

## **PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KECENDERUNGAN PHUBBING PADA MAHASISWA PENDIDIKAN BAHASA ARAB SEMESTER 4**

**Ila Nuroktaviani \*<sup>1</sup>**

Program Studi Pendidikan Bahasa Arab, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Syekh  
Nurjati Cirebon, Indonesia  
[ilanuroktavianiz@gmail.com](mailto:ilanuroktavianiz@gmail.com)

**Septi Gumiandari**

Program Studi Pendidikan Bahasa Arab, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Syekh  
Nurjati Cirebon, Indonesia  
[septigumiandari@gmail.com](mailto:septigumiandari@gmail.com)

### **Abstract**

*One of the internet technologies that is currently developing rapidly and has a big influence on a person's habits is social media. The aims of this research are (1) to investigate the influence of social media on a person's attitude (2) to find out how a person uses social media (3) to find out what causes the tendency to Phubbing from social media.*

**Keywords:** *Influence, Social media, Phubbing*

### **Abstrak**

Salah satu teknologi internet yang saat ini sedang berkembang secara pesat dan sangat berpengaruh terhadap kebiasaan seseorang yaitu media sosial. Tujuan penelitian ini yaitu (1) menyelidiki pengaruh media sosial terhadap sikap seseorang (2) mengetahui bagaimana seseorang memanfaatkan media sosial (3) mengetahui apa yang menjadi penyebab kecenderungan Phubbing dari media sosial.

**Kata kunci:** Pengaruh, Media sosial, Phubbing.

### **PENDAHULUAN**

Dalam era digital ini, penggunaan media sosial telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan mahasiswa. Media sosial memungkinkan mahasiswa untuk terhubung dengan teman-teman mereka, berbagi informasi, dan mengakses berbagai konten dengan mudah. Namun, di balik kemudahan dan manfaatnya, terdapat perhatian serius mengenai dampak negatif yang mungkin ditimbulkan, salah satunya adalah fenomena "phubbing." Phubbing, singkatan dari "phone snubbing," merujuk pada perilaku mengabaikan orang di sekitar kita dengan sengaja untuk fokus pada perangkat mobile, khususnya telepon pintar. Fenomena ini telah menjadi semakin umum di kalangan

---

<sup>1</sup> Korespondensi Penulis

mahasiswa karena kecenderungan mereka yang tinggi menggunakan media sosial. Hal ini menimbulkan pertanyaan penting tentang sejauh mana intensitas penggunaan media sosial dapat mempengaruhi kecenderungan phubbing pada mahasiswa, terutama di kalangan mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab semester 4.

Kecenderungan phubbing ini memiliki potensi untuk mempengaruhi hubungan interpersonal dan interaksi sosial mahasiswa secara keseluruhan. Jika tidak ditangani dengan bijaksana, perilaku phubbing dapat menyebabkan kesenjangan dalam komunikasi dan mengurangi kualitas hubungan dengan teman sebaya, dosen, dan lingkungan akademik lainnya. Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan phubbing pada mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab semester 4 adalah sebuah topik yang menarik untuk diteliti. Media sosial telah mengubah cara kita berinteraksi dan berkomunikasi dengan dunia, dan sebagai mahasiswa, lingkungan perkuliahan menjadi tempat di mana dampak penggunaan media sosial dapat diobservasi dengan jelas. Penting untuk menyadari bahwa media sosial menawarkan beragam manfaat, seperti memperluas jaringan sosial, mendapatkan informasi, dan memfasilitasi kolaborasi. Namun, saat mahasiswa semakin terikat dengan perangkat mereka, cenderung ada ketergantungan yang terbentuk, sehingga mereka lebih memperhatikan apa yang ada di layar ketimbang kehadiran fisik teman-teman dan dosen di sekitarnya.

Salah satu dampak dari intensitas penggunaan media sosial adalah peningkatan kecenderungan phubbing, yang bisa berdampak negatif pada hubungan sosial dan interaksi mahasiswa. Saat mahasiswa terbiasa mengabaikan orang di sekitar mereka demi media sosial, perhatian dan kualitas komunikasi berkurang, yang berpotensi menyebabkan rasa kurang dihargai atau tidak dihargai oleh teman sebaya dan dosen. Perilaku phubbing ini juga dapat menyebabkan isolasi sosial, perasaan kesepian, dan berkurangnya ikatan emosional dalam lingkungan kampus. Menjaga keseimbangan dalam penggunaan media sosial sangatlah penting. Sebagai mahasiswa, kesadaran akan risiko kecenderungan phubbing perlu ditingkatkan. Membuat kesadaran akan dampak negatif phubbing melalui kampanye sosial atau diskusi di kampus dapat membantu mengatasi masalah ini. Selain itu, mengembangkan kebiasaan yang lebih sehat dalam menggunakan media sosial seperti mengatur waktu, menghindari penggunaan media sosial selama interaksi sosial, dan mengutip sumber informasi secara kritis dapat membantu mengurangi perilaku phubbing.

