

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gen Z dikenal sebagai generasi yang kreatif dan inovatif. Menurut survei yang dilakukan oleh Harris Poll (dikutip dalam Galih Sakitri), sebanyak 63% Gen Z tertarik melakukan aktivitas kreatif setiap harinya. Kreativitas tersebut dibentuk oleh keaktifan mereka dalam komunitas dan media sosial. Hal ini sejalan dengan sejumlah studi yang menyebutkan bahwa Gen Z merupakan generasi *digital native*, karena lahir di era ponsel pintar dan tumbuh bersama dengan kemajuan teknologi komputer. Mereka memiliki akses internet yang lebih mudah dibanding generasi sebelumnya dan menghabiskan lebih dari 6 jam per hari menggunakan ponsel, terutama untuk aktivitas media sosial. Bahkan di Indonesia, Gen Z tercatat sebagai pengguna ponsel tertinggi di Asia Tenggara dengan rata-rata 8,5 jam per hari. Kondisi ini menunjukkan keterikatan kuat antara Gen Z dan dunia digital, namun di sisi lain juga

menimbulkan tantangan baru dalam dinamika sosial dan spiritual mereka.¹

Masa remaja merupakan fase penting dalam pencarian jati diri. Menurut *Gearing Up for Gen Z* oleh Marissa M. White, generasi ini lahir antara tahun 1995–2004 dan mengalami perubahan gaya hidup yang cepat, sangat dipengaruhi oleh tren teknologi dan modernisasi. Mereka hidup dalam arus perubahan sosial, ekonomi, dan budaya yang kompleks. Media sosial menjadi wadah utama bagi remaja untuk menampilkan diri dan mencari pengakuan sosial. Hund & McGuigan (dalam Basri Bado dkk.) menyatakan bahwa kehadiran media sosial telah mendorong Gen Z berlomba-lomba menampilkan gaya hidup mewah demi eksistensi dan popularitas. Fenomena ini menunjukkan adanya *disorientasi* nilai di mana pencarian identitas remaja

¹ Galih sakitri, “Selamat datang Gen Z Sang Penggerak Inovasi”, Jurnal : *Facully Member Universitas Praset iya Mulya*, no,1 (2018): 2-4.

lebih condong pada validasi digital ketimbang nilai-nilai moral dan spiritual.²

Saifudin Azwar (dalam Yayar Suharyat) menjelaskan bahwa perilaku merupakan reaksi atau ekspresi sikap seseorang yang terbentuk oleh tekanan internal maupun eksternal. Dengan demikian, perilaku remaja seperti keterikatan pada media sosial dan kecenderungan meniru gaya hidup populer merupakan bentuk respons terhadap tekanan sosial yang mereka hadapi di dunia digital. Dalam perspektif Bimbingan dan Konseling Islam, perilaku tersebut mencerminkan kebutuhan akan bimbingan nilai yang mampu menyeimbangkan dimensi spiritual dan sosial remaja agar tidak kehilangan arah dalam penggunaan teknologi.³

Fenomena *phubbing* menjadi salah satu contoh nyata dari dampak negatif keterikatan digital. Istilah ini berasal dari gabungan kata *phone* dan *snubbing*, yang berarti mengabaikan seseorang demi telepon genggam. *McCann* dan

² Basri Bado, Thamrin Tahir, Tuti Supatminingsih, “Studi Sosial Climber Gen-Z dan Prilaku Ekonominya” Jurnal : *of Economic Education and Entrepreneurship Studies*, vol.4,no.1 (2023): 504.

³ Dr.Yayat Suharyat,M.Pd. “Hubungan Antara Sikap,Minat, dan Prilaku Manusia”, (*Region* vol,1 No.3 September,2009), hlm. 15

Maqueri pertama kali memperkenalkan istilah ini untuk menggambarkan perilaku individu yang sibuk dengan gawai saat berinteraksi dengan orang lain. Karadag et al menjelaskan bahwa *phubbing* merupakan bentuk pengabaian komunikasi interpersonal karena fokus berlebihan pada *smartphone*. Dalam konteks sosial, perilaku ini menyebabkan menurunnya kualitas komunikasi, empati, dan keakraban antarindividu.⁴

