



Hubungan perilaku *phubbing* dengan *romantic relationship satisfaction* pada masa dewasa awal yang sedang berpacaran

Adinda Tabitha Aurora

Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

Email: Tabithaaurora1@gmail.com

Info Artikel :

Diterima :

15 Desember 2023

Disetujui :

5 Januari 2024

Dipublikasikan :

30 Juli 2024

ABSTRAK

Dewasa awal pada saat ini sudah banyak yang melakukan *relationship satisfaction* dengan memanfaatkan teknologi komunikasi seperti *smartphone*. Hal ini dapat menjadi masalah saat salah satu *partner* mengabaikan individu lainnya yang ingin berkomunikasi tatap muka, dengan hanya fokus pada *smartphone* nya atau melakukan *phubbing*. Oleh karena itu, muncul pandangan untuk memberi mereka pemahaman tentang perilaku *phubbing* pada *smartphone* dengan *romantic relationship satisfaction* agar dapat menghindari kerenggangan dalam hubungan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara perilaku *phubbing* dengan *romantic relationship satisfaction* pada masa dewasa awal yang sedang berpacaran. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 101 responden. Metode yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan jenis korelasi. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara perilaku *phubbing* dengan *romantic relationship satisfaction*. Dengan skor koefisien korelasi sebesar 0.82 dan signifikansi 0.415. Sehingga dapat disimpulkan, sebagian besar dewasa awal memiliki perilaku *phubbing* dalam penggunaan *smartphone* dan *relationship satisfaction* yang tinggi. Dikarenakan H_a yang ditolak, penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat menggunakan variabel lain yang terkait dengan perilaku *phubbing* atau *relationship satisfaction*.

Kata kunci: Dewasa Awal, Perilaku *Phubbing*, *Romantic Relationship*, *Romantic Relationship Satisfaction*.

ABSTRACT

Early adulthood at this time there are many who do *relationship satisfaction* by utilizing communication technology such as *smartphones*. This can be a problem when one partner ignores the other individual who wants to communicate face-to-face, focusing only on their *smartphone* or *phubbing*. Therefore, a view emerged to give them an understanding of the behavior of *phubbing* on *smartphones* with *romantic relationship satisfaction* in order to avoid estrangement in their relationship. This study aims to determine the relationship between *phubbing* behavior with *romantic relationship satisfaction* in early adulthood dating. The number of samples in this study as many as 101 respondents. The method used is a quantitative method with the type of correlation. The results in this study showed that there was no relationship between *phubbing* behavior and *romantic relationship satisfaction*. With a correlation coefficient score of 0.82 and 0.415 significance. So it can be concluded, most early adults have *phubbing* behavior in *smartphone* use and high *relationship satisfaction*. Due to the rejected H_a , further research is expected to be able to use other variables related to *phubbing* behavior or *relationship satisfaction*.

Keywords: Early Adulthood, *Phubbing Behavior*, , *Romantic Relationship*, *Romantic Relationship Satisfaction*.



©2022 Penulis. Diterbitkan oleh Arka Institute. Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi Creative Commons Attribution 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari sering dikatakan bahwa individu tidak mampu berdiri sendiri yang mengharuskan kita melakukan sosialisasi atau membutuhkan orang lain. Miller & Tedder (2011) mengatakan bahwa individu untuk memiliki sebuah hubungan merupakan hal yang sangat penting

untuk menjadi manusia dan juga sebagai komponen bawaan secara biologis dari perilaku manusia. Berdasarkan teori psikososial dari pendapat Erikson yang menyatakan bahwa individu yang memasuki masa dewasa awal, mulai mengalami identitas vs kebingungan identitas untuk menemukan jati dirinya. Individu yang telah berhasil melewati identitas secara stabil, maka mereka akan memasuki tahap berikutnya yaitu keintiman vs isolasi. Individu yang berhasil mengembangkan keintimannya dengan menjalin relasi atau komitmen terhadap orang lain, maka individu dewasa awal sudah meleburkan atau mencapai identitas dirinya (Santrock, 2012). Masa dewasa awal menurut Hurlock dimulai dari umur 18 tahun hingga 40 tahun. Perubahan fisik dan psikologis mulai mengalami perubahan dan juga penyesuaian diri terhadap kehidupan dan harapan sosial yang baru (Putri, 2018).