Perguruan tinggi juga dapat berperan dalam membantu mengurangi kecenderungan phubbing di antara mahasiswanya. Melalui program edukasi dan penyuluhan, mahasiswa dapat diberdayakan untuk menggunakan media sosial secara bertanggung jawab dan mengembangkan kesadaran akan pentingnya kualitas interaksi sosial yang berarti. Selain itu, menciptakan lingkungan kampus yang mendorong interaksi langsung dan mendukung koneksi sosial yang sehat juga dapat menjadi langkah efektif dalam mengurangi fenomena phubbing di kalangan mahasiswa. Di samping itu, penelitian ini dapat menjadi landasan bagi

pengembangan aplikasi atau perangkat lunak yang membantu mengukur dan mengontrol intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa. Dengan memiliki alat ini, mahasiswa dapat secara aktif melacak dan membatasi waktu penggunaan media sosial mereka, sehingga dapat mengurangi potensi kecenderungan phubbing.

Secara keseluruhan, studi mengenai pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan phubbing pada mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab semester 4 memberikan pandangan mendalam tentang bagaimana media sosial dapat mempengaruhi interaksi sosial dan hubungan di lingkungan perkuliahan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang masalah ini, diharapkan mahasiswa dapat mengoptimalkan manfaat media sosial tanpa mengorbankan kualitas hubungan interpersonal mereka, dan perguruan tinggi dapat menciptakan lingkungan yang lebih seimbang dan mendukung untuk pertumbuhan akademik dan sosial mahasiswanya. Dalam penelitian ini, akan dikaji lebih lanjut tentang sejauh mana intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab semester 4 berkontribusi terhadap kecenderungan phubbing yang mungkin muncul. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang berharga tentang peran media sosial dalam membentuk perilaku phubbing dan memberikan dasar bagi pengembangan strategi yang efektif untuk mengelola penggunaan media sosial agar tetap seimbang dengan interaksi sosial yang lebih positif dan bermakna..

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan sebuah penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman yang hati-hati dan sistematis tentang pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecenderungan phubbing pada mahasiswa semester 3 jurusan Pendidikan Bahasa Arab di IAIN Syekh Nurjati Cirebon. Metode kuantitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada data-data berupa angka-angka yang dapat dianalisis secara statistik untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel yang diteliti. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menyebarkan kuisisioner anonim kepada sampel mahasiswa. Sampel diambil dari seluruh populasi mahasiswa semester 3 jurusan Pendidikan Bahasa Arab IAIN Syekh Nurjati Cirebon, yang berjumlah 105 mahasiswa. Penggunaan seluruh populasi sebagai sampel disebut sebagai teknik sensus, yang memungkinkan untuk menggeneralisasi hasil penelitian secara lebih luas terhadap populasi yang sama.

Kuisisioner yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 4 bagian yang dirancang dengan seksama untuk mengumpulkan data tentang intensitas penggunaan media sosial dan kecenderungan phubbing pada mahasiswa. Bagian pertama kuisisioner akan mengumpulkan informasi demografis tentang responden, seperti usia, jenis kelamin, dan lama penggunaan media sosial. Bagian kedua akan mengevaluasi frekuensi dan intensitas penggunaan media sosial oleh responden. Bagian ketiga akan mengevaluasi kecenderungan phubbing yang