Penelitian Shinta Dwi Sarlini et al menunjukkan bahwa kemajuan teknologi membawa dampak ganda di satu sisi memudahkan komunikasi, namun di sisi lain menurunkan kualitas hubungan sosial. Dalam perspektif Islam, perilaku *phubbing* bertentangan dengan nilai adab dalam berkomunikasi. Rasulullah SAW mengajarkan pentingnya *husn al-kalam* (berkata baik), ihsan dalam interaksi, dan perhatian penuh terhadap lawan bicara. Dalam hadis riwayat Bukhari disebutkan, “*Barang siapa yang*

⁴ Reza Wardana, Skripsi: “Pengaruh intensitas *Phubbing* terhadap kualitas komunikasi interpersonal di kalangan mahasiswa fakultas teknologi informasi dan komunikasi universitas semarang” (Semarang: USM, 2019), hlm.1

beriman kepada Allah dan hari akhir, hendaklah ia berkata baik atau diam."⁵ Sikap mengabaikan orang lain demi gawai menunjukkan lemahnya kesadaran akan adab berbicara dan interaksi sosial yang diajarkan dalam Islam. Oleh karena itu, fenomena *phubbing* perlu dilihat tidak hanya sebagai masalah perilaku sosial, tetapi juga sebagai tantangan dakwah dan bimbingan akhlak di era digital.⁶

Kehadiran fenomena *phubbing* semakin nyata dalam kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan Gen Z yang tumbuh dalam lingkungan serba digital. Mereka terbiasa menggunakan ponsel dalam hampir setiap aktivitas, mulai dari makan, belajar, hingga berinteraksi dengan teman. Akibatnya, komunikasi tatap muka menurun dan hubungan sosial menjadi renggang. Dalam lingkungan keluarga, perilaku ini dapat mengikis kehangatan emosional antara orang tua dan anak. Padahal dalam Islam, keluarga adalah

⁵ al-Bukhārī, Muḥammad ibn Ismā'īl. *Ṣaḥīḥ al-Bukhārī*. Kitāb al-Adab, Bāb *Man Kāna Yu'minu billāhi wal-Yaumil Ākhir fal-yaqul khayran aw liyaṣmut*, No. 6018. Riyadh: Dār al-Salām, 1997.

⁶ Shinta Dwi Sarlini et al., "Analisis Perilaku Phubbing Dan Faktor Penyebabnya," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 9, no. 21 (2023):35.

madrrasah pertama yang menanamkan nilai kasih sayang, kebersamaan, dan tanggung jawab sosial.⁷

Fenomena *phubbing* yang cukup tinggi di kalangan Generasi Z, sejalan dengan meningkatnya intensitas penggunaan *smartphone* pada remaja di Kelurahan Teluk Sepang, banyak ibu mengeluhkan menurunnya komunikasi tatap muka dengan anak, yang lebih sering disibukkan oleh *smartphone* dibandingkan berinteraksi dengan keluarga. Oleh karena itu, penting untuk menelusuri lebih jauh bagaimana perilaku *phubbing* berkembang di kalangan Generasi Z serta strategi apa yang diterapkan orang tua dalam menghadapi kondisi tersebut, agar dapat memberikan gambaran nyata tentang upaya menjaga kualitas hubungan keluarga di era digital.⁸

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Februari 2025 di Kelurahan Teluk Sepang,

⁷ M Rizal Ardiansah Putra, "Analisis Fenomena Phubbing Pada Pola Komunikasi Mahasiswa Generasi Z Di Universitas Muhammadiyah Buton," *Journal Of Social Science Research* 4 (2024):16

⁸ Kristin Rahmani, C.M. Indah Soca Kuntari, and Trisa Genia Chrisantiana, "Pengaruh Perilaku Phubbing Terhadap Kompetensi Interpersonal Generasi Z Pengguna Media Sosial," *Humanitas (Jurnal Psikologi)* 8, no. 2 (2024): 177 <https://doi.org/10.28932/humanitas>.

peneliti Gen Z di Kelurahan Teluk Sepang RT.06 RT.02 Rata-rata menggunakan *smarphone* hingga 8 jam perhari untuk aktifitas media sosial, menonton vidio daring, dan bermain game, bahkan saat sedang bersama keluarga. ditemukan bahwa remaja menunjukkan kecenderungan tinggi dalam penggunaan gawai, khususnya telepon pintar, dengan durasi rata-rata mencapai 8 jam per hari. Selama waktu tersebut, remaja cenderung larut dalam aktivitas digital seperti bermain media sosial (Instagram, TikTok, dan WhatsApp), menonton video daring (YouTube dan *platform streaming* lainnya), bermain game daring, serta melakukan aktivitas komunikasi digital seperti chatting atau scrolling konten secara berulang tanpa tujuan yang jelas.

