Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (2) 2026, Page: 32592-32604

Hubungan Social Anxiety Dengan Phubbing Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi Uin Raden Fatah Palembang

Muhammad Rivaldo Juliansyah[1], Lena Marianti[2], Manah Rasmanah[3]

[1,2,3]UIN Raden Fatah Palembang

mrivaldojuliansyah@gmail.com

Published: Juni , 2026

ABSTRACT

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara social anxiety dengan phubbing pada mahasiswa. Meningkatnya penggunaan smartphone dalam interaksi sosial menjadi salah satu fenomena yang memengaruhi kualitas hubungan interpersonal di kalangan mahasiswa. Individu yang mengalami kecemasan sosial cenderung merasa kurang nyaman dalam interaksi tatap muka sehingga lebih memilih mengalihkan perhatian pada smartphone, yang dapat memunculkan perilaku phubbing. Bahan dan metode. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 223 mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala social anxiety dan skala phubbing. Analisis data meliputi analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran tingkat masing-masing variabel, uji normalitas menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test, uji linearitas, serta uji korelasi Spearman's rho untuk menguji hubungan antara kedua variabel. Hasil. Analisis deskriptif menunjukkan bahwa tingkat social anxiety cenderung berada pada kategori sedang sebesar 52,9%, sedangkan tingkat phubbing juga cenderung berada pada kategori sedang sebesar 46,6%. Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200 (> 0,05), yang berarti data berdistribusi normal. Namun, hasil uji linearitas memperoleh nilai deviation from linearity sebesar 0,008 (< 0,05), sehingga hubungan kedua variabel dinyatakan tidak linear. Oleh karena itu, analisis dilanjutkan menggunakan uji korelasi Spearman's rho. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,660 dengan nilai signifikansi 0,000 (< 0,05), yang menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara social anxiety dengan phubbing pada mahasiswa. Berarti, Semakin tinggi tingkat social anxiety yang dimiliki mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk melakukan phubbing. Temuan ini menunjukkan bahwa social anxiety merupakan salah satu faktor yang berperan dalam munculnya perilaku phubbing pada mahasiswa.

Keywords: Social anxiety, phubbing, mahasiswa.

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Hubungan sosial merupakan proses interaksi yang terbentuk melalui komunikasi, respons timbal balik, dan keterlibatan interpersonal yang memungkinkan individu membangun relasi dengan lingkungannya. Dalam kajian ilmiah, hubungan sosial dipandang sebagai fondasi penting bagi perkembangan psikologis dan keberfungsian sosial seseorang, karena melalui interaksilah manusia memperoleh dukungan emosional, pengakuan, dan pemahaman dari orang lain. kualitas hubungan sosial sangat dipengaruhi oleh adanya perhatian penuh (*attentional presence*) serta kemampuan individu untuk merespons lawan bicara secara tepat. Temuan ini mengindikasikan bahwa inti dari hubungan sosial yang sehat bukan hanya terletak pada frekuensi interaksi, tetapi lebih pada kedalaman keterlibatan emosional yang ditunjukkan selama proses komunikasi berlangsung.

Dalam kehidupan mahasiswa, hubungan sosial yang baik menjadi semakin penting karena lingkungan akademik menuntut kemampuan bekerja sama, berdiskusi, dan beradaptasi dengan

berbagai dinamika sosial yang beragam. Melalui relasi yang positif, mahasiswa dapat mengembangkan rasa saling percaya, memperluas jaringan pertemanan, serta mendapatkan dukungan moral yang berperan dalam menjaga stabilitas emosi. Selain itu, hubungan sosial yang berkualitas juga memungkinkan individu untuk merasa dihargai, dipahami, dan diterima dalam kelompoknya, suatu kondisi yang sangat dibutuhkan pada masa perkembangan awal dewasa Dengan memahami bahwa hubungan sosial bukan sekadar aktivitas bertukar informasi, tetapi merupakan bagian dari pembentukan identitas dan kesejahteraan psikologis, maka urgensi menjaga kualitas interaksi menjadi semakin jelas dan membutuhkan perhatian lebih dalam kajian-kajian berikutnya.

Sejalan dengan temuan penelitian tersebut, konsep mengenai pentingnya kualitas hubungan sosial juga mendapatkan perhatian dalam perspektif keilmuan Islam yang secara eksplisit menekankan nilai-nilai etika interaksi antarmanusia. Allah Swt. berfirman dalam Surah Al-Hujurat ayat 13:

يٰٓاَيُّهَا النَّاسُ اِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّاُنْثٰى وَجَعَلْنٰكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَاۤىِٕلَ لِتَعَارَفُوْا ۚاِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللّٰهِ اَتْقٰىكُمْ ۗاِنَّ اللّٰهَ عَلِيْمٌ خَبِيْرٌ

Artinya : *"Wahai manusia! Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan, kemudian Kami jadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku agar kamu saling mengenal. Sesungguhnya yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling bertakwa. Sungguh, Allah Maha Mengetahui, Maha Teliti."*

Ayat ini memberikan dasar teologis bahwa interaksi sosial bukan hanya kebutuhan biologis dan psikologis, tetapi juga merupakan mandat moral yang harus dijaga demi menciptakan tatanan sosial yang harmonis. Dalam kerangka tafsir tahlili, konsep *ta'āruf* dipahami tidak terbatas pada proses saling mengenal secara verbal, melainkan mencakup kemampuan membangun hubungan yang dilandasi sikap saling menghormati, keterbukaan, empati, serta pengakuan terhadap keberagaman latar belakang sosial. Nilai-nilai ini menunjukkan bahwa hubungan sosial ideal menuntut kesediaan individu untuk hadir secara penuh dalam interaksi, memperhatikan lawan bicara, dan menghindari perilaku yang dapat mengurangi kualitas komunikasi. Prinsip ini sangat relevan untuk dikontekstualisasikan dalam fenomena sosial modern, di mana berbagai bentuk distraksi digital, termasuk penggunaan gawai secara berlebihan, berpotensi melemahkan kualitas perhatian dan kedekatan emosional antarindividu. Dengan demikian, ayat tersebut tidak hanya memberikan dasar normatif bagi pentingnya menjaga kualitas hubungan sosial, tetapi juga menawarkan rujukan etis yang dapat digunakan untuk memahami berbagai tantangan interaksi di era digital. Nilai-nilai seperti saling menghormati, hadir sepenuhnya dalam percakapan, serta menghindari perilaku yang mengurangi kualitas perhatian, menjadi pedoman yang relevan untuk menelaah bagaimana mahasiswa menjalani komunikasi dan kerja sama dalam kehidupan akademik maupun sosial mereka.

