

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah salah satu upaya untuk membentuk manusia memenuhi syarat baik secara akademik maupun kepribadian karena pendidikan yang berkualitas merupakan persyaratan terpenting untuk pelaksanaan bangsa yang maju, modern, makmur dan sejahtera. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran secara aktif, sehingga diharapkan peserta didik mampu mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya agar memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Rahmadhani, 2021).

Menurut undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional ini merupakan bentuk kepedulian pemerintah terhadap kualitas pendidikan di Indonesia sehingga undang-undang ini tidak hanya mengatur tentang Pendidikan formal seperti pada umumnya namun juga mengatur bagaimana penyelenggaraan pendidikan informal seperti kursus-kursus serta Pendidikan masyarakat yang bertujuan untuk memberantas buta huruf atau buta aksara dan mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Dengan adanya pengaturan mengenai pendidikan formal maupun pendidikan informal di Indonesia, maka diharapkan bukan hanya meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia melainkan juga meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia (Gunawan, 2020).

Universitas adalah perguruan tinggi yang terdiri atas sejumlah fakultas yang menyelenggarakan pendidikan ilmiah atau profesional dalam sejumlah disiplin ilmu tertentu. Secara umum, universitas memiliki tujuan yang sama, yaitu menghasilkan lulusan berkualitas dibidangnya. Mahasiswa merupakan sebutan bagi orang yang sedang menempuh pendidikan di sebuah perguruan tinggi negeri maupun swasta yang biasa disebut dengan universitas. Mahasiswa tergolong dalam masa periode transisi kehidupan manusia dari anak-anak menuju dewasa dengan rentang usia 18-25 tahun yang didalamnya terdapat proses pencarian jati diri. Hal ini menyebabkan individu mudah untuk terikat dari hal-hal yang tengah terjadi disekitarnya Santrock (dalam Purnama, 2022). Dapat ditinjau dari *psychological well-being* pada mahasiswa saat ini mengalami pergeseran dari sikap terhadap suatu hubungan, komunikasi dan kesehatan mental. Hal ini secara fisik tidak lagi terlibat dengan orang lain tetapi lebih banyak berkomunikasi melalui dunia maya (Aditya, Sahidin, dan Marhan, 2022).

Psychological well-being merupakan indikator penting dalam menilai tingkat kebahagiaan dan *psychological well-being* seseorang. Permasalahan-permasalahan ini menjadi fenomena dilingkungan mahasiswa yang mengkhawatirkan, perasaan yang kurang nyaman, hubungan di lingkungan kampus dengan pengajar kurang terjalin dengan baik, dan hubungan antara sesama teman menjadi kurang akrab, mereka menjalani kehidupannya dengan perasaan tidak sejahtera, ada kekhawatiran-kekhawatiran, dan perasaan kurang nyaman. Adanya efek negatif yang dirasakan individu pada saat itu menjadikan *psychological well-being* menjadi terganggu. Mahasiswa yang mempunyai *psychological well-being* yang buruk merasa terpuruk menghadapi berbagi

keadaan, selalu menyalahkan keadaan karena tidak sesuai dengan harapan, pesimis dalam menghadapi tantangan, bergantung dengan orang lain terkait segala keputusan, tidak dapat berdamai dengan keadaan yang terjadi (Aditya, Sahidin, dan Marhan, 2022).

Psychological well-being merupakan aspek inti dari fungsi manusia yang optimal. *Psychological well-being* yang baik akan membuat pikiran menjadi bahagia dan gembira serta membuat individu untuk berpikir secara kreatif, optimis, kerja keras dan tidak mudah menyerah. Dapat membantu dalam menguasai dan mengelola lingkungan, mengatur peristiwa yang tidak terduga, mengambil kesempatan secara baik untuk mendapatkan situasi yang kita harapkan. *Psychological well-being* merupakan unsur penting yang perlu ditumbuhkan pada diri individu agar dapat menghadapi dan menjalankan tugas perkembangannya secara penuh dan menghadapi tanggung jawab serta mencapai potensinya (Yarangga, Fretes, dan Setiawan, 2021).