Masa dewasa awal juga diharapkan saat mengembangkan dan memainkan sikap, nilai, tugasnya yang baru secara mandiri. Tugas yang dilakukan orang dewasa awal dalam perkembangannya mencakup beberapa hal seperti pekerjaan, berpacaran, hidup bersama sebagai suami dan istri, dan hal lainnya. Menurut Pearson (1983), manusia merupakan makhluk sosial yang tidak dapat menjalin hubungan sendirian. Tahap hubungan yang berikutnya adalah ketika individu laki-laki dan perempuan yang awalnya berteman atau tidak saling mengenal, karena interaksi yang terus terjalin kemudian muncul relasi yang lebih intim, maka hal tersebut membuat dua individu menjadi *partner* dalam *romantic relationship* atau yang biasanya dikenal dengan istilah pacaran.

Menurut Murray, pacaran berasal dari kata 'pacar' yang berarti hubungan antara dua individu yang memiliki landasan cinta kasih satu sama lain (Julio & Abdoellah, 2023). Pacaran menjadi salah satu hubungan yang penting pada masa dewasa awal karena sebagai proses pengenalan satu sama lain yang dapat menjadi sebuah persiapan sebelum pernikahan. Hal tersebut didasari dari adanya perasaan cinta antara masing-masing individu. Teori cinta yang sering dibahas dalam penelitian atau psikologi sosial dicetus oleh Robert J. Sternberg (1986), dikenal dengan teori segitiga cinta atau *the triangular theory of love*.

Individu yang berada di masa dewasa awal, mereka akan mulai mencari dan mencoba membangun keintiman dengan orang lain dengan cara berpacaran. Hal ini merupakan hal utama dalam perkembangan masa dewasa awal (Marsha, 2022). Penelitian terdahulu yang sudah disebutkan terlihat bahwa *romantic relationship* atau berpacaran yang dilakukan di masa dewasa awal antara *partner* memiliki ketidakpuasan dan kepuasan saat menjalaninya. Untuk menghindari hal tersebut, penting antar *partner dating* saling mengharapkan bahwa hubungan yang dijalani sesuai harapan sehingga memunculkan kepuasan yang akan menghindarkan mereka dari segala konflik yang dapat merusak hubungan dan kesehatan mental masing-masing individu stabil (Chrisnatalia & Ramadhan, 2022).

Kepuasan merupakan emosi positif yang meliputi perasaan bahagia dalam situasi hubungan yang berjalan dengan sehat, dapat membuat individu lebih bahagia, lebih sehat dan memiliki umur yang panjang (Schaffhuser et al., 2014). Menurut penelitian dari Khoury & Fayad (2012), ketidakpuasan memiliki dampak negatif dalam hal perilaku, emosi, kesehatan fisik, interaksi interpersonal dan aktivitas di kehidupan sehari-hari. Menurut Hendrick (1988), *romantic relationship* merupakan evaluasi menyeluruh seseorang terhadap hubungannya dengan orang lain yang berkaitan dengan perasaan dan pikiran yang termasuk sebagai salah satu penilaian utama saat sedang menjalani hubungan.

Lebih lanjut, penjelasan dimensi *romantic relationship satisfaction* yang dijelaskan oleh Hendrick (1988) yaitu cinta, masalah, dan harapan. Komponen cinta dimiliki individu saat sedang menjalani *romantic relationship* akan memunculkan rasa cinta yang membuat hubungan antara *partner* saling peduli. Kemudian ada masalah yang merupakan salah satu hal umum di dalam kehidupan dan sulit dihindarkan walaupun pada *partner* yang saling ketergantungan satu sama lain. Terakhir adalah harapan atau bisa dikatakan suatu keinginan dan tujuan yang ingin dicapai individu dalam suatu hubungan yang dijalankan bersama *partner*. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Jannatuna'im & Fikrie (2022) bahwa *relationship satisfaction* menjadi positif jika harapan dan tujuan individu terhadap hubungannya terwujud yang akan mempengaruhi keintiman antara *partner*. Kemudian terdapat faktor yang dipaparkan oleh Norris (1999) yaitu kelekatan antara individu dengan orang lain menjadi salah satu penentu *romantic relationship satisfaction* yang dilandasi dengan keterbukaan segala hal pada *partner* (Renanda, 2018). Sama halnya dengan penelitian yang dikaji oleh Leggett & Rossouw (2014) keterbukaan antara *partner* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *romantic relationship satisfaction*. Dengan keterbukaan maka *partner* mampu menghindari atau menyelesaikan konflik dengan saling berkomunikasi.