Dengan demikian fenomena *phubbing* di kalangan Gen Z merupakan tantangan besar dalam membangun generasi yang unggul secara digital sekaligus berakhlak. Dengan menanamkan nilai-nilai Islam tentang komunikasi, adab, dan tanggung jawab sosial, diharapkan remaja dapat menggunakan teknologi dengan bijak tanpa kehilangan nilai

kemanusiaan dan spiritualitasnya. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk memberikan gambaran empiris tentang perilaku phubbing di kalangan Gen Z di Kelurahan Teluk Sepang serta rekomendasi pendekatan konseling Islam yang relevan untuk membentuk keseimbangan antara kehidupan digital dan nilai-nilai religius. Maka peneliti atau Penulis tertarik untuk membahas lebih lanjut terkait dengan “Fenomena Perilaku *Phubbing* Pada Genarasi Z (Studi di Kelurahan Teluk Sepang Kota Bengkulu)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan di atas Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana fenomena Perilaku *phubbing* pada generasi Z di Kelurahan Teluk Sepang?
2. Bagaimana strategi orang tua yang dapat dilakukan untuk meminimalisir fenomena Perilaku *phubbing* pada generasi Z di Kelurahan Teluk Sepang?

C. Batasan Masalah

Bahwasanya Penelitian ini difokuskan pada remaja berusia 13-22 tahun yang tinggal di Kelurahan Teluk Sepang. Responden penelitian terdiri dari anak sering menggunakan *smartphone* dalam aktivitas sehari-hari.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya adapun tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk Mengetahui bagaimana fenomena perilaku *phubbing* pada Gen Z di Kelurahan Teluk Sepang
2. Untuk Mengetahui strategi yang efektif dalam meminilisir fenomena perilaku *phubbing* pada gen Z di Kelurahan Teluk Sepang?

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis/Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian mengenai fenomena perilaku *phubbing* pada Generasi Z. Selain

itu, hasil penelitian ini juga dapat memperkaya teori interaksi sosial modern dalam BKI.

2. Kegunaan Praktis

Penelitian ini memiliki manfaat praktis bagi beberapa pihak, antara lain:

- 1) Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam pengembangan kajian akademik terkait perilaku *phubbing*.

- 2) Program Studi Bimbingan Konseling Islam

Penelitian ini dapat membantu dalam merancang strategi bimbingan yang lebih efektif untuk menangani dampak *phubbing* pada remaja.

- 3) Peneliti Selanjutnya

Menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut yang dapat mengeksplorasi solusi konkret dalam mengurangi dampak *phubbing* pada remaja.

F. Kajian Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu ini menjadi salah satu referensi utama bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian, sehingga dapat memperkaya landasan teori yang digunakan dalam menganalisis topik yang diteliti. Untuk memperdalam kajian dalam penelitian ini, peneliti merujuk pada beberapa studi sebelumnya sebagai sumber acuan. Adapun penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut:

Pertama penelitian yang dilakukan oleh Alba Putri Dewi, Cempaka Putrie Dimala, Anggun Pertiwi (2024), dengan judul penelitian Perilaku *Phubbing* Pada Remaja Pengguna Media Sosial Ditinjau dari *Fear of Missing Out*. Jenis penelitian kuantitatif dengan partisipan berjumlah 150 partisipan yang merupakan remaja aktif pengguna media sosial di Karawang dengan rentang usia 11-20 tahun. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif antara tingkat FoMO dan perilaku *phubbing* pada remaja pengguna media sosial, yang berarti semakin tinggi tingkat FoMO,

semakin tinggi juga perilaku *phubbing* yang dialami pada remaja pengguna media sosial.⁹