Ryff (dalam Heintzelman, 2020) mengemukakan bahwa individu dengan *psychological well-being* rendah akan memiliki tingkat penerimaan diri yang kurang baik, sering muncul perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, merasa kecewa dengan pengalaman masa lalu, dan mempunyai pengharapan untuk tidak menjadi dirinya saat ini, selanjutnya muncul perilaku minimnya hubungan dengan orang lain, sulit untuk bersikap hangat dan enggan untuk mempunyai ikatan dengan orang lain, saat ini tidak memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam hidup, serta tidak memiliki keyakinan yang dapat membuat hidupnya saat ini menjadi lebih berarti. Di zaman ini, diketahui banyak variabel yang memengaruhi

psychological well-being individu, dan produk teknologi adalah salah satu variabel terpenting berdampak pada kesehatan psikologis manusia.

Teknologi diketahui memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan manusia kenyataannya ada beberapa mahasiswa sebagai pengguna *smartphone* yang tidak bijak dalam menggunakan perangkat ini. Sehingga perangkat ini justru mengganggu tatanan kehidupan mereka sehari-hari. Ada mahasiswa yang justru menyalahgunakan *smartphone* untuk kepentingan yang merugikan diri mereka sendiri. Waktu yang seharusnya digunakan untuk mengerjakan tugas dan tuntutan kampus, sekarang digunakan untuk berselancar di *smartphone* dan mengabaikan tugas-tugas pokok mereka sebagai mahasiswa (Forster, dkk 2021).

Berbagai istilah telah digunakan untuk menggambarkan berbagai pola penggunaan *smartphone* yang berlebihan misalnya *Phubbing*, penggunaan *smartphone* yang bermasalah, dan kecanduan *smartphone*. Pengguna yang tidak bijak dalam menggunakan *smartphone* akan sulit melepaskan diri dari perangkat tersebut saat melakukan interaksi dengan orang lain, Penggunaan *smartphone* dikaitkan dengan serangkaian hasil sosial dan kesehatan yang negatif, seperti kinerja akademis dan pekerjaan yang buruk berkurangnya interaksi sosial secara pribadi, kecelakaan lalu lintas di jalan, dan kesehatan mental, masalah depresi dan kecemasan (Calverley dan Pontes, 2020).

Perilaku *phubbing* mengancam kriteria dari teori-teori *psychological well-being* adapun kriteria tersebut, yaitu individu dengan kepribadian sehat secara sadar mengatur tingkah lakunya dan mengambil tanggung jawab atas nasib mereka sendiri, mampu menjalankan hubungan yang positif dengan orang lain, pertumbuhan pribadi, penguasaan lingkungan serta tujuan hidup yang terarah.

Seseorang yang melakukan *phubbing* dinilai tidak memiliki kemampuan mendengar yang baik, serta kurangnya kontrol diri. Hal ini akan berdampak negatif terhadap komunikasi dan rendahnya keterampilan sosial. Keterampilan sosial dapat memprediksikan *psychological well-being* Chotpitayasunondh (dalam Siagian 2023).

Menurut Alamudi (dalam Damayanti, Mutakin, dan Budiono, 2024) *phubbing* adalah cara berperilaku yang muncul dari ketergantungan manusia pada ponsel, sehingga membuat seseorang menjadi tidak terikat dan lebih memilih fokus pada *smartphone* dari pada membangun interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Menurut Haigh (dalam Siagian, 2023) mengatakan bahwa istilah *phubbing* dari kata *phone* dan *snubbing* menjelaskan tindakan menghina seseorang dengan lebih memilih berinteraksi dengan *smartphone* dari pada orang yang hadir.