Adapun penjelasan menurut DeVito & DeVito (2019) bahwa dalam perspektif komunikasi antar individu agar komunikasi berjalan lancar adalah dengan mengatur waktu untuk saling berinteraksi agar dapat menghargai lawan bicara sehingga tidak merasa diabaikan dan komunikasi dua arah terjadi dengan baik. Ketidakpuasan dalam menjalani *romantic relationship* karena kurangnya kualitas komunikasi secara langsung akan mengurangi kontribusi dalam hubungan, salah satunya adalah melakukan perilaku *phubbing* (Novitasari et al., 2021). Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Utami et al. (2022) individu yang mengalami ketidakpuasan dalam hubungan bisa terjadi karena tidak adanya perhatian dari *partner* yang selalu berfokus pada *smartphone* nya.

Selanjutnya *phubbing*, dikatakan bahwa bermain dan menggunakan *smartphone* secara berlebihan dan dilakukan secara berulang-ulang dapat menimbulkan masalah dalam hubungan dan juga kesehatan mental individu (Dellanita & Wisnubarata, 2023). Dari sebuah hasil studi juga mengatakan bahwa kesehatan mental yang muncul ialah depresi, kecemasan sosial. Kecemasan dan depresi dapat muncul akibat individu yang melakukan *phubbing* terhadap sehingga *partnernya* mengalami tingkat kepuasan yang rendah karena tidak diperdulikan (Sari, 2021). Dimana saat seseorang merasa tidak puas karena saat ingin berkomunikasi secara langsung, salah satu individu mengabaikannya dengan hanya fokus pada *smartphone* nya. Dimana korban dari *phubbing* ingin komunikasi berjalan lancar karena hal ini merupakan dasar penting dalam jalannya *romantic relationship* agar individu yakin akan salah satu harapan atau tujuannya yaitu meningkat tingkatan hubungan ke jenjang selanjutnya. Sesuai dengan penelitian oleh Liana & Herdiyanto (2017) dikatakan bahwa intensitas komunikasi dengan komitmen saat berpacaran memiliki hubungan yang positif dan tinggi. Yang berarti komunikasi merupakan peran penting dalam *romantic relationship*.

Dari studi pada jurnal *Computers In Human Behavior* yang dilakukan, menemukan bahwa ada lebih dari 17% orang yang melakukan *phubbing* sampai 4 kali dalam sehari. Efek yang muncul saat berpacaran ialah dapat merusak hubungan, sebab korban *phubbing* akan merasa marah, kecewa dan memancing pertengkaran sehingga mengurangi interaksi dan komunikasi dengan pelaku *phubbing* (Bintang & Tarigan, 2018). Secara garis besar *phubbing* merupakan perilaku seseorang yang hanya terfokus dengan *smartphone* tanpa memedulikan lingkungan sekitar atau orang yang sedang berinteraksi dengan kita. Menurut Karadağ et al. (2015), *phubbing* digambarkan untuk istilah individu yang melihat atau berurusan dengan *smartphone* sepanjang waktu saat sedang mengalami percakapan dengan individu lain dan melarikan diri dari komunikasi antar pribadi (Karadağ et al., 2015).

Phubbing memiliki empat faktor menurut Karadağ et al. (2015), yaitu kecanduan *smartphone* atau kecanduan internet, kecanduan media sosial, kecanduan *game*, lalu faktor situasional dan pribadi. Kemudian, fokus *phubbing* dalam penelitian ini ialah terhadap kecanduan *smartphone*. Dimana, terkadang individu mengabaikan dan tidak menghiraukan orang lain selain memainkan *smartphone* hanya karena merasa bosan, mengantuk, menghindari pembicaraan dengan orang lain, atau tidak ingin diajak berbicara. Hal ini merupakan emosi negatif yang dirasakan oleh pelaku dalam berinteraksi dengan orang lain (Hamdiyah, 2021). Menurut pelaku, *phubbing* merupakan hal lumrah dan hal wajar yang biasa terjadi dan dilakukan banyak orang di era modern yang sudah banyak menggunakan *smartphone* sehingga, tanpa sengaja ada yang ia harus selesaikan dengan *smartphone* nya walaupun dalam konteks sedang berkomunikasi dengan *partner* (Novitasari et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan Chotpitayasunondh & Douglas (2018) dikatakan bahwa dampak dari *phubbing* dapat menurunkan mood, merusak kualitas hubungan, pengucilan sosial dan mengancam empat kebutuhan dasar yaitu rasa memiliki, harga diri, keberhargaan diri dan control. Dalam perspektif kesehatan mental, *phubbing* juga dapat merusak kesehatan mental korban yang meningkatkan stress dan kecemasan (NS Development, 2023). Menurut Karadağ et al. (2015) *phubbing* memiliki dua dimensi, yaitu gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Gangguan komunikasi dimaksudkan untuk individu yang terfokus dengan *smartphone* walaupun sedang melakukan komunikasi secara langsung dengan lawan bicara. Berdasarkan paparan latar belakang maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara perilaku *phubbing* dengan *romantic relationship satisfaction* pada orang dewasa awal yang sedang berpacaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif yang digunakan dengan jenis korelasi dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang berbeda pada kedua variabel (Sugiyono, 2019). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini

merupakan dewasa awal yang berusia 20 – 29 tahun di Bekasi Utara terdapat populasi kurang lebih 36.600 ribu jiwa (Disdukcapil, 2022). Berdasarkan perhitungan rumus *Slovin* yang dilakukan, maka sampel yang harus diperoleh pada penelitian ini adalah 100 sampel. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Non-Probability Sampling* dengan metode *Purposive Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan menyebarkan kuesioner melalui *Google Form* yang disebarakan melalui media sosial seperti *whatsapp* dan *instagram*. Skala *likert* banyak digunakan pada penelitian yang mengukur sikap, pendapat, dan fenomena sosial. Terdapat dua jenis item dalam skala ini, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Skor dalam skala *likert* menggunakan 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Kadang (K) dan Sangat Tidak Sesuai (STS) (Periantalo, 2016).

Skala *romantic relationship satisfaction* diukur menggunakan aspek *romantic relationship satisfaction* yaitu cinta, masalah, dan harapan. Skala *romantic relationship satisfaction* menggunakan adaptasi alat ukur RAS (*Relationship Assessment Scale*) yang sudah diteliti pada penelitian sebelumnya oleh Vivian (2020) dengan hasil reliabilitas 0,710 dan rentang validitas sebesar 0,421 – 0,719. Skala perilaku *phubbing* diukur menggunakan dimensi *phubbing* yaitu gangguan komunikasi (*communication disturbance*) dan obsesi terhadap ponsel (*phone obsession*). Skala perilaku *phubbing* dibuat berdasarkan adaptasi alat ukur PS (*The Phubbing Scale*) yang sudah diteliti yaitu pada penelitian sebelumnya dari Aurelia (2023) dengan hasil reliabilitas sebesar 0,938.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Validitas

Tabel 1. Hasil Uji Validitas Skala *Romantic Relationship Satisfaction*

Jenis Item	Aitem Sebelum Uji Coba	Aitem Sesudah Uji Coba
	No. Item	No. Item
<i>Favorable</i>	1,2,3,5,6	1,2,3,5,6
<i>Unfavorable</i>	4,7	4,7
Jumlah	7	7

Hasil uji validitas pada skala *Romantic Relationship Satisfaction* menunjukkan bahwa semua 7 aitem dalam skala tersebut dinyatakan valid. Ini berarti setiap aitem memiliki kemampuan yang baik dalam mengukur konstruk yang dimaksud, yakni kepuasan dalam hubungan romantis. Tidak ada satu pun aitem yang harus dikeluarkan dari skala karena semuanya memenuhi kriteria validitas yang telah ditentukan, yaitu memiliki nilai korelasi antar-aitem lebih besar dari batas minimum yang disyaratkan, yaitu $p > 0,200$.

Rentang skor korelasi yang diperoleh adalah antara **0,319 hingga 0,850**, yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara setiap aitem dengan total skor bervariasi dari cukup kuat hingga sangat kuat. Korelasi yang lebih tinggi, seperti **0,850**, menunjukkan bahwa aitem tersebut sangat representatif terhadap konsep kepuasan hubungan romantis secara keseluruhan, sedangkan korelasi yang lebih rendah namun masih valid, seperti **0,319**, menunjukkan bahwa meskipun kontribusinya lebih kecil, aitem tersebut tetap relevan dalam mengukur konstruk yang diinginkan.

Dengan demikian, skala ini dapat dianggap sebagai alat ukur yang valid untuk menilai tingkat kepuasan dalam hubungan romantis, karena setiap aitem telah terbukti secara statistik berkontribusi secara signifikan terhadap pengukuran variabel yang diteliti.