Komunikasi sebagai unsur utama dalam hubungan sosial memiliki peranan yang sangat menentukan kualitas relasi antarmahasiswa. Melalui komunikasi, individu dapat menyampaikan gagasan, mengekspresikan emosi, serta membangun kedekatan interpersonal. Komunikasi tatap muka merupakan bentuk komunikasi paling efektif karena memungkinkan terjadinya kontak mata, ekspresi wajah, gerak tubuh, dan isyarat sosial lainnya yang tidak dapat digantikan oleh komunikasi berbasis teknologi. Dari perspektif psikologi sosial, komunikasi yang baik berfungsi sebagai *buffer* terhadap tekanan emosional karena keberadaan orang lain yang mendengarkan dan memberi respons positif dapat mengurangi kecemasan serta meningkatkan rasa aman psikologis Islam juga mengajarkan bahwa komunikasi harus dilakukan dengan cara yang baik, sebagaimana firman Allah Swt. dalam Surah An-Nisa ayat 63:

أُولَٰئِكَ الَّذِينَ يَعْلَمُ اللَّهُ مَا فِي قُلُوبِهِمْ فَأَعْرِضْ عَنْهُمْ وَعِظْهُمْ وَقُلْ لَهُمْ فِي أَنْفُسِهِمْ قَوْلًا بَلِيغًا

[2] Razali, G., Pohan, H. D., & Putri, S. T. (2024). Psikologi Komunikasi dan Perkembangan Manusia. *Geo Design Eduka Publisher*, 250-250.

[3] QS. Al-Hujurat : 13

[4] Firmansyah, F., Abubakar, A., & Yusuf, M. (2023). Membangun kehidupan beragam: Tafsir tahlili terhadap Surah Al-Hujurat ayat 13. *Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an & Tafsir, 8*(2), 47-60. https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v7i1 [5] Rahmatulloh, R., Nasir, M., & Armuza, M. (2022). Konsep Ta'aruf Berbasis Pendidikan Multikultural Perspektif Ibnu Katsir Dalam Surat Al-Hujurat Ayat 13. *Journal Multicultural of Islamic Education*, *6*(1), 80-90.

[6] Shofwan, I., & Munib, A. (2023). Pendidikan Karakter Sosial Qur'ani: Studi Tafsir Surat Al-Hujurat Ayat 11-13. *Intelektual: Jurnal Pendidikan dan Studi Keislaman*, *13*(1), 72-84.

[7] Handayani, T., & Lestari, P. (2025). Pengaruh Kompetensi Komunikasi Hati dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *KOMUNIKATIF: Jurnal Ilmiah Komunikasi*, *14*(1), 16-31. DOI: 10.33508/jk.v14i1.7359

Artinya : *"Mereka itulah orang-orang yang Allah ketahui apa yang ada di dalam hatinya. Oleh karena itu, berpalinglah dari mereka, nasihatilah mereka, dan katakanlah kepada mereka perkataan yang membekas pada jiwanya".*

Ayat ini menegaskan pentingnya komunikasi bermakna dalam menjaga hubungan sosial yang sehat. Namun, meskipun komunikasi tatap muka menjadi pondasi penting, kenyataannya perkembangan teknologi digital telah mengubah secara drastis pola komunikasi mahasiswa.

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan terhadap cara mahasiswa berkomunikasi dan berinteraksi. *Smartphone* yang awalnya berfungsi sebagai alat komunikasi sederhana kini menjadi perangkat multifungsi untuk keperluan akademik, penyelesaian tugas, hiburan digital, dan aktivitas media sosial. Temuan BPS (2024) menunjukkan bahwa 68,65% penduduk Indonesia usia lima tahun ke atas telah memiliki telepon seluler, dengan persentase tertinggi pada kelompok usia produktif, termasuk mahasiswa Sejalan dengan meningkatnya penggunaan *smartphone*, data nasional mengenai akses internet memperlihatkan tren yang turut menguatkan pergeseran tersebut. Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat bahwa pada tahun 2022 sebanyak 66,48% penduduk Indonesia telah mengakses internet, dan 67,88% memiliki telepon seluler. Proporsi ini meningkat secara konsisten pada tahun-tahun berikutnya. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) melaporkan bahwa penetrasi internet mencapai 78,19% pada tahun 2023 dengan 215,6 juta pengguna. Pada tahun 2024 jumlah pengguna internet bertambah menjadi 221.563.479 orang dengan tingkat penetrasi 79,5%, dan meningkat lagi pada tahun 2025 menjadi 229,43 juta pengguna atau 80,66% dari total populasi Tren ini mengindikasikan bahwa penggunaan internet terus tumbuh secara stabil dari tahun ke tahun, memperlihatkan semakin kuatnya ketergantungan masyarakat terhadap ekosistem digital.

Salah satu fenomena negatif yang muncul akibat penggunaan *smartphone* berlebihan adalah *phubbing* atau *phone snubbing*, yaitu perilaku ketika seseorang mengabaikan lawan bicara karena lebih fokus pada *smartphone* yang digunakan. *Phubbing* menjadikan individu terlihat tidak memperhatikan atau tidak menghargai keberadaan orang lain dalam interaksi tatap muka Dikalngan mahasiswa, perilaku ini muncul ketika seseorang mengecek pesan, membuka media sosial, atau melakukan aktivitas digital lainnya saat sedang berbicara dengan teman, mengikuti diskusi kelompok, rapat organisasi, bahkan di dalam kelas. Fenomena ini menandakan adanya pergeseran nilai dalam interaksi sosial, di mana kehadiran perangkat digital menjadi lebih dominan dibanding perhatian terhadap manusia secara langsung. Dari sudut pandang psikologi komunikasi, *phubbing* dapat merusak kualitas hubungan interpersonal karena mengganggu arus komunikasi, menurunkan empati, dan mengurangi kepercayaan antarindividu Dengan demikian, *phubbing* menjadi isu penting yang perlu dikaji secara serius karena memengaruhi aspek kognitif, emosional, dan sosial mahasiswa.

