Hubungan Phubbing Dengan Kepuasan Pertemanan Pada Orang Beranjak Dewasa," *Jurnal Psikologi Sosial* 20, no. 1 (2022): 48–56.

⁵¹ Hanika, "Fenomena Phubbing Di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya)."

lain, termasuk penggunaan teknologi dan memberikan pengajaran pendidikan Kristen terkait menghormati dan menempatkan skala prioritas dalam peribadatan. *Phubbing* dan anti sosial dalam perspektif etis teologis dapat dianggap sebagai perilaku yang mereduksi anti-sosial dalam masyarakat. Oleh karena itu, menghindari *phubbing* dapat membantu meningkatkan kualitas hubungan sosial dan mengurangi dampak negatif dari kebiasaan ini pada kesehatan mental. Maka aktualisasi dari peran gereja dalam mereduksi anti sosial dapat dilakukan dengan berbagai cara untuk menghindari sikap dan perilaku *phubbing* adalah dengan mematikan notifikasi saat berkumpul dengan orang lain, membuat peraturan penggunaan ponsel, menyimpan ponsel di tempat yang jauh dari jangkauan tangan, fokus pada topik obrolan yang sedang dibicarakan dengan orang lain, dan menahan diri untuk tidak membuka ponsel saat sedang bersama orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiansah, Wandu, Eko Setiawan, Wina Nurdini Kodaruddin, and Hery Wibowo. "Person in Environment Remaja Pada Era Revolusi Industri 4.0." *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial* 2, no. 1 (2019): 47–60.
- Aditia, Rafinita. "Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial." *KELUWIH: Jurnal Sosial Dan Humaniora* 2, no. 1 (2021): 8–14.
- Al-Saggaf, Yeslam. "Phubbing, Fear of Missing out and Boredom." *Journal of Technology in Behavioral Science* 6, no. 2 (2021): 352–57.
<https://doi.org/10.1007/s41347-020-00148-5>.
- Amalia, Novi Rizka. "Propaganda Media Sosial Facebook Dan Blog Dalam Berkembangnya Konflik Di Suriah Dan Mesir 2011-2013." *ETTISAL Journal of Communication* 1, no. 1 (2016): 25–36.
<https://doi.org/10.21111/ettisal.v1i1.1052>.
- Arief, Arief johari. "Kampanye Anti Sosial Akibat Pengaruh Penggunaan Game Smartphone Berlebihan Melalui Perancangan Film Pendek." *Jurnal Dasarupa: Desain Dan Seni Rupa* 3, no. 2 (2022): 1–5.
<https://doi.org/10.52005/dasarupa.v3i2.87>.
- Balta, Sabah, Emrah Emirtekin, Kagan Kircaburun, and Mark D. Griffiths. "Neuroticism, Trait Fear of Missing Out, and Phubbing: The Mediating Role of State Fear of Missing Out and Problematic Instagram Use." *International Journal of Mental Health and Addiction* 18, no. 3 (2020): 628–39. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>.
- Baskoro, Paulus Kunto. "Pandangan Teologi Tentang Teologi Reformasi Dan Aplikasinya Bagi Kekristenan Masa Kini." *Jurnal Teologi (JUTEOLOG)* 2, no. 1 (2021): 151–67.
<https://doi.org/10.52489/juteolog.v2i1.22>.
- Baskoro, Paulus Kunto, and Indra Anggiriati. "Keterkaitan Kedewasaan Rohani Dengan Penatalayanan Yang Maksimal Dalam Gereja Dan Dunia Market Place." *LOGIA: Jurnal Teologi Pentakosta* 2, no. 2 (2021): 32–51.
- Capilla Garrido, Estefanía, Tomayess Issa, Prudencia Gutiérrez Esteban, and Sixto Cubo Delgado. "A Descriptive Literature Review of Phubbing Behaviors." *Heliyon* 7,

- no. 5 (2021): 1–10.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>.
- Chotpitayasunondh, Varoth, and Karen M. Douglas. “How ‘Phubbing’ Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing via Smartphone.” *Computers in Human Behavior* 63 (2016): 9–18.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>.
- Diana, Ruat. “Peran Komunikator Kristen Dalam Strategi Pekabaran Injil Di Era Revolusi Industri 4.0.” *Integritas: Jurnal Teologi* 1, no. 1 (2019): 66–73.
<https://doi.org/10.47628/ijt.v1i1.3>.
- Emeraldien, Fikry Zahria, and Mochammad Alwi Hidayat. “Fenomena Phubbing Pada Pola Komunikasi Mahasiswa.” *ETTISAL : Journal of Communication* 8, no. 1 (2019): 31–52.
<https://doi.org/10.21111/ejoc.v8i1.9592>.
- Farkhah, Laeli, Putri Maretyara Sptyani, Resti Ikhda Syamsiah, and others. “Dampak Perilaku Phubbing: Literatur Review.” *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic E-ISSN 2988-3709 (Online)* 1, no. 2 (2023): 1–18.
- Grieve, Rachel, and Evita March. “‘Just Checking’: Vulnerable and Grandiose Narcissism Subtypes as Predictors of Phubbing.” *Mobile Media and Communication* 9, no. 2 (2021): 195–209.
<https://doi.org/10.1177/2050157920942276>.
- Hafizah, Noor, Muhammad Ali Adriansyah, and Rini Fitriani Permatasari. “Kontrol Diri Dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing.” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 9, no. 3 (2021): 630–39.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6504>.
- Hanika, Ita Musfirowati. “Fenomena Phubbing Di Era Milenia (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya).” *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4, no. 1 (2015): 42–51.
- Harahap, Siti Rahma. “Hambatan-Hambatan Komunikasi.” *Jurnal Al Manaj* 1, no. 1 (2021): 57–60.
- Indanah, Rizka Himawan, and Mohammad Habibi. “Perilaku Anti Sosial Pada Remaja.” In *URECOL: The Twelfth University Colloquium 2020 Universitas Aisyiyah Surakarta*, 329:213–19, 2020.
- Ishariani, Linda. “Skrining Dan Edukasi Penanganan Sindrom Nomophobia Pada Remaja.” In *Prosiding Seminar Penelitian Kesehatan*, Vol. 2, 2020.
- Isrofin, Binti, and Eem Munawaroh. “The Effect of Smartphone Addiction and Self-Control on Phubbing Behavior.” *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling* 6, no. 1 (2021): 15–23.
<https://doi.org/10.17977/um001v6i12021p015>.
- Karadağ, Engin, Şule Betül Tosuntaş, Evren Erzen, Pinar Duru, Nalan Bostan, Berrak Mizrak Şahin, Ilkay Çulha, and Burcu Babadağ. “Determinants of Phubbing, Which Is the Sum of Many Virtual Addictions: A Structural Equation Model.” *Journal of Behavioral Addictions* 4, no. 2 (2015): 60–74.
<https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.
- Mashoedi, Sri Fatmawati, and Putri Sulistiani Adi Pekerti. “Apakah Phubbing Mengganggu Pertemanan? Hubungan Phubbing