Tabel 2. Hasil Uji Validitas Skala Perilaku *Phubbing*

No.	Dimensi	Indikator	Aitem Sebelum Uji Coba		Aitem Sesudah Uji Coba	
			<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>
1.	Gangguan Komunikasi	Menerima apapun atau mengangkat panggilan ketika sedang berinteraksi	1,8	3,20	1,8	3,20

No.	Dimensi	Indikator	Aitem Sebelum Uji Coba		Aitem Sesudah Uji Coba	
			Favo	Unfavo	Favo	Unfavo
2.	Obsesi terhadap ponsel	Membalas SMS maupun chat ketika sedang berinteraksi	7,5	5,10	7,5	5,10
		Rutin mengecek notifikasi media sosial ketika sedang berinteraksi	13,19	12,17	13,19	12,17
		Terdapat kelekatan pada ponsel	18,24	16	18,24	16
		Merasa cemas ketika berjauhan dari ponsel	23,2	4,6	23,2	4*,6
		Merasa kesulitan dalam mengatur waktu penggunaan ponsel	15,21	11,22	15*,21	11,22
		Total	23		21	

Berdasarkan hasil uji validitas pada skala Perilaku Phubbing, ditemukan bahwa ada 2 aitem yang tidak valid atau gugur, yaitu aitem nomor 15 dan 4. Kedua aitem ini dianggap tidak memenuhi kriteria validitas karena nilai korelasinya lebih rendah dari batas minimum yang telah ditetapkan, yakni $p < 0,200$. Hal ini menunjukkan bahwa aitem tersebut tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pengukuran perilaku phubbing secara keseluruhan dan, oleh karena itu, tidak dapat digunakan dalam skala akhir.

Setelah mengeliminasi 2 aitem yang tidak valid tersebut, skala Perilaku Phubbing kini terdiri dari 21 aitem yang valid, dengan rentang skor korelasi antar-aitem dari 0,201 hingga 0,758. Rentang skor ini menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara aitem-aitem yang tersisa bervariasi dari yang cukup signifikan hingga sangat kuat. Aitem dengan skor korelasi lebih tinggi, seperti 0,758, memberikan kontribusi yang kuat dalam pengukuran perilaku phubbing, sementara aitem dengan skor lebih rendah, seperti 0,201, meskipun memiliki kontribusi yang lebih kecil, tetap dianggap valid dalam konteks pengukuran ini.

Dengan demikian, skala yang tersisa masih dianggap valid dan reliabel untuk mengukur perilaku phubbing, yang merupakan tindakan mengabaikan orang lain dalam situasi sosial karena terlalu fokus pada perangkat teknologi, seperti ponsel. Proses penyaringan aitem-aitem ini penting untuk memastikan bahwa skala yang digunakan hanya mengandung aitem-aitem yang memiliki kemampuan terbaik dalam merepresentasikan konstruk perilaku phubbing yang ingin diukur.

Uji Reliabilitas

Setelah melakukan uji validitas, peneliti juga melakukan uji reliabilitas dengan menggunakan perhitungan *Cronbach's Alpha* untuk kedua variabel menggunakan SPSS ver 25. Pada skala Perilaku Phubbing didapatkan skor sebesar 0,844, kemudian pada skala *Romantic Relationship Satisfaction* didapatkan skor sebesar 0,702.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kedua Variabel

	Skor Reliabilitas	Keterangan
Skala Perilaku <i>Phubbing</i>	0.844	Reliabel
Skala <i>Romantic Relationship Satisfaction</i>	0.702	Cukup Reliabel

Uji Asumsi**Tabel 4. Hasil Uji Normalitas dan Uji Linieritas Variabel**

	Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	Uji Linieritas <i>Deviation from Linearity</i>
Sig.	0.000	0.790
Keterangan	Uji Asumsi tidak terpenuhi	Uji Asumsi terpenuhi

Berdasarkan hasil pengujian yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa uji normalitas pada kedua variabel memperoleh hasil signifikansi sebesar 0,000, yang dimana hal ini berada pada ($p < 0.05$) maka dinyatakan bahwa data terdistribusi tidak normal. Oleh karena itu, analisis data pada pengujian hipotesis menggunakan uji korelasi non-parametrik. Sedangkan hasil uji linieritas yang menggunakan teknik uji *Deviation from Linearity* menunjukkan angka sebesar 0,790 ($p > 0.05$), maka bisa dikatakan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linear.

