 ISSN 3123-3074

ANALISIS FENOMENA PHUBBING SEBAGAI BENTUK KETIDAKPEDULIAN SOSIAL DI ERA DIGITAL: TINJAUAN INTERAKSIONISME SIMBOLIK DAN PERGESERAN NORMA KOMUNIKASI TATAP MUKA

Annisa Fitria Ningsih[1)], Dhea Musfira Mahsa[2)], Siti Muthia Nur Aisyah[3)], Ghazi Zubair Al Hawary[4)], Aldi[5)], Luthfi Muhanasyah[6)], A.Annisa Aribah Zahra[7)]
[1)]Pendidikan Ekonomi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau
Email : annisa.fitria3243@student.unri.ac.id
[2)]Manajemen Sumberdaya Perairan, Fakultas Perikanan dan Kelautan, Universitas Riau
Email : dhea.musfira0712@student.unri.ac.id
[3)]Pendidikan Ekonomi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau
Email : siti.muthia2675@student.unri.ac.id
[4)]Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Riau
Email : ghazi.zubair4426@student.unri.ac.id
[5)]Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau
Email : aldi4294@student.unri.ac.id
[6)]Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau
Email : luthfi.muhanasyah6638@student.unri.ac.id
[7)]Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau,
Email : a.annisa6745@student.unri.ac.id

Abstract
The rapid evolution of modern digital technology has fundamentally altered human communication patterns, generating a paradox where virtual connectivity often compromises the warmth of direct interpersonal bonds. A prominent manifestation of this disruption is phubbing (phone snubbing), defined as the habit of ignoring conversational partners in favor of focusing on mobile screens. This study aims to investigate phubbing as a reflection of normalized social indifference and to explore its underlying psychosocial drivers. Employing a library research method with a critical descriptive approach, this paper synthesizes recent literature in sociology and digital communication. The findings indicate that phubbing extends beyond individual gadget addiction, functioning as a sociological phenomenon that triggers negative behavioral reciprocity, erodes empathy, and diminishes social competence. Through the perspective of symbolic interactionism, shifting gaze toward a smartphone screen serves as a symbolic gesture of social rejection and devaluation of physical presence. This paper highlights the urgency of restoring digital communication ethics and fostering mindful presence to preserve social cohesion across public and private spheres.
Keyword: *Digital Era; Face-to-Face Interaction; Phubbing; Social Indifference; Symbolic Interactionism.*

Abstrak
Perkembangan pesat teknologi digital saat ini telah mengubah pola komunikasi antarmanusia secara mendasar, menciptakan ironi di mana keterhubungan virtual kerap mengorbankan kehangatan hubungan langsung. Salah satu manifestasi paling nyata dari disrupsi ini adalah phubbing (phone snubbing), yaitu kecenderungan seseorang mengabaikan rekan bicara demi memusatkan perhatian pada gawai pribadi. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi bentuk phubbing sebagai cerminan sikap apatis sosial yang telah mengalami normalisasi kultural, serta mengkaji faktor pemicu psikososial di dalamnya. Menggunakan metode studi pustaka dengan pendekatan deskriptif kritis, kajian ini membedah berbagai literatur mutakhir di bidang sosiologi dan komunikasi digital. Hasil analisis menunjukkan bahwa phubbing bukan sekadar masalah adiksi gawai pribadi, melainkan fenomena sosiologis yang memicu timbal balik perilaku negatif, mengikis empati, serta menurunkan kecakapan sosial. Dengan menggunakan kerangka interaksionisme simbolik, tindakan menatap layar gawai diartikan sebagai simbol penolakan sosial dan pelecehan terhadap kehadiran fisik lawan bicara. Studi ini menekankan pentingnya membangun kembali etika komunikasi digital serta kesadaran hadir secara utuh (mindful presence) demi menjaga keutuhan ikatan sosial di ruang publik maupun domestik.
Kata Kunci: Era Digital; Interaksi Tatap Muka; Interaksionisme Simbolik; Ketidakpedulian Sosial; Phubbing.

PENDAHULUAN

Transformasi teknologi informasi yang masif pada dekade mutakhir telah menempatkan telepon pintar sebagai artefak budaya yang tak terpisahkan dari rutinitas harian masyarakat (Asari et al., 2023). Perangkat komunikasi yang awalnya dirancang untuk meruntuhkan batasan ruang dan mempercepat pertukaran pesan kini bertransformasi menjadi pusat perhatian utama individu. Sayangnya, tingginya frekuensi interaksi virtual sering kali berbanding terbalik dengan kualitas keintiman di dunia nyata. Pada berbagai ruang komunal seperti kafe, area keluarga, hingga lingkungan kampus, pemandangan seseorang menunduk menatap layar gawai sambil mengabaikan individu di sekitarnya telah menjadi kelaziman sehari-hari (Aditia, 2021).