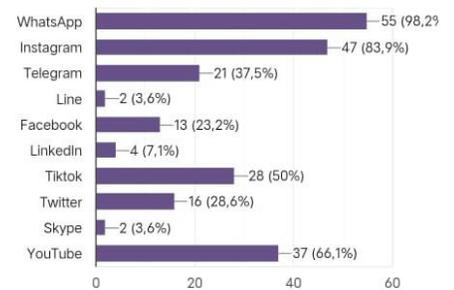
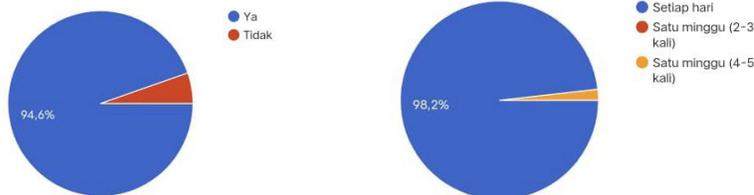
mungkin muncul pada mahasiswa dalam interaksi sosial mereka. Terakhir, bagian keempat akan mencakup pertanyaan terbuka untuk mendapatkan pandangan lebih mendalam tentang persepsi dan sikap responden terhadap penggunaan media sosial dan fenomena phubbing.

Data yang dikumpulkan melalui kuisisioner akan diolah dan dianalisis menggunakan metode statistik yang sesuai, seperti analisis deskriptif dan analisis regresi, untuk mencari korelasi antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecenderungan phubbing pada mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang bermanfaat tentang bagaimana penggunaan media sosial berhubungan dengan perilaku phubbing pada mahasiswa Pendidikan Bahasa Arab semester 3 di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

#### Pengalaman Media Sosial

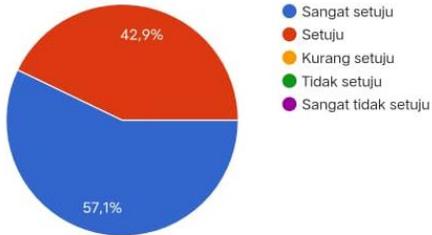


#### Media sosial Menurut Anda

Media sosial sangat berpengaruh terhadap keberlangsungan hidup pada era globalisasi saat ini



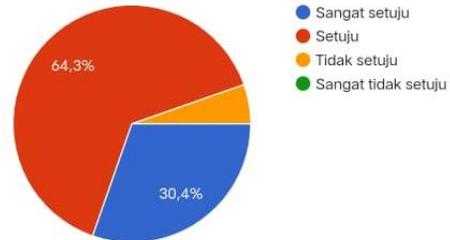
56 jawaban



Media sosial sangat berdampak terhadap sikap seseorang



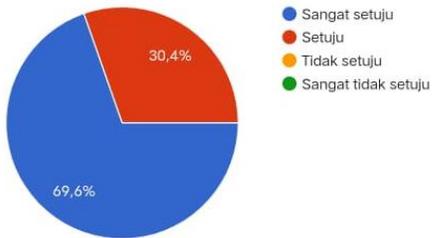
56 jawaban



Media sosial mempermudah dalam mencari sebuah informasi



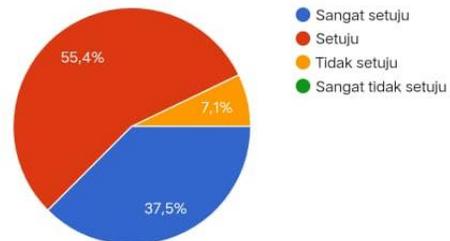
56 jawaban



Ketika saya bosan, saya membuka media sosial untuk menghilangkan rasa bosan itu



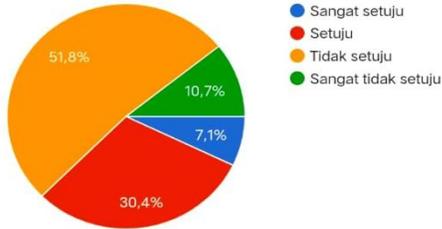
56 jawaban



Saya rela menghabiskan waktu sehari-hari untuk bermedia sosial



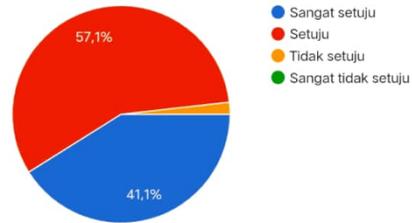
56 jawaban



Media sosial sangat berpengaruh terhadap keberlangsungan belajar



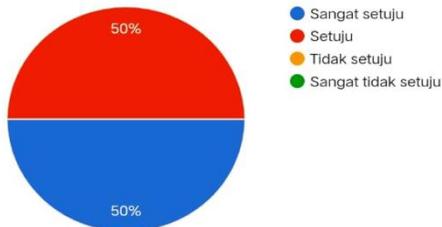
56 jawaban



Saya menyadari betul dampak dari media sosial, baik itu dampak positif ataupun negatif