Kategorisasi *Romantic Relationship Satisfaction***Tabel 5. Kategorisasi Subjek Penelitian Variabel *Romantic Relationship Satisfaction***

Kategori	Skor	N	Persentase
Rendah	$\leq 19,85$	4	4.0%
Sedang	19,86 – 22,14	9	8.9%
Tinggi	$\leq 22,15$	88	87.1%
Total		101	100%

Menurut tabel kategorisasi skor pada skala *Romantic relationship satisfaction*, hasil yang didapat ialah 4 responden sebesar 4.0% yang termasuk dalam kategori rendah, 9 responden dengan 0,9% yang termasuk dalam kategori sedang, dan 88 responden dengan 87,1% yang termasuk dalam kategori tinggi.

Kategori Perilaku *Phubbing***Tabel 6. Kategorisasi Subjek Penelitian Variabel Perilaku *Phubbing***

Kategori	Skor	N	Persentase
Rendah	$\leq 59,5$	1	1.0%
Sedang	59,6 – 66,4	10	9.9%
Tinggi	$\leq 66,5$	90	89.1%
Total		101	100%

Menurut tabel kategorisasi skor pada skala Perilaku *phubbing*, hasil yang didapat ialah 1 responden dengan kategori rendah sebesar 1,0%, 10 responden dengan kategori sedang sebesar 10%, dan 90 responden dengan kategori tinggi sebesar 89,1%.

Uji Hipotesis**Tabel 7. Hasil Uji Korelasi pada Variabel**

Variabel	Koefisien Korelasi	Nilai Signifikasi	Jumlah Subjek
<i>Romantic Relationship Satisfaction</i> Perilaku <i>Phubbing</i>	0.82	0.415	101

Uji korelasi yang telah dilakukan dengan teknik *Spearman's Rho* diatas menunjukkan kedua variabel memiliki nilai koefisien korelasi 0.82 dengan taraf signifikansi 0.415 ($\text{sig} > 0.05$) dan dapat diketahui bahwa arah korelasi pada kedua variabel tersebut adalah positif yang berkategori sangat kuat, yang berarti semakin tinggi Perilaku *phubbing* maka *Romantic relationship satisfaction* pun semakin tinggi. Berdasarkan uraian diatas, dapat dikatakan bahwa hipotesis alternatif (H_a) ditolak. Sehingga dapat diartikan bahwa perilaku *phubbing* tidak memiliki hubungan yang positif dengan *romantic relationship satisfaction*.

PEMBAHASAN

Dewasa awal yang dimulai dari umur 18 tahun hingga 40 tahun., mulai mengalami perubahan dan penyesuaian diri terhadap kehidupan dan harapan sosialnya yang salah satunya seperti mulai melakukan hubungan yang intim pada individu lainnya (Putri, 2018). Hubungan yang sehat dan langgeng juga didasarkan pada rasa puas yang dimiliki kedua individu pada *romantic relationship* yang dijalani. Dengan teknologi canggih pada saat ini, salah satunya *smartphone* menjadi sebuah alat yang harus dimiliki oleh banyak individu untuk memudahkan mereka dalam segala urusan, seperti berkomunikasi yang bisa dilakukan secara tidak langsung. Hal ini dapat menjadi masalah jika salah satu individu melakukan *phubbing* yang kemudian membuat individu lainnya yang menerima *phubbing* merasa diabaikan sehingga membuat mereka dapat stress, rendah diri dan apatis terhadap lingkungan sosial yang akan membuat hubungan tersebut dapat mengalami keretakan. Dalam penelitian Karadağ et al. (2015), penyebab individu melakukan *phubbing* yaitu karena kecanduan pada *smartphone* atau kecanduan internet, yang membuatnya ingin selalu mengecek notifikasi dan menggulir informasi yang ada pada *smartphone* sebagai pengalihan dari rasa bosan atau tidak ingin berkomunikasi dengan lawan bicaranya.