Kebiasaan mengabaikan mitra wicara tatkala bersua akibat terpikat pada gawai dikenal dalam literatur akademik sebagai phubbing, gabungan istilah dari phone dan snubbing (Hanika, 2015). Konsep ini mula-mula diperkenalkan di Australia pada tahun 2012 untuk merepresentasikan persoalan sosial kontemporer akibat penggunaan teknologi yang melunturkan etika percakapan (Hanika, 2015; Sitorus, 2024). Seiring berjalannya waktu, phubbing bergeser dari sekadar bentuk ketidaksopanan individual menjadi pola perilaku kolektif yang menandai gejala pengabaian sosial di era digital (Pratomo et al., 2025).

Dari perspektif sosiologis maupun psikologis, phubbing menghadirkan ancaman substansial terhadap kelangsungan hubungan antarpribadi. Eksistensi fisik dalam satu ruang bersama kehilangan maknanya manakala pikiran dan kesadaran justru terpusat pada pemberitahuan media sosial maupun aplikasi perpesanan (Sudi, 2024). Kondisi di mana seseorang hadir secara jasmani namun absen secara mental ini menciptakan jarak emosional yang signifikan (Lestary et al., 2025). Ketika gawai terus diprioritaskan di atas keberadaan individu di hadapan kita, pesan implisit yang terpancar adalah bahwa dunia virtual jauh lebih bernilai ketimbang manusia nyata (Rahmani et al., 2024).

Urgensi menginvestigasi fenomena ini menjadi krusial mengingat phubbing telah ternormalisasi di tengah masyarakat, khususnya kalangan generasi muda dan mahasiswa sebagai digital native (Abivian, 2022; Surbakti et al., 2026). Alih-alih mendapat teguran, perilaku acuh ini kerap dibalas serupa oleh pihak korban, sehingga menciptakan siklus ketidakpedulian yang berkelanjutan. Berdasarkan landasan tersebut, riset ini berfokus memetakan bentuk phubbing sebagai manifestasi ketidakpedulian sosial, menelaah faktor pemicu beserta proses normalisasinya melalui pisau analisis interaksionisme simbolik, serta merumuskan strategi perbaikan mutu komunikasi tatap muka.

METODE

Kajian ilmiah ini menggunakan metode studi pustaka (library research) dengan pendekatan analisis deskriptif kritis. Pendekatan ini dipilih agar peneliti dapat mengintegrasikan temuan empiris serta landasan konseptual dari berbagai disiplin ilmu, seperti sosiologi komunikasi, psikologi sosial, hingga kajian media, guna membangun pemahaman komprehensif mengenai phubbing sebagai bentuk patologi interaksi kontemporer (Lestary et al., 2025).

Sumber referensi yang dimanfaatkan mencakup literatur sekunder berupa artikel jurnal ilmiah nasional bereputasi serta referensi buku teks sosiologi dan komunikasi digital terbitan dalam negeri. Penelusuran pustaka dijalankan secara sistematis melalui basis data akademik seperti Google Scholar, Portal Garuda, Neliti, serta repositori perguruan tinggi dengan kata kunci phubbing, ketidakpedulian sosial, degradasi relasi, dan interaksionisme simbolik. Tahapan seleksi literatur meliputi: (1) filtrasi dan pengelompokan berdasarkan variabel pemicu serta dampak relasional; (2) sintesis teoretis menggunakan perspektif interaksionisme simbolik; serta (3) perumusan simpulan analitis yang mendalam

HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Anatomi dan Determinat Psikososial Perilaku Phubbing

Perilaku phubbing bukanlah permasalahan tunggal, melainkan hasil akumulasi dari berbagai bentuk ketergantungan terhadap gawai. Hanika (2015) menegaskan bahwa akar phubbing berpangkal pada adiksi perangkat, ketergantungan internet, serta keterikatan berlebihan terhadap jejaring sosial. Situasi ini menurunkan kapasitas pengendalian diri (self-control) seseorang untuk menahan diri dari memeriksa ponsel setiap kali muncul pemberitahuan atau ketika percakapan mengalami jeda sesaat (Fadilah et al., 2022).

