

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku *Phubbing*

1. Definisi Perilaku *Phubbing*

Haigh mengartikan *phubbing* yaitu perilaku yang lebih fokus terhadap *smarphone* yang dapat menyakiti orang lain dalam interaksi sosial²⁵. Istilah ini berawal dari kampanye oleh *Macquarie Dictionary* guna mewakili terhadap masalah ketidakefektifan pemakaian ponsel yang berkembang pada situasi sosial. Menurut Karadag, perilaku *phubbing* yaitu perilaku individu yang melihat telepon genggam ketika bicara dengan orang lain dan berurusan dengan telepon genggam sehingga mengabaikan komunikasi interpersonal²⁶. *Phubbing* gabungan dari *phone* dan *snubbing*²⁷. *Phubbing* adalah konsep yang membuat seseorang tidak menghormati orang lain, tidak membina maupun mengembangkan suatu hubungan, dan tidak berkomunikasi dengan orang lain karena lebih mementingkan telepon genggam dan lingkungan virtualnya daripada orang-orang di kehidupan nyata²⁸.

Chotpitayana Sunondh dan Douglas mengartikan bahwa perilaku *phubbing* yaitu suatu perilaku mengabaikan atau

²⁵ Intan Elok Youarti dan Nur Hidayah, "Perilaku *Phubbing* Sebagai Karakter Remaja Generasi Z", *Jurnal Fokus Konseling*, Vol 4 No. 1, (2018), 147.

²⁶ Engine Karadag, et. al., "Determinantas Of Phubbing...", 60.

²⁷ Ibid.

²⁸ Ibid.

mengacuhkan lawan bicara yang dapat menyakiti perasaan orang tersebut. Istilah "*phubber*" yaitu individu yang melakukan perilaku *phubbing*, dan "*phubbee*" yaitu individu yang mendapatkan perilaku *phubbing*²⁹. Perilaku *phubbing* adalah suatu perilaku tidak memperdulikan seseorang pada lingkungan sosial yang lebih memilih melihat telepon seperti mengecek *Facebook*, *Whatsapp*, atau aplikasi *chatting* lainnya. Menurut Karadag, orang yang melakukan *phubbing* sering mengabaikan kepentingan, memelihara, serta mengembangkan hubungan dengan tidak berkomunikasi dengan orang lain³⁰.

Dari pemaparan yang telah dijabarkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* adalah suatu perilaku memperhatikan *smartphone* ketika melakukan komunikasi ataupun percakapan secara langsung serta lebih memilih memusatkan perhatian terhadap *smartphone*. Pada penelitian ini, peneliti mengacu pada teori Karadag yang menyebutkan bahwa perilaku *phubbing* adalah suatu perilaku individu yang melihat telepon genggam ketika bicara dengan orang lain dan berurusan dengan telepon genggam sehingga mengabaikan komunikasi interpersonal.

2. Aspek-aspek Perilaku *Phubbing*

Aspek-Aspek perilaku *Phubbing* dari Karadag dkk. yaitu:

- a. Gangguan komunikasi. *Smartphone* dapat mengganggu interaksi bertatap muka ketika penggunaanya berlebihan.

²⁹ Varoth, C. K. "The effects of "phubbing" on social interaction", *Wiley: Journal Of Applied Social Psychology*, 33 (2017).

³⁰Engine Karadag, et. al., "Determinantas Of Phubbing...", 60.

b. Obsesi terhadap ponsel. Kemauan yang tinggi terhadap pemakaian *smartphone* meskipun saat berkumpul, dan berinteraksi dengan orang lain³¹.