Jika perilaku *phubbing* terus terjadi, konsekuensi psikologis yang muncul tidak hanya dirasakan oleh korban yang diabaikan, tetapi juga oleh pelaku *phubbing* itu sendiri. Mahasiswa yang menjadi korban *phubbing* sering mengalami penurunan harga diri, perasaan diabaikan, dan kurang dihargai dalam interaksi sosial. Sementara bagi pelaku, perilaku ini dapat mengurangi sensitivitas sosial, melemahkan keterampilan komunikasi, serta menurunkan kemampuan memahami isyarat nonverbal. Gangguan pada

kualitas interaksi tersebut berpotensi menimbulkan perasaan tidak nyaman dalam situasi sosial sehingga individu mulai menarik diri dari percakapan atau enggan terlibat dalam aktivitas tatap muka. Bulut dan Nazir menjelaskan bahwa *phubbing* dapat memicu hambatan dalam komunikasi interpersonal, termasuk kesulitan mempertahankan kontak mata dan memahami ekspresi lawan bicara.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* telah menjadi fenomena yang meluas dan cukup serius di kalangan mahasiswa. Penelitian pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan terhadap 102 responden menunjukkan bahwa hanya 7,84% mahasiswa berada pada kategori *phubbing* rendah, sementara 83,33% berada pada kategori sedang dan 8,82% pada kategori tinggi, yang berarti lebih dari 90% mahasiswa menunjukkan kecenderungan *phubbing* pada tingkat menengah hingga tinggi. Temuan tersebut sejalan dengan studi internasional Universitas di Turki yang melaporkan bahwa 88,8% mahasiswa melakukan *phubbing*, serta penelitian lain yang menunjukkan prevalensi antara 42,7%–52% pada mahasiswa dan mahasiswa kedokteran di India, dan 41,3% pada mahasiswa di Amerika Serikat. Selain itu, studi prevalensi berskala besar di Spanyol terhadap 1.351 pelajar dan mahasiswa menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memperlihatkan perilaku *phubbing* secara konsisten dalam interaksi sosial. Tingginya prevalensi ini menjadi perhatian serius bagi Fakultas Dakwah dan Komunikasi, yang secara ideal berperan membentuk mahasiswa dengan kompetensi komunikasi interpersonal, kepekaan sosial, dan etika berhubungan sosial, terlebih mahasiswa angkatan 2022 telah menempuh berbagai mata kuliah yang menekankan kemampuan komunikasi dan relasi sosial. Namun, intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dan kecenderungan mengalihkan perhatian saat berinteraksi diduga tidak hanya melemahkan kualitas komunikasi tatap muka, empati, dan kehadiran psikologis mahasiswa, tetapi juga berkaitan dengan meningkatnya kecemasan sosial yang mendorong mahasiswa memilih ponsel sebagai bentuk penghindaran dalam interaksi sosial.

Social anxiety adalah salah satu bentuk gangguan kecemasan yang ditandai dengan rasa takut berlebihan ketika berada dalam situasi sosial karena adanya kekhawatiran akan penilaian negatif dari orang lain. Gangguan ini membuat individu sering kali merasa tidak nyaman, tegang, atau gelisah ketika harus berhadapan dengan orang lain. Dalam aktivitas sehari-hari, kondisi ini dapat tampak melalui rasa gugup saat berbicara di depan umum, enggan berkenalan dengan orang baru, hingga menghindari kegiatan yang melibatkan interaksi sosial. Pada mahasiswa, *social anxiety* sering muncul dalam bentuk keraguan untuk mengajukan pertanyaan di kelas, rasa cemas saat mengikuti diskusi kelompok, maupun keengganan bergabung dalam organisasi kampus. Situasi tersebut pada akhirnya tidak hanya menghambat keberanian mahasiswa untuk berpartisipasi, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan diri dan keterampilan sosial yang seharusnya dapat mereka bangun di lingkungan akademik.Perspektif Islam juga menekankan pentingnya menjaga hubungan sosial dan komunikasi yang baik.

Keterkaitan antara *phubbing* dan *social anxiety* diperkuat oleh berbagai faktor yang mendorong individu melakukan perilaku tersebut. Salah satunya terjadi pada individu yang sering merasa cemas dalam situasi sosial, di mana mereka cenderung menggunakan *phubbing* sebagai cara untuk menghindari interaksi dan mengurangi kecemasan yang dirasakan. Temuan penelitian Venugopal dan Fenn menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara kecemasan sosial dan perilaku *phubbing* Artinya, semakin tinggi kecemasan sosial yang dialami individu, maka semakin sering pula mereka melakukan *phubbing*, begitu pula sebaliknya. Sejalan dengan hal tersebut, Sun dan Samp menemukan bahwa kecemasan sosial juga memiliki korelasi positif dengan *friends phubbing*.[21] Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa mahasiswa dengan tingkat kecemasan sosial tinggi cenderung lebih sering menunjukkan perilaku *phubbing* ketika sedang berinteraksi langsung dengan teman-temannya, sehingga *phubbing* dapat dipahami sebagai salah satu manifestasi dari *social anxiety*.