- Dengan Kepuasan Pertemanan Pada Orang Beranjak Dewasa.” *Jurnal Psikologi Sosial* 20, no. 1 (2022): 48–56.
- Mathew, Preeti, Praveen C Thulasi, and Jinto Philip. “Nomophobia- Do We Really Need to Worry about? A Cross Sectional Study on Nomophobia Severity among Male Under Graduate Students of Health Sciences.” *Reviews of Progress* 1, no. 1 (2013): 1–5.
- Meinanto, Dwi, Bobby Kurnia Putrawan, and Amran Simangunsong. “Degradasi Moral Generasi Z: Tinjauan Etis Teologis Terhadap Phubbing.” *IMMANUEL: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 3, no. 1 (2022): 21–32.
- Nur, Muh. Zainuddin. “Kontrol Sosial Orang Tua Terhadap Penggunaan Smartphone Pada Remaja (Studi Di Desa Giring-Giring Kecamatan Bontompo Kabupaten Gowa).” *Jurnal Ilmiah. UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR*, 2019. http://eprints.unm.ac.id/13873/1/JURNAL_ILMIAH.pdf.
- Putri, Yola Eka, Marjohan Marjohan, Ifdil Ifdil, and Rezki Hariko. “Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa.” *Jurnal Penelitian Guru Indonesia* 7, no. 2 (2022): 343–47.
- Raharjo, Desnya Pambudi. “Intensitas Mengakses Internet Dengan Perilaku Phubbing.” *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 9, no. 1 (2021): 1–12. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5662>.
- Restiviani, Yuliana. “Patologi Sosial Akibat Penggunaan Smartphonedalam Perspektif Komunikasi Islam.” *AT-TABAYYUNJournal Islamic Studies* 5, no. 1 (2023): 79–101. <https://journal.iainlhokseumawe.ac.id/index.php/atabayyun/index>.
- Roberts, James A., and Meredith E. David. “Boss Phubbing, Trust, Job Satisfaction and Employee Performance.” *Personality and Individual Differences* 155 (2020): 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109702>.
- Rum Hapsari, Lintang, Ulya Makhmudah, and Ma’rifatin Indah Kholili. “Keefektifan Cognitive Behavior Therapy Untuk Mengurangi Perilaku Phubbing Pada Peserta Didik SMP.” *Jurnal Psikoedukasi Dan Konseling* 5, no. 1 (2021): 24–30. <http://jurnal.uns.ac.id/jpk>.
- Saloom, Gazi, and Ginda Veriantari. “Faktor-Faktor Psikologis Perilaku Phubbing.” *Jurnal Studia Insania* 9, no. 2 (2022): 152–67. <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i2.4517>.
- Setianto, Yusak, Muryati Muryati, and Melvin Abrillian. “Jangan Ada Phubbing Di Antara Kita: Studi Personifikasi Perempuan Dalam Amsal 8-9 Bagi Pemanfaatan Gawai.” *Tumou Tou* 10, no. 1 (2023): 27–40.
- Suparno, Petrus. “Dampak Phubbing Dalam Peribadatan.” Tulang Bawang Barat, 2023.
- Thomas, Tessa Thejas, Katherine B. Carnelley, and M. Hart Claire. “Phubbing in Romantic Relationships and Retaliation: A Daily Diary Study.” *Computers in Human Behavior* 137, no. 107398 (2022): 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>.
- Vetsera, Noriksa Ratu, and Laras Sekarasih. “Gambaran Penyebab Perilaku Phubbing Pada Pelanggan Restoran.” *Jurnal Psikologi Sosial*

17, no. 2 (2019): 86–95.
<https://doi.org/10.7454/jps.2019.12>

Vodanovich, Stephen J., and William L. Mikulas. “The Essence of Boredom.” *The Psychological Record* 43, no. 1 (1993): 3–12.
<https://www.researchgate.net/publication/229059999>.

Zamroni, Mohammad. “Perkembangan Teknologi Komunikasi Dan Dampaknya Terhadap Kehidupan.” *Jurnal Dakwah X*, no. 2 (2009): 195–211.