Di samping adiksi teknologi, aspek psikologis berupa Fear of Missing Out (FoMO)—yakni kecemasan tertinggal informasi atau tren mutakhir di dunia maya—berperan sebagai pendorong utama (Pratomo et al., 2025). Individu dengan tingkat FoMO yang tinggi memandang arus informasi digital sebagai hal yang wajib dipantau

 ISSN 3123-3074

secara konstan tanpa menghiraukan dampaknya terhadap rekan bicara. Selain itu, gawai sering kali dimanfaatkan sebagai pelarian manakala seseorang merasa canggung atau jenuh menghadapi situasi interaksi langsung di dunia nyata (Lestary et al., 2025; Abivian, 2022).

Tabel 1. Tipologi Konteks Sosial dan Implikasi Ketidakpedulian Akibat Perilaku Phubbing

Konteks Sosial / Subtipe	Manifestasi Perilaku di Ruang Sosial	Dampak Ketidakpedulian Sosial
Relasi Interpersonal & Pasangan	Memeriksa media sosial atau membalas pesan saat bersantap bersama atau berdiskusi intim dengan pasangan.	Menurunkan kepuasan relasi, memicu kesalahpahaman, serta menimbulkan perasaan tidak dihargai (Aditia, 2021).
Lingkungan Keluarga (Parental Phubbing)	Anggota keluarga lebih memusatkan perhatian pada layar gawai ketimbang menanggapi komunikasi domestik di rumah.	Membentuk pengasingan emosional dalam keluarga serta melemahkan kelekatan antaranggota (Pratomo et al., 2025).
Pertemanan & Kampus (Peer Phubbing)	Menunduk menatap layar secara bersama-sama ketika berkumpul di kafe, ruang kuliah, atau diskusi kelompok mahasiswa.	Mengikis kedalaman empati, menurunkan kecakapan interpersonal, serta menormalisasi tindakan pengabaian (Rahmani et al., 2024; Surbakti et al., 2026).
Ruang Publik & Lingkungan Kerja	Sibuk dengan gawai saat berlangsungnya rapat tatap muka atau berada di tengah forum sosial kemasyarakatan.	Merusak kepercayaan sosial, menghambat sinergi kerja, serta melahirkan iklim komunikasi yang apatis (Sitorus, 2024).

3.2 Phubbing sebagai Manifestasi Ketidakpedulian Sosial yang Ternormalisasi

Gejala ketidakpedulian sosial dalam masyarakat digital masa kini muncul secara terselubung melalui bentuk pengalihan atensi (attention diversion). Ketika seorang pelaku phubbing terus menatap layar ponsel di tengah perbincangan, terjadi penurunan mutu komunikasi interpersonal yang meliputi unsur keterbukaan, empati, dukungan, sikap positif, serta kesetaraan (Aditia, 2021). Kondisi ini menyebabkan pihak yang diabaikan mengalami isolasi emosional meskipun berada dalam jarak fisik yang berdekatan (Rani et al., 2026).

Aspek yang paling mengkhawatirkan dari fenomena ini adalah berlangsungnya normalisasi norma melalui mekanisme peniruan sosial (modeling). Suatu bentuk tindakan menyimpang lambat laun kehilangan konotasi negatifnya manakala dipraktikkan secara kolektif oleh kelompok masyarakat (Sudi, 2024). Korban phubbing secara perlahan menganggap perilaku tersebut sebagai kewajaran baru, sehingga ia turut mereproduksi tindakan serupa kepada individu lain (Aditia, 2021). Berbagai riset di kalangan mahasiswa memperlihatkan bahwa meskipun mereka menyadari tindakan tersebut mencerminkan sikap acuh, kebiasaan ini tetap dilakukan dalam pergaulan sehari-hari (Lestary et al., 2025; Surbakti et al., 2026).

Kondisi ambivalen ini mencerminkan pergeseran standar kehadiran sosial di masyarakat. Dalam tatanan konvensional, eksistensi fisik menuntut keterlibatan total melalui kontak mata dan ekspresi tubuh yang terbuka (Bungin, 2006). Sebaliknya, pada era digital, individu merasa lebih eksis tatkala terhubung dengan komunitas maya daripada memperhatikan manusia yang berada tepat di hadapannya (Sitorus, 2024). Akibatnya, kepekaan terhadap kebutuhan emosional lingkungan sekitar semakin menumpul, yang pada gilirannya memperluas sikap apatis sosial.

3.3 Analisis Interaksionisme Simbolik atas Simbol Layar dan Disrupsi Komunikasi

Untuk menelaah mengapa gawai mampu merusak tatanan kohesi sosial, perspektif interaksionisme simbolik yang dikembangkan oleh George Herbert Mead menawarkan kerangka analisis yang memadai. Pendekatan ini memandang interaksi

sebagai proses pertukaran simbol yang dimaknai secara bersama demi membentuk realitas sosial (Ritzer & Goodman, 2010; Sudi, 2024). Kontak mata, anggukan kepala, serta gestur tubuh merupakan simbol nonverbal yang merefleksikan pengakuan atas eksistensi orang lain.