3. Faktor-faktor Perilaku *Phubbing*

Faktor-faktor perilaku *phubbing* menurut Karadag dkk. sebagai berikut:

a. Kecanduan ponsel

Perkembangan teknologi saat ini sudah memudahkan kehidupan manusia, namun juga dapat menimbulkan masalah dalam kehidupan manusia. Dunia industri dalam kehidupan manusia membutuhkan akses yang cepat ke berbagai jenis data, interaksi dan komunikasi, sehingga banyak konsep seperti waktu, persepsi kebutuhan, dan rasa senang dapat berubah. Selain itu, adanya penggunaan teknologi yang semakin meningkat memiliki dampak yaitu berlebihan dalam penggunaan teknologi, dan kecanduan teknologi sebagai akibat keterlibatan yang tinggi terhadap teknologi. Kecanduan ini lebih tergantung pada faktor yang memasuki kehidupan manusia seperti komputer. *Smartphone* yang di dalamnya juga dilengkapi dengan fitur komputer memiliki pengaruh yang signifikan di antara faktor-faktor ini sebagai objek kecanduan.

b. Kecanduan internet

³¹ Noor Hafizah dkk, “Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku *Phubbing*”, *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol. 9 No. 3, (September 2021), 633.

Selain menawarkan banyak kemudahan untuk kehidupan setiap hari, komputer menyebabkan efek negatif pada manusia dengan menawarkan keragaman dan kenyamanan berselancar di internet dan bermain *game*. Perilaku berlebihan individu terhadap penggunaan komputer yang menyebabkan kecanduan yaitu bahwa komputer saja tidak masalah, tetapi yang menyebabkan masalah adalah karena aplikasi di dalamnya.

c. Kecanduan media sosial

Media sosial adalah saluran komunikasi yang sangat kompleks dimana interaksi saling terkait yang dapat memiliki dampak pada orang. Media sosial mencakup banyak elemen seperti permainan, komunikasi, pertukaran informasi, dan berbagi multimedia serta yang mendorong orang untuk tetap online dan membawa pengikutnya dari komputer ke *smartphone* juga. Aplikasi yang paling sering digunakan adalah aplikasi *game* dan juga aplikasi situs media seperti *facebook*, *twitter*, *instagram*, dan *whatsapp*. Media sosial memiliki tempat yang signifikan diantara kecanduan *smartphone*. Orang yang mengakses media sosial melalui *smartphonenya* yang merupakan salah satu objek kecanduan dalam telepon seluler dan kecanduan akan tetap bertahan meski media sosial tidak ada.

d. Kecanduan *game*

Kecanduan *game* adalah sumber kecanduan yang sama pentingnya diantara faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *phubbing*. *Game addiction* mengacu pada *game* online, video *game* dan *game* komputer, yang semuanya memiliki asal-usul yang sama, mengacu pada bermain *game* komputer sejauh hal itu mempengaruhi kehidupan sehari-hari dan dapat dianggap sebagai perilaku adiktif³².

4. Karakteristik Perilaku *Phubbing*

Karakteristik perilaku *phubbing* menurut Karadag dkk. yaitu:

- a. Perilaku *phubbing* merupakan suatu perilaku kurang aktif dalam komunikasi pada kontak sosial primer. Individu yang menghabiskan banyak waktu berselancar di internet akan memiliki sedikit waktu komunikasi secara nyata dengan orang lain.
- b. Lebih memperhatikan *smartphone* dan tidak menghiraukan pembicaraan lawan bicaranya. Mengabaikan seseorang pada lingkungan sosial yaitu dengan memperhatikan *smartphone* berlebihan dibandingkan berbicara secara langsung³³.

B. Empati

1. Definisi Empati

Empati merupakan respon emosional seseorang terhadap kemandangan orang lain³⁴. Menurut Mussardo empati adalah kemampuan seseorang untuk mengidentifikasi pengalaman orang lain

³²Engine Karadag, et. al., "Determinantas Of Phubbing...", 60.

³³Ibid.

³⁴Niken Septantiningtyas dan Afita Khoirun Nisa, "Hubungan *Phubbing* Terhadap Empati...", 405.

yang berkaitan dengan perasaan³⁵. Empati yang dirasa bisa muncul dikarenakan terdapat reaksi secara emosional dalam keadaan tertentu. Keadaan yang dimaksud tersebut adalah saat seseorang mengamati orang lain.