Menurut penelitian yang telah dilakukan, hasil uji korelasi yang diperoleh menggunakan teknik *Spearman's rho*, menunjukkan bahwa tidak terdapat adanya hubungan antara perilaku *phubbing* dalam penggunaan *smartphone* dengan *romantic relationship satisfaction* pada masa dewasa awal yang sedang berpacaran dengan memiliki nilai signifikansi 0.415 ($\text{sig} > 0.05$). Kemudian, angka koefisien korelasi yang diperoleh ialah 0.82, menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel tersebut searah dengan kekuatan hubungan yang sangat kuat dan positif. Dapat dikatakan bahwa, semakin tinggi *partner* melakukan perilaku *phubbing* dalam penggunaan *smartphone*, maka tidak mengganggu *romantic relationship satisfaction* yang dialami oleh individu tersebut.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ajooba & Ambarwati (2023), dimana perilaku *phubbing* dengan *relationship satisfaction* tidak memiliki hubungan yang negatif di masa dewasa awal saat berpacaran, dikarenakan perilaku *phubbing* pada saat ini dianggap perilaku yang normal dan mampu diterima dalam kehidupan sosial. Saat individu mulai memfokuskan atensinya pada *smartphone*, maka individu yang merasa diabaikan akan ikut mengalihkan atensi yang tadinya ingin berbicara, menjadi ikut memainkan *smartphonenya*.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Servies, yang mendapatkan bahwa dengan adanya gangguan *smartphone* yang menyebabkan terjadinya perilaku *phubbing* tidak berdampak negatif terhadap *relationship satisfaction* (Novitasari et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa individu yang menerima *phubbing* tidak keberatan dengan *phubbing* yang dilakukan, sehingga *relationship satisfaction* mereka tetap tinggi dan tidak dijadikan sebuah hal yang akan mengganggu hubungan mereka kedepannya.

Relationship satisfaction yang dirasakan *partner* tidak menurun karena mereka dapat memahami dan menghargai satu sama lain ketika melakukan *phubbing* yang bisa saja individu memang sedang menunggu kabar penting tentang pekerjaan atau hal lain. Terutama pada dewasa awal yang menggunakan *smartphone* di segala umur dan penggunaannya terus meningkat setiap hari sebagai kemudahan individu untuk menggunakannya dimana dan kapan saja untuk kepentingan pribadi maupun sosial. Hal ini yang membuat semua individu menerima *phubbing* sebagai tindakan umum yang sudah biasa dilakukan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian pada kedua variabel dimana perilaku *phubbing* dalam penggunaan *smartphone* dengan *romantic relationship satisfaction* pada masa dewasa awal dapat dikatakan bahwa, penggunaan *smartphone* yang semakin banyak pada saat ini, membuat lebih banyak orang memilih

berkomunikasi melalui aplikasi, yang membuat *phubbing* dalam penggunaan *smartphone* saat ini tidak terlalu memiliki dampak terhadap *romantic relationship satisfaction* terhadap *partnernya*. Terutama jika memiliki faktor situasional seperti pekerjaan atau segala hal yang mendukung kegiatan individu sehari-hari pun hal tersebut dapat dimaklumi oleh individu lainnya dan membuat *relationship satisfaction* tetap terjaga dan tidak menurun.

Dengan adanya hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat keterbatasan dimana data tidak terdistribusi secara normal yang bisa diakibatkan dari jawaban responden yang dapat dipengaruhi dari situasi dan kondisi hati responden tersebut dan juga bisa dari pernyataan aitem yang mungkin tidak dipahami oleh beberapa responden. Adapun saran untuk dewasa awal untuk mengurangi penggunaan *smartphone* yang walaupun *phubbing* sudah diterima baik di lingkungan sosial, lebih baik individu meminta izin terdahulu pada lawan bicaranya jika ingin menggunakan *smartphone* pada saat komunikasi langsung. Kemudian saran untuk penelitian selanjutnya bisa dilakukan dengan lebih memfokuskan pada kualitas komunikasi yang dapat mempengaruhi *relationship satisfaction*. Faktor lain seperti komitmen yang menjadi salah satu tujuan dalam *romantic relationship* karena hal ini dapat memotivasi individu untuk melanjutkan ke tingkat yang lebih tinggi yaitu pernikahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajooba, K. F., & Ambarwati, K. D. (2023). Phubbing Behavior and Satisfaction of Romantic Relationships in Early Adult Dating: a Correlational Study. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 6(1), 24–33. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v6i1.119>
- Aurelia. (2023). *Perilaku Phubbing pada Pengguna Smartphone Antara Laki-Laki dan Perempuan di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya*. Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
- Bintang, T., & Tarigan, M. (2018). *Waspada Phubbing Ganggu Hubungan Pasangan, Apa itu Phubbing?* Tempo.Co. <https://gaya.tempo.co/read/1052423/waspada-phubbing-ganggu-hubungan-pasangan-apa-itu-phubbing>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Chrisnatalia, M., & Ramadhan, F. A. E. (2022). Kepuasan Hubungan Romantis Pada Wanita Dewasa Awal Yang Menjalin Hubungan Pacaran Jarak Jauh (Studi Deskriptif). *Jurnal Psikologi : Media Ilmiah Psikologi*, 20(2). <https://doi.org/10.47007/jpsi.v20i2.266>
- Dellanita, A., & Wisnubarata. (2023). *3 Alasan Mengapa Internet Bisa Merusak Hubungan Romantis*. Kompas.Com. <https://lifestyle.kompas.com/read/2023/02/08/100636220/3-alasan-mengapa-internet-bisa-merusak-hubungan-romantis?page=all>
- DeVito, J. A., & DeVito, J. (2019). The interpersonal communication book. *Instructor*, 1(18), 521–532.
- Hamdiyah, H. (2021). Pengaruh Perilaku Phubbing dan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa di Jurusan Ilmu Pendidikan ULM. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 46–56. <https://doi.org/10.20527/jpbk.2021.4.1.2888>
- Hendrick, S. S. (1988). A Generic Measure of Relationship Satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Jannatuna'im, E., & Fikrie, F. (2022). Perilaku Phubbing dan Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Suami Istri. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.6064>
- Julio, R. A., & Abdoellah, O. S. (2023). Strategi Adaptasi Ekonomi Petani Penggarap terhadap Dampak Pembangunan Jalan Tol. *Umbara*, 7(2), 74. <https://doi.org/10.24198/umbara.v7i2.43048>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Khoury, B., & Fayad, Y. (2012). Defining partner relational problems in the Arab Region. *Family Problems and Family Violence: Reliable Assessment and the ICD-11*, 79.