Tatkala ponsel ditempatkan di atas meja atau digenggam secara terus-menerus sepanjang percakapan, benda tersebut bertransformasi menjadi simbol pembatas yang memecah ruang interaksi (Surbakti et al., 2026). Gerakan menunduk memandang layar menyampaikan isyarat simbolik bahwa dunia digital jauh lebih penting dibandingkan realitas sosial bersama rekan bicara. Bagi pihak yang diabaikan, simbol ini diinterpretasikan sebagai bentuk pelecehan yang meruntuhkan rasa percaya diri serta merusak kompetensi komunikasi (Rahmani et al., 2024).

Lebih lanjut, konsep pengambilan peran (role-taking) dalam interaksionisme simbolik menghendaki kemampuan individu untuk menempatkan diri pada sudut pandang orang lain (Ritzer & Goodman, 2010). Praktik phubbing secara sistematis menghambat proses reflektif tersebut (Surbakti et al., 2026). Perhatian yang terserap oleh konten gawai menyebabkan pelaku gagal menangkap ekspresi maupun intonasi suara mitra wicara, sehingga interaksi tatap muka terasa kaku, dangkal, dan miskin nuansa emosional.

3.4 Implikasi Sosiologis dan Strategi Rekonstruksi Etika Komunikasi Digital

Apabila dibiarkan tanpa intervensi kultural yang memadai, normalisasi phubbing berpotensi melahirkan generasi yang mengalami alienasi sosial di tengah kemajuan teknologi (Asari et al., 2023). Kemerosotan kualitas komunikasi dalam lingkup keluarga mengendurkan proses internalisasi nilai moral pada remaja, sementara di lingkungan akademik dan masyarakat luas, fenomena ini menggerus budaya berdialog (Rani et al., 2026; Abivian, 2022). Oleh sebab itu, penanganan phubbing menuntut adanya rekonstruksi etika bermedia yang komprehensif.

Langkah permulaan mencakup pembudayaan prinsip kehadiran penuh (mindful presence) melalui penerapan kesepakatan zona bebas gawai pada momen-momen krusial, seperti waktu bersantap bersama keluarga atau sesi diskusi kelompok (Lestary et al., 2025). Kedua, literasi digital perlu diperluas melampaui kemampuan teknis menuju pemahaman etika komunikasi yang menempatkan penghargaan terhadap manusia nyata sebagai prioritas utama (Asari et al., 2023; Sudi, 2024). Ketiga, secara psikologis, setiap individu perlu melatih regulasi diri dengan membatasi pemberitahuan non-esensial agar kendali atensi dapat dikembalikan kepada manusia, bukan tunduk pada algoritma gawai (Fadilah et al., 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Fenomena phubbing merupakan manifestasi nyata dari ketidakpedulian sosial di era digital yang berakar dari perpaduan adiksi perangkat, lemahnya kontrol diri, gejala FoMO, serta pergeseran orientasi kehadiran manusia ke ranah siber. Berdasarkan pisau analisis interaksionisme simbolik, tindakan mengalihkan perhatian ke layar ponsel saat berkomunikasi terbukti memancarkan simbol penolakan yang merusak empati serta menurunkan kualitas interaksi interpersonal. Meskipun telah mengalami normalisasi secara kolektif, dampak negatifnya terhadap keharmonisan keluarga, relasi pertemanan, dan ruang publik tidak boleh diabaikan. Upaya memulihkan esensi kehadiran sosial menghendaki sinergi antara penguatan kontrol diri, pembentukan regulasi bebas gawai pada situasi penting, serta penguatan literasi etika digital agar teknologi kembali berfungsi sebagai instrumen pemersatu peradaban kemanusiaan.

Keterbatasan

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada objek dan periode tertentu sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan pada seluruh sektor industri atau wilayah. Kedua, penelitian menggunakan variabel yang terbatas sehingga masih terdapat faktor lain yang berpotensi memengaruhi variabel dependen. Ketiga, pendekatan penelitian yang digunakan belum sepenuhnya menangkap dinamika perubahan yang terjadi dalam jangka panjang. Oleh karena itu, hasil penelitian ini perlu diinterpretasikan sesuai dengan ruang lingkup penelitian.

Saran

Penelitian selanjutnya disarankan memperluas cakupan objek penelitian, menambah jumlah sampel, menggunakan periode observasi yang lebih panjang, serta memasukkan variabel-variabel lain yang relevan agar memperoleh model penelitian yang lebih komprehensif. Selain itu, penggunaan metode analisis yang berbeda, seperti Structural

Equation Modeling (SEM), System Dynamics, Artificial Intelligence, atau pendekatan longitudinal dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena yang diteliti.