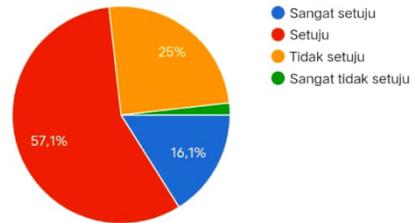
56 jawaban



Saya akan menggunakan media sosial untuk berkomunikasi, walaupun jaraknya dekat



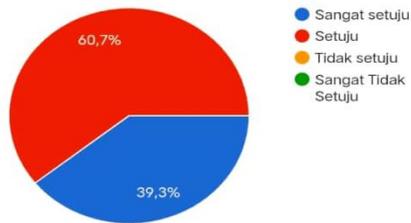
56 jawaban



Saya sangat berhati-hati ketika bermedia sosial



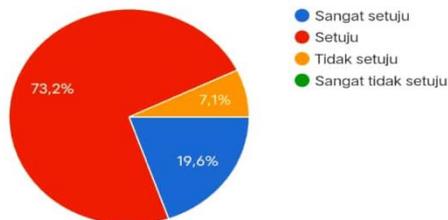
56 jawaban



Media sosial sangat menyenangkan



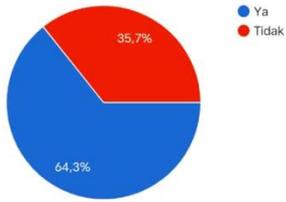
56 jawaban



# Phubbing

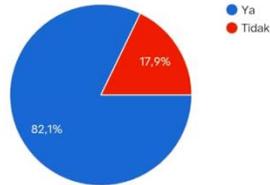
informasi melalui *smartphone*

56 jawaban



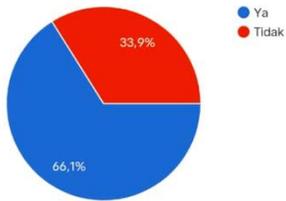
Saya akan merasa terganggu jika tidak dapat mencari informasi di *smartphone* ketika saya membutuhkannya

56 jawaban



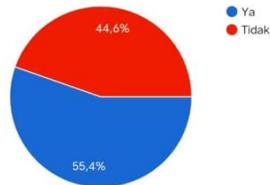
Jika saya tidak ada sinyal paket data, atau tidak dapat terkoneksi dengan Wi-Fi, maka saya akan mengecek terus menerus untuk melihat jika ada sinyal atau dapat menemukan koneksi

56 jawaban



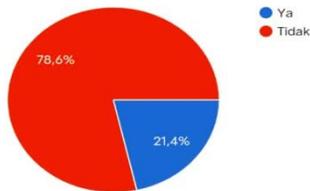
Saya takut ketika kehabisan baterai *smartphone*

56 jawaban



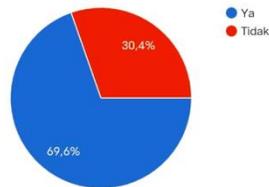
Tidak dapat mengikuti berita (misal: berita terkini, cuaca, dll) di *smartphone* akan membuat saya gugup

56 jawaban



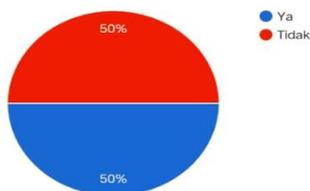
*smartphone*, saya akan takut tersesat di suatu tempat yang tidak saya ketahui

56 jawaban



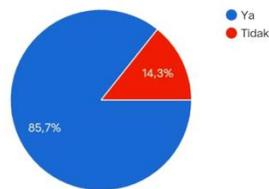
Saya akan panik ketika kehabisan atau telah mencapai batas paket data bulanan

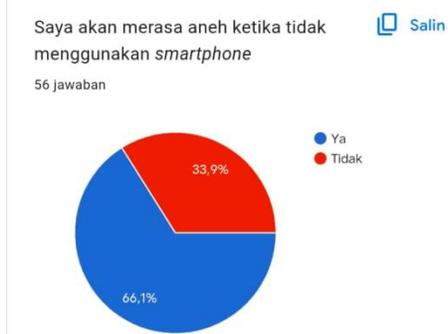
56 jawaban



Jika saya tidak mengecek *smartphone* untuk sementara waktu, maka akan timbul keinginan untuk mengeceknya