Goleman mengartikan empati sebagai kemampuan membaca emosi berdasarkan dari sudut pandang orang lain dan peka terhadap perasaan orang lain. Empati adalah respon yang kompleks, yang di dalamnya terdapat komponen afektif dan kognitif³⁶. Komponen afektif membuat individu mampu merasakan keadaan orang lain dan komponen kognitif yaitu individu bisa memahami sesuatu yang orang lain juga rasakan dan alasannya³⁷. Batson dan Coke mengartikan empati sebagai kemampuan individu untuk merasakan secara emosional baik dengan perasaan ataupun saat melihat orang lain yang menderita atau sedang bermasalah sehingga individu juga merasakannya dan mencoba membantu dan menyelesaikan masalah tersebut³⁸. Menurut Abu Ahmadi, empati adalah kecenderungan untuk dapat merasakan sesuatu yang dilakukan orang lain, jika individu berada dalam situasi orang lain. Empati adalah perasaan efektif di dalam situasi orang lain yang didorong emosinya dan seolah-olah dapat ikut merasakan dan mengambil bagian dalam gerakan orang lain³⁹.

³⁵Ibid.

³⁶ Sarlito W. Sarwono dan Eko A.Meinarno, *Psikologi Sosial* (Jakarta : Salemba Humanika, 2015).

³⁷ Ibid.

³⁸Fahimul Amri dkk, "Altruisme dalam Pembelajaran....,477.

³⁹ Abu Ahmadi, *Psikologi Umum* (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), 145.

Menurut Hurlock, empati adalah kemampuan individu untuk dapat memahami perasaan, emosi orang lain, dan mampu membayangkan diri sendiri di tempat orang lain. Empati dimiliki individu ketika berada pada masa akhir kanak-kanak awal (6 tahun). Sehingga, dapat dikatakan individu memiliki dasar kemampuan dalam berempati, namun semua itu dapat berbeda ketika mengaktualisasikannya sebab kemampuan berempati sudah muncul pada masa kanak-kanak, maka seharusnya remaja sudah mempunyai empati pada dirinya⁴⁰.

Berdasarkan penjelasan di atas mengenai pengertian empati, peneliti menyimpulkan bahwa empati adalah sesuatu respons yang kompleks yang mampu merasakan keadaan emosional orang lain, merasa simpatik, serta mampu menempatkan pikiran serta perasaannya ke dalam pikiran dan perasaan orang lain dan membuat seseorang untuk lebih peduli dan rela memberikan perhatian kepada orang lain. Pada penelitian ini, peneliti mengacu pada teori empati dari Batson dan Coke bahwa empati adalah kemampuan untuk merasakan keadaan emosional yang berhubungan dengan perasaan atau tentang apa yang dirasakan orang lain dan ketika seseorang melihat orang lain berada dalam keadaan menderita atau memiliki masalah maka orang tersebut ikut merasakan dengan cara mencoba untuk membantu dalam sudut pandang orang lain untuk menyelesaikan permasalahan dan penderitaan dari orang lain tersebut.

⁴⁰ Elizabert B. Hurlock, *Perkembangan Anak Jilid I*, Edisi keenam. (Jakarta : Erlangga, 1978), 167.

2. Aspek-aspek Empati

Aspek-aspek empati menurut Batson & Coke yaitu :

a. Kehangatan

Kehangatan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap hangat terhadap orang lain.

b. Kelembutan

Kelembutan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap maupun bertutur kata lemah lembut terhadap orang lain.

c. Peduli

Peduli merupakan suatu sikap yang dimiliki seseorang untuk memberikan perhatian terhadap sesama maupun lingkungan sekitarnya.

d. Kasihan

Kasihan merupakan suatu perasaan yang dimiliki seseorang untuk bersikap iba atau belas kasih terhadap orang lain⁴¹.

3. Faktor-faktor Empati

Empati memiliki faktor-faktor, menurut Hoffman yaitu :

a. Sosialisasi

Membantu dalam berpikir dan memberikan perhatian bagi orang lain dan lebih meningkatkan kemampuan berempati.

b. *Mood* dan *Feeling*

⁴¹Rr. Sukma Dian Puspita dan Gumgum Gumelar, “Pengaruh Empati Terhadap Perilaku Prosocial dalam Berbagi Ulang Informasi atau *Retweet* Kegiatan Sosial di Jejaring Sosial *Twitter*”, *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, Vol. 3 No. 1,(April 2014), 4.