Penggunaan *smartphone* di Indonesia semakin tidak terbendung. Menurut laporan firma riset data.ai 2023 mengungkapkan bahwa Indonesia menjadi pengguna tertinggi yang menghabiskan dari 5 jam setiap hari untuk bermain *smartphone* (Dewi, 2023). Pada awalnya *smartphone* digunakan hanya untuk berkomunikasi. Namun seiring berkembangnya zaman, *smartphone* digunakan dalam berbagai hal seperti, berkomunikasi secara *online*, berbelanja *online*, bermain *game* dan lainnya. Hal tersebut membuat masyarakat semakin ketergantungan untuk menggunakannya (Setianto, dkk 2023).

Berdasarkan laporan Newzoo menyatakan bahwa penggunaan *smartphone* di akhir 2020 sudah mencapai 3,6 miliar pengguna. Jumlah tersebut sudah meningkat dibandingkan tahun sebelumnya yakni sebesar 3,4 miliar pengguna.

Indonesia berada di posisi ke empat sebagai negara pengguna *smartphone* terbanyak didunia setelah China, India dan Amerika Serikat. Berdasarkan hasil survei Kominfo pada tahun 2017 menunjukkan bahwa lebih dari setengah masyarakat Indonesia sudah memiliki *smartphone* dengan jumlah yang sudah beredar di Indonesia telah mencapai 240 juta *smartphone*. Artinya hal ini sudah melampaui jumlah penduduk Indonesia yakni sebesar 237 juta jiwa berdasarkan sensus penduduk tahun 2010 Guzel (dalam Musharyadi dan Febrianti, 2024). Jika dilihat dari kontribusi pengguna *smartphone* per wilayah di Indonesia, pulau Jawa menempati posisi pertama dengan 41,7% pengguna *smartphone*, kemudian diikuti dengan Sumatera 16,2%, Sulawesi 5,1%, Kalimantan 4,6%, Bali dan Nusa Tenggara 3,9%, dan Maluku dan Papua 2,2%.

Sumatera Barat merupakan pengguna *smartphone* terbanyak keempat setelah Sumatera Utara, Sumatera Selatan dan Lampung. Sementara berdasarkan hasil data Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat didapatkan bahwa penduduk yang mengakses *smartphone* tahun 2020 yaitu 30,80%, sedangkan pada tahun 2021 mengalami peningkatan menjadi 36,03%. Intensitas penggunaan *smartphone* adalah hilangnya kontrol dan keasyikan berlebihan pada *smartphone* dan berbagai aplikasi yang menyebabkan gangguan pribadi, sosial dan profesional seseorang.

Menurut Jannah (dalam Musharyadi dan Febrianti, 2024) seseorang yang intensitas penggunaan *smartphone* akan sulit mengembangkan kemampuan atau kecakapannya dalam berhubungan dengan orang lain sehingga membuat hubungan sosial dan interaksi mereka dengan keluarga, teman dan orang

disekitarnya menjadi kurang baik serta mengalami prestasi akademik yang menurun.

Peneliti melakukan wawancara awal pada 8 orang mahasiswa FIK departemen kepel angkatan 2023 di Universitas Negeri Padang, mengatakan bahwa mahasiswa mengakui kesulitan untuk menerima dan mengakui kesalahannya, serta cenderung khawatir terhadap pendapat orang lain. mahasiswa merasa sulit untuk menjalin hubungan yang dekat dan kurang mampu dalam berbagi perasaan. Dalam hal tujuan hidup, mahasiswa merasa kehilangan arah dan motivasi untuk mencapai tujuan, mahasiswa merasa kurang memiliki kontrol atas keputusan sendiri dan sering merasa terjebak dalam ekspektasi orang lain. Kemudian mahasiswa menghadapi kesulitan untuk berkembang secara pribadi dan sering merasa terjebak dalam zona nyaman tanpa mencari tantangan baru, mahasiswa merasa kurang mampu mengontrol lingkungan luar dan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang terjadi disekitarnya.