56 jawaban





## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Menyelidiki Pengaruh Media Sosial Terhadap Sikap Seseorang

Hasil dari penyelidikan pengaruh media sosial terhadap sikap seseorang menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara penggunaan media sosial dan perubahan sikap individu. Penelitian ini mengeksplorasi dampak yang kompleks dari interaksi dengan media sosial pada sikap seseorang terhadap berbagai isu dan situasi. Pertama-tama, ditemukan bahwa intensitas penggunaan media sosial secara positif berkorelasi dengan peningkatan eksposur terhadap beragam pandangan dan informasi. Dengan akses mudah ke berita, opini, dan pandangan dari berbagai sumber, individu cenderung memiliki pemahaman yang lebih luas tentang berbagai isu dan perspektif yang berbeda. Namun, perlu dicatat bahwa keberagaman informasi ini dapat membentuk pandangan yang kontradiktif, yang mempengaruhi sikap individu dengan cara yang kompleks dan kadang-kadang ambivalen.

Selanjutnya, penelitian ini juga menemukan bahwa eksposur berulang terhadap konten tertentu di media sosial dapat mempengaruhi pembentukan sikap jangka panjang. Ketika individu terpapar terus-menerus pada konten atau opini tertentu yang sesuai dengan keyakinan mereka, hal ini dapat mengkonsolidasikan pandangan mereka dan meningkatkan kecenderungan untuk lebih menguatkan sikap yang sudah ada sebelumnya (confirmation bias). Selain itu, ada potensi untuk pembentukan filter bubble, di mana individu hanya terpapar pada pandangan yang selaras dengan pandangan mereka sendiri, menyebabkan polarisasi sikap di kalangan pengguna media sosial (Ferlitasari dan Rosana, 2020).

Hasil lain dari penelitian ini menyoroti bahwa media sosial memiliki peran penting dalam mempengaruhi emosi dan suasana hati individu. Konten yang disajikan di media sosial dapat memicu perasaan positif atau negatif, dan dapat memengaruhi sikap individu terhadap berbagai topik. Dengan begitu banyak konten yang bersifat emosional dan viral di media sosial, respons emosional terhadap suatu isu atau peristiwa tertentu dapat mempengaruhi bagaimana sikap individu terbentuk dan berkembang seiring waktu.

Namun, perlu dicatat bahwa hasil penelitian ini juga menunjukkan potensi efek negatif dari media sosial terhadap sikap seseorang. Dalam beberapa kasus, eksposur berlebihan terhadap konten yang negatif, berita palsu, atau propaganda dapat menyebabkan sikap yang bias dan mengarah pada perilaku destruktif. Selain itu, ketika media sosial digunakan sebagai sarana untuk menyebarkan kebencian, rasisme, atau intoleransi, sikap individu juga dapat terpengaruh dan berubah menjadi lebih negatif. Secara keseluruhan, hasil dari penyelidikan ini menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh yang kompleks dan kuat terhadap sikap seseorang. Eksposur yang beragam dan intensitas penggunaan media sosial dapat membentuk pandangan individu terhadap isu-isu sosial, politik, dan lingkungan. Oleh karena itu, penting bagi pengguna media sosial untuk lebih kritis dalam mengonsumsi konten, berusaha untuk terbuka terhadap berbagai pandangan, dan mengenali potensi pengaruh negatif agar tetap menjaga sikap yang sehat dan inklusif. Demikian pula, perlu ada kesadaran kolektif dalam menghadapi dampak media sosial sehingga kita dapat memanfaatkan potensi positifnya dan meminimalkan dampak negatifnya dalam membentuk sikap seseorang (Gani, 2020).

### **Mengetahui Bagaimana Seseorang Memanfaatkan Media Sosial**

Hasil penelitian tentang bagaimana seseorang memanfaatkan media sosial mengungkapkan sejumlah temuan menarik yang memberikan wawasan mendalam tentang pola penggunaan dan motivasi di balik interaksi individu dengan platform media sosial. Penelitian ini telah memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang cara orang-orang memanfaatkan media sosial untuk berbagai tujuan, dan bagaimana perilaku ini mempengaruhi kehidupan sehari-hari mereka. Salah satu temuan utama dari penelitian ini adalah bahwa media sosial digunakan oleh individu sebagai sarana untuk tetap terhubung

dengan keluarga, teman, dan rekan kerja. Komunikasi dalam bentuk pesan pribadi, obrolan grup, dan postingan menjadi alat penting bagi mereka untuk menjaga hubungan sosial mereka, terutama dalam situasi di mana jarak geografis membatasi interaksi langsung. Media sosial juga menjadi platform untuk berbagi momen penting, seperti peristiwa, liburan, dan pencapaian, sehingga memungkinkan orang untuk merayakan dan mendukung satu sama lain secara virtual (Batee, 2019).