Perasaan yang baik saat berinteraksi akan membuatnya dapat menghadapi dan menerima keadaan orang lain dengan baik pula.

c. Proses belajar dan identifikasi

Proses belajar dan identifikasi yaitu individu akan belajar dan meniru orang lain, untuk itu orang tua harus mengajari bagaimana berempati yang baik.

d. Situasi dan tempat

Situasi dan tempat dimana individu berada bahwa pada situasi tertentu dapat menimbulkan empati yang lebih baik dari situasi yang lain.

e. Komunikasi dan bahasa

Suatu komunikasi yang baik serta penggunaan bahasa yang baik juga dapat menimbulkan empati yang baik.

f. Pengasuhan

Lingkungan yang berempati pada suatu keluarga dapat membantu menumbuhkan empati pada anak.⁴²

4. Empati dalam Perspektif Islam

Islam mengajarkan kepada umatnya supaya dapat menumbuhkan empati. Terkait dengan konsep empati, ajaran Islam telah memerintahkan kepada umatnya untuk senantiasa bersikap empati kepada sesama manusia. Hal ini tercantum dalam Al-Quran surah Al-Maidah ayat 2.

⁴² Aluh Hartati dan Nunung Astriningsih, "Hubungan Antara Sikap Kemandirian Belajar Dengan Empati Siswa", *Jurnal Realita*, Vol. 5 No. 1, (April 2020), 975.

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَجْلُوا شَعَائِرَ اللَّهِ وَلَا الشَّهْرَ الْحَرَامَ
وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا أَمِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا مِّنْ
رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ شَنَا نُ قَوْمٍ
أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ
وَالتَّقْوَىٰ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ

شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya : *Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu melanggar syiar-syiar kesucian Allah, dan jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qala'id (hewan-hewan kurban yang diberi tanda), dan jangan (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitulharam; mereka mencari karunia dan keridaan Tuhannya. Tetapi apabila kamu telah menyelesaikan ihram, maka bolehlah kamu berburu. Jangan sampai kebencian(mu) kepada suatu kaum karena mereka menghalang-halangi kamu dari Masjidil haram, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Dan tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sungguh, Allah sangat berat siksaan-Nya.*

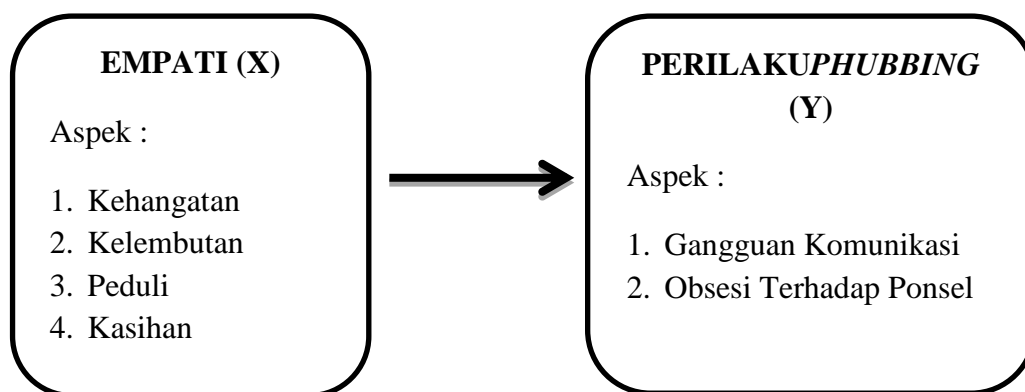
Al-Quran dalam Surah Al-Maidah ayat 2 memiliki perintah yaitu *“Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sungguh, Allah sangat berat siksaan-Nya”*. Suatu tindakan tolong menolong timbul karena terdapat sesuatu yang memotivasinya untuk bersedia menolong orang lain yang sedang kesusahan. Hal utama yang memotivasi keinginan untuk tolong menolong tersebut yaitu karena adanya rasa empati. Individu

bisa memahami serta merasakan sesuatu yang dialami orang lain. Sehingga dengan hal tersebut individu tergerak memberi bantuan pertolongan kepada seseorang yang membutuhkan pertolongan.⁴³