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Alba Putri Dewi, Cempaka Putrie Dimala, Anggun Pertiwi terletak pada variabel interaksi sosial, selain itu metode yang digunakan penelitian ini menggunakan metode kualitatif sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama membahas mengenai *phubbing* pada remaja. Penelitian ini juga mengisi kekosongan yang belum dikaji oleh penelitian sebelumnya, yakni belum adanya pembahasan mendalam mengenai bagaimana perilaku *phubbing* memengaruhi kualitas interaksi sosial secara langsung di kehidupan sehari-hari, khususnya pada generasi Z di lingkungan sosial yang lebih terbuka dan digital. Dengan demikian, penelitian ini berupaya memahami *phubbing* bukan hanya sebagai gejala

⁹ Alba Putri Dewi et al., "Perilaku Phubbing Pada Remaja Pengguna Media Sosial Ditinjau Dari Fear of Missing Out Phubbing Behavior Among Adolescent Social Media Users in Terms of Fear of Missing Out Populer Yang Diakses Menggunakan Oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia," *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan* 5, no. 3 (2024): 670.

psikologis, tetapi juga sebagai fenomena sosial yang berdampak pada pola komunikasi dan hubungan interpersonal generasi muda di Kelurahan Teluk Sepang, Kota Bengkulu.

Kedua penelitian yang dilakukan oleh Faizah Rizqika Sugma Putri Dkk (2023), dengan judul penelitian Perilaku *Phubbing* pada Remaja dalam Hubungan Keluarga. Jenis penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data menggunakan wawancara semi-terstruktur dan observasi partisipan secara menyeluruh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyebab perilaku *phubbing* yang terjadi pada remaja saat acara keluarga adalah karena obsesi terhadap *smartphone* dan FoMO (*Fear of Missing Out*). Obsesi terhadap *smartphone* yang ditemukan dalam partisipan menunjukkan bahwa mereka merasa tertinggal akan segala bentuk informasi bila tidak menggunakan *smartphone*, yang mana hal tersebut dilakukan karena partisipan sudah

dibiasakan bermain *smartphone* sejak kecil dan tidak dilibatkan dalam obrolan saat berkumpul dengan keluarga.¹⁰

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Faizah Rizqika Sugma Putri Dkk terletak pada variabel Y yang dimana penelitian ini fokus pada interaksi sosial sedangkan penelitian sebelumnya fokus pada hubungan keluarga. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada jenis pendekatan yang digunakan yaitu sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif, selain itu sama-sama membahas perilaku *phubbing*. Penelitian ini juga mengisi ruang yang belum dibahas oleh penelitian sebelumnya, yaitu bagaimana perilaku *phubbing* tidak hanya muncul dalam konteks hubungan keluarga, tetapi juga dalam interaksi sosial yang lebih luas antar remaja di lingkungan pergaulan sehari-hari. Dengan demikian, penelitian ini memperluas pemahaman mengenai *phubbing* sebagai fenomena sosial yang memengaruhi pola komunikasi

¹⁰ Faizah Rizqika Sugma Putri et al., "Perilaku Phubbing Pada Remaja Dalam Hubungan Keluarga," *Flourishing Journal* 3, no. 4 (2023): 120–24, <https://doi.org/10.17977/um070v3i42023p120-124>.

dan keterhubungan sosial generasi Z di Kelurahan Teluk Sepang, Kota Bengkulu.

Ketiga penelitian yang dilakukan oleh Bonifacius Sandro Dwi Atmaja, Silvanus Alvin (2023), dengan judul penelitian *Phubbing By Gen-Z And Gen-Y: Exploring Smartphone Usage And Its Implications On Interpersonal Communication In The Workplace*. Jenis penelitian kualitatif, penelitian ini meneliti perilaku *phubbing* di kalangan karyawan Generasi Z dan Y di PT Siloam International Hospitals, Indonesia. Temuan menunjukkan bahwa urgensi, multitasking, dan penghindaran topik tertentu menjadi alasan utama *phubbing*, yang mempengaruhi komunikasi interpersonal di tempat kerja.¹¹

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Bonifacius Sandro Dwi Atmaja, Silvanus Alvin terdapat pada variabel Y dimana penelitian sebelumnya mencakup generasi Y juga sedangkan penelitian