Meskipun fenomena *phubbing* telah banyak diteliti sebagian besar masih berfokus pada hubungan interpersonal, baik dalam hubungan romantis, pertemanan, maupun lingkungan keluarga. Namun demikian, kajian mengenai *phubbing* dan *social anxiety* pada mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi masih sangat terbatas, terutama dalam budaya Indonesia yang memiliki karakteristik kolektivistik. Padahal, mahasiswa merupakan kelompok usia yang paling intens menggunakan *smartphone*, sehingga rentan mengalami dampak negatif dari fenomena ini. Dalam lingkungan kampus, *phubbing* dapat menurunkan kualitas diskusi kelompok, mengurangi efektivitas kerja sama, serta melemahkan kedekatan emosional antar teman sebaya Penurunan kualitas hubungan sosial ini dapat memperburuk

kondisi emosional mahasiswa dan menurunkan kenyamanan belajar. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami *phubbing* cenderung merasa kurang puas dalam berinteraksi, lebih mudah merasa terisolasi, dan rentan mengalami tekanan psikologis Kondisi ini tentu menjadi perhatian penting bagi pengembangan pembinaan akademik dan sosial di perguruan tinggi Islam. Minimnya penelitian yang mengkaji hubungan kedua variabel ini pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang menunjukkan adanya ruang kebaruan dan kontribusi ilmiah yang penting. Oleh karena itu, peneliti tertarik meneliti hal ini dengan judul "Hubungan *Social Anxiety* dengan *Phubbing* pada Mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang."

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel social anxiety dengan phubbing pada mahasiswa. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada responden yang menjadi subjek penelitian. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa memberikan perlakuan tertentu kepada subjek penelitian (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang angkatan 2022 yang berjumlah 532 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Proportionate Stratified Random Sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak yang dilakukan berdasarkan strata atau kelompok tertentu sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih menjadi sampel. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5%, diperoleh jumlah sampel sebanyak 223 mahasiswa. Instrumen penelitian berupa skala social anxiety dan skala phubbing yang disusun menggunakan model skala Likert. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan bahwa alat ukur mampu mengukur variabel penelitian secara tepat dan konsisten. Analisis data dilakukan dengan bantuan program IBM SPSS Statistics versi 26. Tahapan analisis meliputi analisis deskriptif untuk mengetahui gambaran tingkat social anxiety dan phubbing pada mahasiswa, uji normalitas menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, serta uji linearitas untuk mengetahui pola hubungan antarvariabel. Karena hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel tidak linear, maka pengujian hipotesis dilakukan menggunakan *uji korelasi Spearman's rho* untuk mengetahui arah, kekuatan, dan signifikansi hubungan antara social anxiety dengan phubbing pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Deskriptif Statistik Tingkat *Social Anxiety* Dan *Phubbing* Pada Mahasiswa Fakultas Dakwah Dan Komunikasi

   Statistika deskriptif berhubungan dengan penyajian data dalam bentuk tabel atau diagram serta perhitungan ukuran-ukuran statistik seperti mean, median, modus, kuartil, desil, persentil, dan standar deviasi. Tujuannya adalah untuk mempermudah dalam memahami informasi yang diperoleh dari data. Analisis deskriptif ini bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai tingkat *Social Anxiety* dan *Phubbing* pada mahasiswa.

a. Deskriptif statistik tingkat *Social Anxiety*

   Hasil analisis deskripsi data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. 1

Hasil Uji Analisis Deskriptif *Social Anxiety*

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Social Anxiety X					

Valid N (listwise)				
223	17	66	30,86	8,449
223				

Berdasarkan hasil analisis deskriptif data dengan spss 26, diketahui bahwa variabel *Social Anxiety* memiliki skor empirik dengan nilai minimum sebesar 17, nilai maksimum 66, mean sebesar 30,86, dan standar deviasi sebesar 8,449.

Berdasarkan analisis deskriptif tersebut, selanjutnya dilakukan pengkategorisasian menjadi lima kategori, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi dengan menggunakan rumus menurut Saifuddin Azwar.[25]

Tabel 1. 2

Kategorisasi dan Gambaran Deskripsi *Social Anxiety* presentase

Kategorisasi	*Rentang Nilai*	*F*	*Persentase*
Sangat Rendah	X ≤ 18,19	2	0,9%
Rendah	18,19 < X ≤ 26,64	68	30,5%
Sedang	26,64 < X ≤ 35,08	118	52,9%
Tinggi	35,08 < X ≤ 43,53	30	13,5%
Sangat Tinggi	X > 43,53	5	2,2%
Total	—	223	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi di atas, diketahui bahwa tingkat *Social Anxiety* pada mahasiswa paling banyak berada pada kategori sedang yaitu sebesar 52,9% dengan jumlah 118 responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kecemasan sosial yang cukup atau moderat.

b. Deskriptif statistik tingkat *Phubbing*

Hasil analisis deskripsi data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. 3

Hasil Uji Analisis Deskriptif *Phubbing*

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Phubbing Y Valid N (listwise)	223	18	71	31,43	9,629
	223				

Berdasarkan data analisis Desktiptif tersebut variabel *Phubbing* memiliki skor minimum sebesar 18, nilai maksimum 71, mean sebesar 31,43, dan standar deviasi sebesar 9,629.

Tabel 1. 4

Kategorisasi dan Gambaran Deskripsi *phubbing* presentase

Kategorisasi	*Rentang Nilai*	*F*	*Persentase*
Sangat Rendah	X ≤ 21,80	11	4,9%
Rendah	21,80 < X ≤ 26,61	78	35,0%
Sedang	26,61 < X ≤ 36,25	104	46,6%
Tinggi	36,25 < X ≤ 45,88	27	12,1%
Sangat Tinggi	X > 45,88	3	1,3%
Total	—	223	100%

Berdasarkan hasil kategorisasi tersebut, diketahui bahwa tingkat *Phubbing* pada mahasiswa paling banyak berada pada kategori sedang yaitu sebesar 46,6% dengan jumlah 104 responden.

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki perilaku *phubbing* pada tingkat sedang.

2. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas Data

Uji normalitas merupakan salah satu bagian dari uji asumsi klasik yang bertujuan untuk mengetahui apakah data dalam penelitian berdistribusi normal atau tidak Pengujian normalitas dalam penelitian ini dilakukan terhadap nilai residual dengan menggunakan metode One-*Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Metode ini umumnya digunakan pada jumlah sampel yang besar (lebih dari 40). Dasar pengambilan keputusan pada uji ini adalah apabila nilai signifikansi (Asymp. Sig.) lebih besar dari 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 1. 5
Hasil Uji Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		223
Normal Parameters[a,b]	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	0,16901072537903
Most Extreme Differences	Absolute	0,048
	Positive	0,048
	Negative	-0,034
Test Statistic		0,048
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200[c,d]

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.
c. Lilliefors Significance Correction.
d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas yang disajikan pada tabel, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200, yang berarti lebih besar dari 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa asumsi normalitas telah terpenuhi, sehingga analisis statistik parametrik dapat dilanjutkan.

b. Uji Linieritas Data

Uji prasyarat selanjutnya adalah uji linearitas yang dilakukan dengan bantuan program aplikasi SPSS. Uji ini bertujuan untuk Menunjukkan bahwa nilai rata-rata dari data sampel cenderung mengikuti pola garis lurus.[27] Hasil uji linearitas dapat dilihat pada Tabel 4.7

Tabel 1. 6 Hasil Uji Linearitas

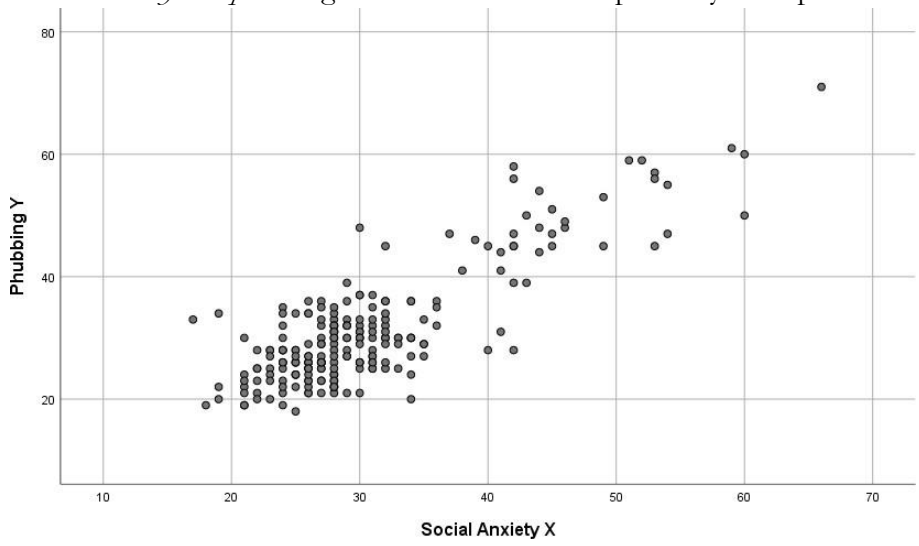
			Sum of Squares	**df**	**Mean Square**	**F**	**Sig.**
Phubbing * Social Anxiety	Between Groups	(Combined)	15994	36	444,303	18,014	0,000
		Linearity	14453,915	1	14453,915	586,018	0,000
		Deviation from Linearity	1540,993	35	44,028	1,785	0,008
	Within Groups		4587,620	186	24,665		
	Total		20582,529	222			

Berdasarkan hasil output pada Tabel 4.7, peneliti memperoleh hasil uji linearitas dengan memperhatikan nilai *Deviation from Linearity*. Pengambilan keputusan dalam uji linearitas ini didasarkan pada kriteria sebagai berikut:

1) Dengan membandingkan nilai signifikansi (Sig.) dengan 0,05:
   a) Jika nilai *Deviation from Linearity* Sig. > 0,05, maka terdapat hubungan yang linier secara signifikan antara variabel independen dan variabel dependen.
   b) Jika nilai *Deviation from Linearity* Sig. < 0,05, maka tidak terdapat hubungan yang linier secara signifikan antara variabel independen dan variabel dependen.

Nilai *Linearity* menunjukkan apakah model linear mampu menjelaskan hubungan antar variabel. Berdasarkan output di atas, diperoleh nilai F pada *Linearity* sebesar 586,018 dengan nilai signifikansi 0,000 (p < 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa secara umum terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel *social anxiety* dan *phubbing*, namun jika dilihat dari nilai *Deviation from Linearity*. Nilai ini menunjukkan apakah terdapat penyimpangan dari pola linear. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai F sebesar 1,785 dengan nilai signifikansi 0,008 (p < 0,05). Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat penyimpangan yang signifikan dari linearitas.

Meskipun model linear menunjukkan hubungan yang signifikan, namun hubungan tersebut tidak sepenuhnya linear karena terdapat penyimpangan yang signifikan. Artinya, pola hubungan antara *social anxiety* dan *phubbing* Linear namun tidak sepenuhnya Sempurna.



Gambar 1. 1

Hasil Uji linearitas dengan *Scatterplot*

Uji linearitas juga dapat dilakukan secara visual melalui grafik *scatterplot* antara variabel *Social Anxiety* (X) dan *Phubbing* (Y). *Scatterplot* menggambarkan hubungan antara variabel melalui sebaran titik-titik yang merepresentasikan pasangan nilai kuantitatif dari masing-masing variabel. Selain itu, Menurut Singgih Santoso dalam Lesmana dkk, asumsi linearitas dalam model regresi dinyatakan terpenuhi apabila hasil plot data menunjukkan pola yang jelas, baik mengarah positif maupun negatif. Sebaliknya, apabila plot data tidak memperlihatkan pola yang teratur atau jelas, maka asumsi linearitas tidak terpenuhi.

Berdasarkan grafik *scatterplot,* terlihat bahwa titik-titik data cenderung membentuk pola yang meningkat dari kiri bawah ke kanan atas. Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan hubungan positif antara variabel *Social Anxiety* dan *Phubbing*, di mana semakin tinggi tingkat *Social Anxiety*, maka semakin tinggi pula perilaku *Phubbing*. Namun demikian, sebaran titik-titik data tidak sepenuhnya membentuk garis lurus yang jelas dan masih terdapat penyebaran yang cukup lebar pada beberapa bagian. Hal ini mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel tidak sepenuhnya linear atau terdapat penyimpangan dari linearitas.

Berdasarkan hasil analisis *scatterplot*, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel *Social Anxiety* dan *Phubbing* cenderung bersifat positif, namun tidak sepenuhnya memenuhi asumsi linearitas secara sempurna.