- Leggett, C., & Rossouw, P. (2014). The Impact of Technology Use on Couple Relationships: A Neuropsychological Perspective. *International Journal of Neuropsychotherapy*, 2(1), 44–99. <https://doi.org/10.12744/ijnpt.2014.0044-0099>
- Liana, J. A., & Herdiyanto, Y. K. (2017). Hubungan Antara Intensitas Komunikasi Dengan Komitmen Pada Pasangan Yang Menjalani Hubungan Berpacaran. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1). <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p09>
- Marsha, N. A. (2022). *Pengaruh Gaya Kelekatan Dewasa Terhadap Kepuasan Hubungan Pada dewasa Awal Yang Menjalani Pacaran Jarak Jauh*. Universitas Airlangga.
- Miller, J., & Tedder, B. (2011). The discrepancy between expectations and reality: Satisfaction in romantic relationships. *Journal of Family Psychology*, 21, 572–583.
- Novitasari, F., Pertiwi, Y. W., & Perdini, T. A. (2021). Relationship satisfaction pada mahasiswa yang berpacaran ditinjau dari perilaku phubbing. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 21(4), 443–454.
- NS Development. (2023). *Ketahui Dampak yang di Timbulkan Oleh Perilaku Phubbing*. NS Development. https://nsd.co.id/posts/ketahui-dampak-yang-di-timbulkan-oleh-perilaku-phubbing.html#google_vignette
- Periantalo. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi* (1st ed.). Pustaka Pelajar.
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Renanda, S. (2018). Hubungan kelekatan dan kepuasan hubungan romantis pada mahasiswa politeknik kesehatan dr. soepraoen malang yang di mediasi oleh kepercayaan. *Jurnal Ecopsy*, 5 No.1, 29–35.
- Santrock, J. W. (2012). *LIFE-SPAN Development Perkembangan Masa Hidup* (13th ed.). Penerbit Erlangga.
- Sari, N. A. (2021). *Phubbing Terkait dengan Kesehatan Mental*. Media Indonesia. <https://mediaindonesia.com/weekend/424942/phubbing-terkait-dengan-kesehatan-mental>
- Schaffhuser, K., Allemand, M., & Martin, M. (2014). Personality Traits and Relationship Satisfaction in Intimate Couples: Three Perspectives on Personality. *European Journal of Personality*, 28(2), 120–133. <https://doi.org/10.1002/per.1948>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Utami, M., Noorizki, R. D., & Putri, I. S. (2022). Partner Phubbing dan Kepuasan Hubungan Romantis Dating Couple pada Dewasa Muda. *Psychocentrum Review*, 4(3), 268–283. <https://doi.org/10.26539/pcr.431182>
- Vivian, Y. (2020). Hubungan Antara Tipe Attachment Dan Kepuasan Hubungan Pada Dewasa Muda Yang Sedang Berpacaran Jarak Jauh. In *Universitas Indonesia Library*. niversitas Indonesia.