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial digunakan sebagai sumber informasi dan pengetahuan. Individu mencari berita terbaru, artikel, dan panduan dari berbagai sumber yang dapat diandalkan, serta mengikuti akun-akun yang menyediakan konten informatif dan edukatif. Dengan adanya media sosial, informasi dan pengetahuan yang relevan menjadi lebih mudah diakses dan tersebar dengan cepat di kalangan pengguna. Namun, temuan ini juga mengungkapkan potensi efek negatif dari penggunaan media sosial, khususnya berkaitan dengan kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa media sosial dapat menjadi sumber stres, kecemasan, dan perasaan kurangnya kepuasan diri akibat perbandingan sosial yang konstan. Jumlah besar konten yang dibagikan oleh pengguna lain dapat membuat individu merasa tertekan untuk membandingkan diri mereka dengan orang lain, menyebabkan perasaan kurang berarti atau tidak bahagia dengan hidup mereka sendiri (Agianto dkk., 2020).

Selanjutnya, penelitian ini mengidentifikasi adanya fenomena oversharing, di mana beberapa pengguna cenderung membagikan terlalu banyak informasi pribadi atau detail tentang kehidupan mereka. Hal ini dapat mempengaruhi privasi dan keamanan individu, terutama ketika informasi yang dibagikan berpotensi disalahgunakan oleh pihak yang tidak bertanggung jawab. Dari sudut pandang positif, media sosial juga digunakan sebagai platform untuk mengekspresikan diri dan mengembangkan kreativitas. Berbagai bentuk konten seperti gambar, video, dan tulisan kreatif dipublikasikan dan dibagikan di media sosial untuk mendapatkan apresiasi dan umpan balik dari pengikut. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang bagaimana seseorang memanfaatkan media sosial. Media sosial memiliki potensi besar untuk memfasilitasi hubungan sosial, akses informasi, dan ekspresi kreativitas. Namun, pengguna juga perlu waspada terhadap potensi dampak negatif, seperti stres, perbandingan sosial, dan masalah privasi. Oleh karena itu, pengguna media sosial perlu mengembangkan kesadaran diri yang lebih baik dan kritis tentang cara mereka menggunakan platform tersebut untuk memastikan pengalaman positif dan produktif dalam memanfaatkan media sosial dalam kehidupan sehari-hari mereka.

## KESIMPULAN

Salah satu teknologi internet yang saat ini sedang berkembang secara pesat dan sangat berpengaruh terhadap kebiasaan seseorang yaitu media sosial. Tujuan penelitian ini yaitu (1) menyelidiki pengaruh media sosial terhadap sikap seseorang (2) mengetahui bagaimana seseorang memanfaatkan media sosial (3) mengetahui apa yang menjadi penyebab kecenderungan Phubbing dari media sosial.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agianto, R., Setiawati, A., & Firmansyah, R. (2020). Pengaruh media sosial instagram terhadap gaya hidup dan etika remaja. *TEMATIK*, 7(2), 130-139.
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan sosial dan ketergantungan media sosial pada mahasiswa. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201.
- Batee, M. M. (2019). Pengaruh media Sosial terhadap keputusan pembelian di toko kaos Nias Gunungsitoli. *Jesya (Jurnal Ekonomi Dan Ekonomi Syariah)*, 2(2), 313-324.
- Cahyono, A. S. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perubahan sosial masyarakat di Indonesia. *Publiciana*, 9(1), 140.
- Ferlitasari, R., & Rosana, E. (2020). Pengaruh media sosial instagram terhadap perilaku keagamaan remaja. *Socio Religia*, 1(2).
- Gani, A. G. (2020). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja. *Jurnal Mitra Manajemen*, 7(2).
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2016). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1).
- Sampurno, M. B. T., Kusumandyoko, T. C., & Islam, M. A. (2020). Budaya media sosial, edukasi masyarakat, dan pandemi COVID-19. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(5), 531.