4. Uji Hipotesis

Untuk mengetahui secara statistik hubungan antara *Social Anxiety* dengan *Phubbing*, peneliti menggunakan analisis korelasi *Spearman's rho*. Analisis ini digunakan untuk mengukur seberapa kuat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Proses perhitungan dilakukan dengan bantuan program SPSS. Hasil uji korelasi disajikan pada tabel berikut.

Penggunaan uji *Spearman's rho* dalam penelitian ini didasarkan pada hasil uji prasyarat sebelumnya, dimana uji normalitas menunjukkan data berdistribusi normal, namun uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antar variabel tidak bersifat linear.[30] Oleh karena itu, analisis korelasi parametrik seperti Pearson tidak digunakan, dan digantikan dengan metode non-parametrik *Spearman* yang tidak mensyaratkan hubungan linear antar variabel.

Tabel 1. 7

Hasil Uji Korelasi Spearman's Rho Correlations

			Social Anxiety
Phubbing			
Spearman's rho	Social Anxiety		
	Correlation Coefficient	1,000	.660**
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	223	223
	Phubbing	Correlation Coefficient	.660** 1,000
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	223	223

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan output pada tabel tersebut, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,660 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari

Jika dibandingkan dengan nilai r tabel (0,221), maka nilai r hitung (0,660) lebih besar dari r tabel (0,221), sehingga dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak.

Untuk mengetahui tingkat kekuatan hubungan antara kedua variabel, digunakan pedoman interpretasi koefisien korelasi sebagai berikut.

Tabel 1. 8 Interpretasi Koefisien Korelasi (r)

No	Nilai Korelasi (r)	Tingkat Hubungan
1	0,00 – 0,199	Sangat Lemah
2	0,20 – 0,399	Lemah
3	0,40 – 0,599	Sedang
4	0,60 – 0,799	Kuat
5	0,80 – 1,000	Sangat Kuat

Sumber: Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Berdasarkan tabel interpretasi di atas, nilai koefisien korelasi sebesar 0,660 berada pada rentang 0,60 – 0,799, sehingga dapat dikategorikan dalam tingkat hubungan kuat.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Social Anxiety* dengan perilaku *Phubbing* pada mahasiswa dengan tingkat hubungan yang kuat. Hasil tersebut menunjukkan

bahwa semakin tinggi tingkat *Social Anxiety*, maka semakin tinggi pula *Phubbing*. Oleh karena itu, Ho ditolak dan Ha diterima.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *social anxiety* dengan *phubbing* pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang, diperoleh gambaran bahwa secara deskriptif tingkat social anxiety berada pada kategori yang bervariasi, dengan kecenderungan dominan pada kategori sedang, yaitu sebesar 52,9%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan sosial dalam tingkat yang tidak terlalu tinggi, namun juga tidak rendah. Selain itu, berdasarkan hasil gambaran deskriptif statistik terhadap variabel phubbing, diketahui bahwa tingkat phubbing juga berada pada kategori yang bervariasi, dengan kecenderungan pada kategori sedang sebesar 46,6%. Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku phubbing cukup umum terjadi pada mahasiswa, meskipun belum berada pada tingkat yang tinggi.

Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kecemasan sosial dan perilaku *phubbing* dalam taraf yang tidak terlalu tinggi, namun juga tidak rendah. Hal ini menandakan bahwa individu pada tahap dewasa awal terkadang masih merasakan kekhawatiran terhadap evaluasi negatif dari orang lain, namun kecemasan tersebut biasanya hanya muncul pada situasi sosial tertentu atau bersifat sementara, serta individu tetap mampu beradaptasi dengan baik dalam situasi baru meskipun pada awalnya terdapat sedikit rasa cemas. Kondisi ini terjadi karena pada masa dewasa awal individu telah mampu mengembangkan kemampuan sosial-emosionalnya, sehingga tidak lagi merasa takut atau cemas secara berlebihan dalam memperluas hubungan sosialnya

Kecenderungan kategori sedang pada variabel *social anxiety* menunjukkan bahwa mahasiswa masih memiliki kemampuan untuk berinteraksi secara sosial, meskipun dalam kondisi tertentu mereka tetap merasakan kecemasan, seperti takut dinilai atau kurang percaya diri. Hal ini sesuai dengan teori dari La Greca dan Lopez dalam Indah dkk yang menjelaskan bahwa kecemasan sosial pada remaja dan dewasa awal berkaitan dengan kekhawatiran terhadap penilaian negatif dari orang lain, yang dapat memengaruhi kualitas interaksi sosial individu.

Perilaku *phubbing* yang juga berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa penggunaan smartphone dalam interaksi sosial sudah menjadi kebiasaan yang cukup umum di kalangan mahasiswa. Menurut Karadag dkk, *phubbing* merupakan perilaku mengabaikan orang lain dalam interaksi sosial karena lebih fokus pada smartphone, yang dipengaruhi oleh tingginya ketergantungan terhadap teknologi dan media sosial. Kondisi ini mencerminkan bahwa perkembangan teknologi turut membentuk pola interaksi sosial mahasiswa saat ini.

Variasi tingkat *social anxiety* dan *phubbing* pada mahasiswa dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik individu serta lingkungan sosial, seperti kontrol diri, intensitas penggunaan media sosial, dan kualitas hubungan interpersonal. Sejalan dengan itu, Caplan dalam Reza dan Zulmi menyatakan bahwa penggunaan internet yang berlebihan berkaitan dengan kesulitan dalam interaksi sosial secara langsung. Kondisi ini juga berkaitan dengan konsep *problematic internet use*, yaitu penggunaan internet secara berlebihan yang dapat mengganggu fungsi sosial, akademik, dan psikologis individu. Individu dengan *problematic internet use* cenderung mengalami kesulitan dalam mengontrol waktu penggunaan, merasa cemas ketika tidak online, serta menggunakan internet sebagai sarana untuk menghindari masalah, sehingga menimbulkan ketergantungan terhadap aktivitas daring. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa *problematic internet use* memiliki hubungan positif dengan *social anxiety* Dengan demikian, meskipun kedua variabel dalam penelitian ini berada pada kategori sedang, kondisi tersebut tetap perlu diperhatikan karena berpotensi meningkat dan berdampak pada kehidupan sosial mahasiswa.