Kontribusi Author

Seluruh penulis berkontribusi secara signifikan terhadap penelitian ini. Kontribusi meliputi konseptualisasi penelitian, penyusunan kerangka teori, pengumpulan data, analisis data, interpretasi hasil, penulisan naskah, revisi ilmiah, serta persetujuan akhir terhadap naskah yang akan dipublikasikan. Seluruh penulis menyatakan telah membaca dan menyetujui versi final artikel.

Pernyataan Pengungkapan AI

Selama penyusunan naskah ini, penulis menyatakan bahwa naskah penelitian ini disiapkan, diteliti, ditulis, dan disunting secara mandiri tanpa menggunakan bantuan teknologi atau teknik kecerdasan buatan (AI).

Acknowlegment

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Program Studi Pendidikan Ekonomi dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau atas dukungan fasilitas serta lingkungan akademik yang kondusif selama proses penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abivian, M. (2022). Gambaran perilaku phubbing dan pengaruhnya terhadap remaja pada era Society 5.0. Prophetic: Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal, 5(2), 155–164. https://doi.org/10.24235/prophetic.v5i2.12786

Aditia, R. (2021). Fenomena phubbing: Suatu degradasi relasi sosial sebagai dampak media sosial. Keluwih: Jurnal Sosial dan Humaniora, 2(1), 8–14. https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034

Asari, A., Syaifuddin, E. R., Ningsi, N., Sudianto, Maria, H. D., Adhicandra, I., Nuraini, R., Baijuri, A., Pamungkas, A., Kusumah, F. G., Yuhanda, G. P., Murti, S., & Putro, A. N. S. (2023). Komunikasi digital. Penerbit Lakeisha.

Bungin, B. (2006). Sosiologi komunikasi: Teori, paradigma, dan diskursus teknologi komunikasi di masyarakat. Kencana Prenada Media Group.

Fadilah, A., Amanda, R., Rini, P., & Pratitis, N. (2022). Perilaku phubbing pada remaja: Menguji peranan kontrol diri dan interaksi sosial. INNER: Journal of Psychological Research, 2(2), 150–159.

Hanika, I. M. (2015). Fenomena phubbing di era milenia (Ketergantungan seseorang pada smartphone terhadap lingkungannya). Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi, 4(1), 42–51. https://doi.org/10.14710/interaksi.4.1.42-51

Lestary, C. F., Umardi, Q. T., Puriani, R. A., & Putri, R. M. (2025). Fenomena perilaku phubbing pada mahasiswa dalam berinteraksi sosial. Jurnal Yudistira: Publikasi Riset Ilmu Pendidikan dan Bahasa, 3(2), 217–231. https://doi.org/10.61132/yudistira.v3i2.1778

Pratomo, A. S., Esterina, M., & Setiawan, B. (2025). Pengaruh phubbing dan digital parenting terhadap kecemasan sosial siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Psychopolytan: Jurnal Psikologi, 9(1), 9–19.

Rahmani, K., Kuntari, C. M. I. S. R., & Zega, T. G. (2024). Pengaruh perilaku phubbing terhadap kompetensi interpersonal Generasi Z pengguna media sosial. Humanitas, 8(2), 177–194. https://doi.org/10.28932/humanitas.v8i2.8818

Rani, A. M., Ismanto, H. S., & Venty, V. (2026). Phubbing dan pengaruhnya terhadap interaksi sosial di kalangan siswa sekolah menengah pertama. Jurnal Konseling dan Pendidikan, 14(1), 566–576. https://doi.org/10.29210/1204400

Ritzer, G., & Goodman, D. J. (2010). Teori sosiologi modern (Edisi ke-6). Kencana Prenada Media Group.

Sitorus, H. J. (2024). Fenomena phubbing: Peran teknologi komunikasi dalam perubahan interaksi sosial. Jurnal Ilmu Komunikasi dan Media Sosial (JKOMDIS), 4(1), 193–203. https://doi.org/10.47233/jkomdis.v4i1.1580

Sudi, M. (2024). Sosiologi komunikasi. Repositori Universitas Negeri Malang.

Surbakti, M. D. B., Nur, I., & Idris, M. (2026). Social phubbing: Analisis dampak pola interaksi mahasiswa di era digital. Jurnal ISO: Jurnal Ilmu Sosial, Politik dan Humaniora, 6(2), 1–10. https://doi.org/10.53697/iso.v6i2.3994