C. Dinamika Hubungan Antara Empati Dengan Perilaku *Phubbing*

Tabel 2.1

Hubungan Antara Empati Dengan Perilaku *Phubbing*



Adanya internet pada *smartphone* sudah menjadi kebutuhan pokok masyarakat saat ini. Masyarakat kurang menyadari dampak negatif yang timbul yaitu *phubbing*⁴⁴. Karadag dkk. mengartikan *phubbing* yaitu seseorang melihat telepon genggamnya saat tengah berbicara dengan orang lain, sibuk pada *smartphone*, dan mengabaikan komunikasi interpersonalnya⁴⁵. Menurut Karadag dkk, faktor timbulnya perilaku *phubbing* yaitu kecanduan *smartphone*, media sosial, internet, dan *game*⁴⁶.

⁴³Agus Susanto, "Pola Komunikasi Keluarga dalam Perspektif Islam", *Al Hadi*, Vol. 5 No. 01, (2019), 1138.

⁴⁴Ita Musfirowati Hanika, "Fenomena *Phubbing*...", 43.

⁴⁵Engine Karadag, et. al., "Determinantas Of *Phubbing*...", 60.

⁴⁶*Ibid*.

Pada zaman modern, kegiatan tidak terlepas dari *smartphone*. Seseorang sering lupa akan batasan penggunaan *smartphone*. Saat berkomunikasi sering kali terlihat fokus pada *smartphone* tanpa memerhatikan lawan bicaranya, sehingga lawan bicaranya merasa kurang nyaman karena kurangnya dihargai. Zaphiris memaparkan bahwa individu akan kesusahan saat membagi konsentrasi jika dihadapkan dua atau lebih tugas mental, seperti saat memakai ponsel dengan berkomunikasi secara tatap muka yang dapat menimbulkan distraksi. Komunikasi yang terganggu sebagai dampak perilaku *phubbing*⁴⁷.

Phubbing adalah dampak individu yang tidak mampu menggunakan teknologi secara bijak. Individu lebih memilih menggunakan telepon genggam untuk berinteraksi daripada bertatapapan secara langsung, sehingga rasa empati pada seseorang berkurang bahkan sama sekali tidak punya rasa empati⁴⁸. Perilaku *phubbing* terjadi ketika seseorang meminta untuk mendengarkan keluhannya, kebahagiaannya, atau masalah yang dihadapi, namun seseorang yang diajak bicara lebih fokus pada *smartphone* sehingga hanya sebatas mendengarkan saja tanpa memberikan solusi atau bersikap sebagaimana mestinya. Tidak menghargai orang saat berinteraksi dan bersikap seolah-olah tidak peduli, tanpa disadari juga menambah luka seseorang⁴⁹.

Menurut Batson dan Coke, empati adalah kemampuan individu untuk merasakan secara emosional baik dengan perasaan ataupun saat melihat orang lain yang menderita atau sedang bermasalah sehingga

⁴⁷ Vetsera, Noriksa Ratu dan Laras Sekarasih. "Gambaran penyebab perilaku *phubbing*...", 87.

⁴⁸ Niken Septantiningtyas dan Afita Khoirun Nisa, "Hubungan *Phubbing*...", 406.

⁴⁹ Azzati Nur Irawati dan Nurmina Nurmina, "Perbedaan Perilaku *Phubbing*...", 141-150.

individu juga merasakannya dan mencoba membantu dan menyelesaikan masalah tersebut⁵⁰. Menurut Habuchi, efek *tele-cocooning* dapat dihasilkan dari *smartphone* yang membuat kualitas dari hubungan dan empati pada individu dengan lawan bicaranya semakin rendah saat lawan bicaranya berperilaku *phubbing*⁵¹.

⁵⁰Fahimul Amri dkk, "Altruisme dalam Pembelajaran...",477.

⁵¹Ivany Rachmi, "Hubungan Kesantunan Pergaulan...", 4.