Berdasarkan hasil analisis uji korelasi yang dilakukan menggunakan teknik *Spearman's rho*, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *Social Anxiety* sebagai variabel independen dengan *Phubbing* sebagai variabel dependen. Pemilihan teknik *Spearman* dilakukan karena data penelitian tidak memenuhi asumsi dasar, sehingga analisis nonparametrik dianggap lebih tepat digunakan. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,660 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *Social Anxiety* dengan *Phubbing*. Nilai koefisien korelasi tersebut berada pada kategori kuat, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel memiliki derajat keeratan

yang tinggi. Secara substantif, hasil ini dapat diinterpretasikan bahwa semakin tinggi tingkat *Social Anxiety* yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecenderungan individu tersebut untuk melakukan *Phubbing*. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *Social Anxiety*, maka kecenderungan perilaku *phubbing* juga cenderung menurun. Hubungan positif ini mencerminkan adanya keterkaitan antara kondisi psikologis individu dengan pola interaksi sosial yang ditunjukkan dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun demikian, koefisien korelasi yang diperoleh tidak menunjukkan hubungan yang bersifat deterministik. Hal ini berarti bahwa *Social Anxiety* bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi perilaku *phubbing*. Masih terdapat variabel lain yang berpotensi memberikan kontribusi, seperti intensitas penggunaan *smartphone*, kontrol diri, lingkungan sosial, serta faktor kebiasaan individu dalam berinteraksi.

Dalam penelitian ini digunakan Teori *Self-Presentation* yang dikemukakan oleh Leary, yang menyatakan bahwa individu secara aktif berusaha mengatur cara mereka menampilkan diri di hadapan orang lain guna memperoleh penerimaan sosial dan menghindari penilaian negatif Ketika individu merasa tidak mampu menampilkan citra diri yang positif, maka akan muncul kecemasan sosial yang ditandai dengan perasaan takut dan kecenderungan menghindari situasi sosial. Temuan ini juga sejalan dengan perspektif psikologi sosial dan kognitif yang menunjukkan bahwa individu dengan tingkat kecemasan sosial yang tinggi cenderung menghindari interaksi tatap muka dan lebih memilih interaksi tidak langsung melalui media digital.[37] Penggunaan *smartphone* dapat menjadi sarana pelarian (*coping mechanism*) bagi individu yang mengalami ketidaknyamanan dalam situasi sosial, sehingga meningkatkan kecenderungan perilaku *phubbing*.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa *phubbing* memiliki hubungan positif dengan kecemasan sosial, yang berarti semakin tinggi tingkat kecemasan sosial individu, maka semakin tinggi pula kecenderungan untuk melakukan *phubbing*. Hal ini dapat terjadi karena individu dengan kecemasan sosial cenderung merasa tidak nyaman dalam interaksi tatap muka, sehingga lebih memilih mengalihkan perhatian pada perangkat digital sebagai bentuk penghindaran. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lena Marianti, Manah Rasmanah, dan Muhammad Vikry Ramadhan yang menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan sosial melalui konseling kelompok dengan teknik modeling dapat meningkatkan social concern mahasiswa secara signifikan. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan individu dalam membangun kepedulian dan keterlibatan sosial memiliki peran penting dalam mengurangi hambatan interaksi sosial yang berkaitan dengan kecemasan sosial. Dengan demikian, temuan-temuan tersebut mendukung asumsi bahwa social anxiety merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan munculnya perilaku phubbing pada mahasiswa, termasuk pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang Di sisi lain, penelitian tersebut juga menemukan bahwa *phubbing* berhubungan negatif dengan keterampilan *coping*, serta keterampilan *coping* berhubungan negatif dengan kecemasan sosial. Artinya, individu yang memiliki kemampuan *coping* yang baik cenderung lebih mampu mengelola kecemasan sosialnya, sehingga tidak terlalu bergantung pada ponsel sebagai bentuk pelarian dalam situasi sosial.

Dengan demikian, temuan dalam penelitian ini memperkuat hasil penelitian sebelumnya bahwa *social anxiety* merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan munculnya *phubbing* pada mahasiswa. Namun demikian, *social anxiety* bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi, karena terdapat variabel lain seperti keterampilan *coping* dan kemungkinan faktor psikologis maupun sosial lainnya yang turut berperan dalam membentuk perilaku tersebut.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Social Anxiety* dengan *Phubbing* pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tingkat *Social Anxiety* mahasiswa cenderung berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 52,9%, sedangkan tingkat *Phubbing* juga cenderung berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 46,6%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kecemasan sosial dan perilaku phubbing yang cukup moderat. Hasil uji korelasi menggunakan Spearman's rho menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,660 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara Social Anxiety dengan Phubbing pada mahasiswa Fakultas

Dakwah dan Komunikasi UIN Raden Fatah Palembang. Tingkat hubungan antara kedua variabel berada pada kategori kuat, yang berarti semakin tinggi tingkat Social Anxiety yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecenderungan perilaku Phubbing. Sebaliknya, semakin rendah tingkat Social Anxiety, maka kecenderungan perilaku Phubbing juga akan semakin rendah. Dengan demikian, hipotesis alternatif (Ha) dalam penelitian ini diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak. Temuan ini menunjukkan bahwa Social Anxiety merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan munculnya perilaku Phubbing pada mahasiswa, meskipun terdapat faktor-faktor lain yang juga dapat memengaruhi perilaku tersebut.

REFERENCES

Alquran dan terjemah (QS An-Nisa : 63)

Anugrah, R., & Yusra, Z. Kontribusi Problematic Internet Use terhadap Social Anxiety pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial. In *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series* (Vol. 9, No. 1).

Venugopal, A., & Fenn, J. (2021). Social anxiety, coping and phubbing among young adults. *The International Journal of Indian Psychology*, *9*(3), 2349-3429. DOI: 10.25215/0903.206

Marianti.L, Rasmanah.M, dan Vikry M.R, "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Social Concern Komunitas Generasi Cahaya Pintar", *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam* 5, no. 1 (2024): 294.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). *Jumlah pengguna internet Indonesia tembus 221 juta orang*. APJII. https://apjii.or.id diakses pada 3 Desember 2025

Azwar, S. (2012). Penyusunan skala psikologi edisi 2. Pustaka pelajar.