¹¹ Bonifacius Sandro Dwi Atmaja and Silvanus Alvin, "Phubbing By Gen-Z And Gen-Y: Exploring Smartphone Usage And Its Implications On Interpersonal Communication In The Workplace," *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi* 4, no. 8 (2023): 18, <https://doi.org/10.59141/jist.v4i8.665>.

ini fokus pada interaksi sosial generasi Z. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada jenis pendekatan yang sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif dan sama-sama membahas *phubbing*. Penelitian ini berupaya mengisi kekosongan yang belum dibahas oleh penelitian terdahulu, yaitu pemahaman mengenai *phubbing* dalam konteks interaksi sosial generasi Z di kehidupan sehari-hari, bukan hanya dalam situasi profesional. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam melihat *phubbing* sebagai fenomena sosial yang memengaruhi pola komunikasi, hubungan antarindividu, serta cara generasi Z membangun interaksi sosial di Kelurahan Teluk Sepang, Kota Bengkulu.

Keempat penelitian yang dilakukan oleh Amalia Juliandari Dako, Annisa Warastri (2025), dengan judul penelitian Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Perilaku *Phubbing* pada Gen Z. Responden dalam penelitian ini adalah 100 Gen Z. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan analisis regresi linier

sederhana. Hasil dari penelitian yaitu adanya hubungan signifikan antara Kecerdasan Emosional dan Phubbing . Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif, artinya apabila Kecerdasan Emosional dalam diri individu meningkat, maka semakin rendah pula perilaku Phubbing. Kecerdasan Emosional sebagai variabel bebas menyumbang pengaruh sebesar 49,7% terhadap perilaku Phubbing . Dengan demikian, Gen Z dengan Kecerdasan Emosional yang baik memiliki kontrol diri, empati serta mampu mengontrol penggunaan smartphone dalam interaksi sosial.¹²

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Amalia Juliandari Dako, Annisa Warastri terdapat pada jenis pendekatan penelitian yang dilakukan yaitu penelitian ini menggunakan jenis pendekatan kualitatif sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan pendekatan kuantitatif, selain itu terdapat pada variabel interaksi sosial sedangkan penelitian sebelumnya variabel kecerdasan

¹² Annisa Warastri Amalia Juliandari Dako, "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Perilaku Phubbing Pada Gen Z," *Journal of Basic Educational Studies* 5, no. 1 (2025): 34-35.

emosional. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu sama-sama membahas perilaku *phubbing*. Penelitian ini melengkapi temuan sebelumnya dengan menggali secara lebih mendalam bagaimana aspek sosial, budaya, dan spiritual turut memengaruhi perilaku *phubbing* dalam kehidupan nyata, khususnya di lingkungan sosial Gen Z di Kelurahan Teluk Sepang. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menyoroti *phubbing* dari aspek psikologis semata, tetapi juga sebagai fenomena sosial yang menuntut pendekatan nilai-nilai Islam dalam pembentukan perilaku dan etika berkomunikasi di era digital.

G. Sistematika Penulisan

Agar penulisan skripsi ini lebih mengarah pada tujuan pembahasan, maka diperlukan sistematika penulisan yang terdiri dari lima bab, dimana antara satu bab dan bab lainnya saling mendasari dan berkaitan. Adapun sistematika dalam penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut :

BAB 1 : Pendahuluan berupa latar belakang masalah, rumusan masalah,

tujuan penelitian,kegunaan penelitian, penelitian terdahulu, dan sistematika penulisan.

BAB II : Kerangka Teori berisi teori, terdiri dari penjelasan mengenai perilaku *phubbing*, gen z. Serta kerangka pemikiran.

BAB III : Metode Penelitian ini menjelaskan tentang pendekatan dan jenis penelitian, penjelasan judul penelitian, waktu dan lokasi penelitian, subjek/informan penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, teknik keabsahan data, unit analisis kategori dan teknik analisis data.

BAB IV : Hasil penelitian dan pembahasan menjelaskan deskripsi salah satu wilayah di Kelurahan Teluk Sepang meliputi masalah dalam menghadapi fenomena *phubbing*. Dan hasil penelitian yang menjelaskan tentang perilaku *phubbing* di Kelurahan Teluk Sepang Kota Bengkulu.

BAB V : Penutup meliputi Kesimpulan dan Saran