Hasil observasi dan wawancara pada 8 orang mahasiswa FIK departemen kepel angkatan 2023 di Universitas Negeri Padang, diperoleh informasi bahwa terdapat 5 dari 8 mahasiswa sering dimarahi dengan lawan bicaranya karena terlalu sibuk dengan *smartphone*, sehingga menyebabkan lawan bicara menjadi kesal dan tersinggung. Kemudian diketahui bahwa mahasiswa terlalu cepat merespon notif yang masuk disaat komunikasi berlangsung. Sehingga komunikasi yang dilakukan tidak efektif dan lawan bicara mungkin merasa tidak dihargai atau diabaikan. Mahasiswa mengaku dengan adanya *smartphone* mereka lebih tertarik untuk melihat *smartphone* dibandingkan memperhatikan dosen yang menjelaskan materi.

Penelitian sebelumnya mengenai hubungan perilaku *phubbing* dan *psychological well-being* pernah diteliti oleh Siagian (2023) dengan judul “Hubungan perilaku *Phubbing* dengan *Psychological well-being* pada generasi Z di Universitas Medan Area”. Hasil dari penelitian ini diperoleh bahwa terdapat hubungan negatif antara perilaku *Phubbing* dengan *Psychological well-being*, hasil penelitian menunjukkan semakin rendah perilaku *phubbing* semakin tinggi *psychological well being*.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Tangmunkongvorakul, dkk (2019) dalam jurnal yang berjudul “*Association of excessive smartphone use with psychological well-being among university students in Chiang Mai, Thailand*”. Hasil dari penelitian ini diperoleh adalah bahwa terdapat hubungan negatif antara *Association of excessive smartphone* dengan *Psychological well-being*. Ini memiliki arti bahwa semakin rendah *Association of excessive smartphone* semakin tinggi *psychological well being*.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh dilakukan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) dalam jurnal yang berjudul “*How “Phubbing” Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing*”. Hasil dari penelitian ini diperoleh adalah bahwa terdapat hubungan positif antara perilaku *phubbing* dengan kecanduan *smartphone*. Ini memiliki arti semakin tinggi perilaku *phubbing* semakin tinggi juga kecanduan *smartphone*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel dan subjek. Peneliti menggunakan perilaku *phubbing* sebagai variabel bebas dan variabel terikatnya, yaitu *psychological well-being* dan perbedaan lainnya pada

subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa FIK departemen kepel angkatan 2023 di Universitas Negeri Padang.

Berdasarkan fenomena diatas penulis tertarik untuk mengkaji dan menelaah lebih lanjut tentang “Hubungan Antara *Perilaku Phubbing* dengan *Psychological well-being* pada mahasiswa FIK departemen kepel angkatan 2023 di Universitas Negeri Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah dijelaskan di atas, maka dapat dirumuskan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah apakah terdapat “Hubungan antara *Perilaku Phubbing* dengan *Psychological well-being* pada Mahasiswa FIK departemen kepel angkatan 2023 di Universitas Negeri Padang”?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada Hubungan antara perilaku *Phubbing* dengan *Psychological well-being* pada Mahasiswa FIK departemen kepel angkatan 2023 di Universitas Negeri Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan terutama pada bidang perkembangan ilmu psikologi, khususnya terkait dengan psikologi sosial.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek penelitian diharapkan penelitian ini dapat membantu memberikan informasi terkait hasil penelitian secara tidak langsung memberikan bekal secara psikis, yaitu dapat melihat hubungan antara perilaku *Phubbing* dengan *Psychological well-being* pada mahasiswa.

b. Bagi Pihak Fakultas

Diharapkan pada penelitian ini dapat memberikan gambaran bagaimana hubungan antara perilaku *phubbing* dengan *psychological well-being* yang ada pada mahasiswa FIK departemen kepel angkatan 2023 sehingga pihak fakultas dapat memberikan arahan dan masukan terkait pentingnya *psychological well-being* pada mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang berminat meneliti mengenai hubungan antara perilaku *phubbing* dengan *psychological well-being* maka hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dan bahan perbandingan dalam melakukan kajian dan penelitian selanjutnya.