Badan Pusat Statistik (BPS). Statistik Telekomunikasi Indonesia 2024. https:
//www.bps.go.id/id/publication/2025/08/29/beaa2be400eda6ce6c636ef8/statistik-telekomunikasi-indonesia-2024.html. Diakses pada 3 Desember 2025

Barbed-Castrejón, N., Navaridas-Nalda, F., Mason, O., & Ortuño-Sierra, J. (2024). Prevalence of phubbing behaviour in school and university students in Spain. *Frontiers in Psychology, 15*, Article 1396863. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1396863

Bulut, S. and Nazir, T. (2020) Phubbing Phenomenon: A Wild Fire, Which Invades Our Social Communication and Life.

Open *Journal of Medical Psychology*, 9, 1-6. https://doi.org/10.4236/ojmp.2020.91001

Caplan, S. E. (2007). Relations among loneliness, social anxiety, and problematic Internet use. *CyberPsychology & behavior*, *10*(2), 234-242.

Elfariani, I., & Anastasya, Y. A. (2022). Regulasi diri dan kecemasan sosial pada remaja. *Jurnal Psikologi Terapan*, *5*(1), 57-67.

Farkhah, L., Saptyani, P. M., & Syamsiah, R. I. (2023). Dampak perilaku phubbing: literatur review. *Jurnal keperawatan komplementer holistic*, *1*(2), 1-18.

Firmansyah, F., Abubakar, A., & Yusuf, M. (2023). Membangun kehidupan beragam: Tafsir tahlili terhadap Surah Al-Hujurat ayat 13. *Al-Mubarak: Jurnal Kajian Al-Qur'an & Tafsir, 8*(2), 47-60. https://doi.org/10.47435/al-mubarak.v7i1

Fitri, N. D., & Hasmira, M. H. (2024). Phubbing dalam Interaksi Sosial di Lingkungan Mahasiswa UNP. *Jurnal Perspektif*, *7*(1), 162-171.

Handayani, T., & Lestari, P. (2025). Pengaruh Kompetensi Komunikasi Hati dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *KOMUNIKATIF: Jurnal Ilmiah Komunikasi*, *14*(1), 16-31. DOI: 10.33508/jk.v14i1.7359

Kaltsum, N. M., Zubair, A. G. H., & Gismin, S. S. (2025). Peran Shyness dalam Memicu Social Anxiety pada Dewasa Awal di Makassar: Studi Kuantitatif. *Jurnal Psikologi Karakter*, *5*(2), 697-706.

Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... & 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.

Khasanah, A. N., Fitriani, R. L., Permatawati, S., Azizah, S. N., Muslikah, M., & Mahfud, A. (2024). *Phubbing sebagai tantangan etika komunikasi: Dampaknya terhadap kesejahteraan emosional dalam hubungan personal*. Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi, 2(4), 363–372. https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.834

Leary, M. R. (1995). *Self-presentation: Impression management and interpersonal behavior*. Boulder, CO: Westview Press. Marianti.L, Rasmanah.M, dan Vikry M.R, "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk

Meningkatkan Social Concern Komunitas Generasi Cahaya Pintar", *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam* 5, no. 1 (2024): 294.

Pasaribu, S. B., Herawati, A., Utomo, K. W., & Aji, R. H. S. (2022). Metodologi penelitian: Untuk ekonomi dan bisnis. (A. Muhaimin, Ed.). Media Edu Pustaka.

Patandung, H., Wulandari, R., & Lesmana, A. (2025). Pengaruh Modal Sendiri, Modal Pinjaman Terhadap Rentabilitas Modal Sendiri Pada Koperasi Pegawai Republik Indonesia Pemerintah Kota Sukabumi. *Jurnal Ekonomak*, *11*(3), 11-24.

Priyanka, R. H. (2022). *Profil Kecemasan Sosial Pada Remaja Akhir Dan Implikasinya Bagi Bimbingan Dan Konseling: Studi Deskriptif di SMA Negeri 2 Cirebon Tahun Ajaran 2022/2023* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).

Purnamasari, Y., & Widyastuti, D. A. (2023). Profil phubbing pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *Prosiding Seminar Antarbangsa "Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius"* (hlm. 1432). Universitas Ahmad Dahlan.

QS. Al-Hujurat : 13

Rahmatulloh, R., Nasir, M., & Armuza, M. (2022). Konsep Ta'aruf Berbasis Pendidikan Multikultural Perspektif Ibnu Katsir Dalam Surat Al-Hujurat Ayat 13. *Journal Multicultural of Islamic Education*, *6*(1), 80-90.

Razali, G., Pohan, H. D., & Putri, S. T. (2024). Psikologi Komunikasi dan Perkembangan Manusia. *Geo Design Eduka Publisher*, 250-250.

Sahir, S. H. (2021). Metodologi penelitian. (T. Koryati, Ed.). KBM Indonesia.

Saniatuzzulfa, R., & Nurani, G. A. (2024). *Interpersonal communication anxiety as a mediator of the relationship between self-control and phubbing behavior in college students*. *Jurnal ASPIKOM, 9*(1), 75–88. https://doi.org/10.24329/aspikom.v9i1.1475 Shofwan, I., & Munib, A. (2023). Pendidikan Karakter Sosial Qur'ani: Studi Tafsir Surat Al-Hujurat Ayat 11-13. *Intelektual:*

Jurnal Pendidikan dan Studi Keislaman, *13*(1), 72-84.

Şimşek, Ö., & Başaran, B. (2025). A manual three-step latent profile analysis to discover phubbing risk profiles among university students. *Frontiers in Psychology, 16*, Article 1510585. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1510585

Sun, Juhyung, and Jennifer A. Samp. (2022) *Phubbing Is Happening to You': Examining Predictors and Effects of Phubbing Behaviour in Friendships*. Behaviour and Information Technology 41, no. 12 : 2691–2704. https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1943711.

Tjøstheim, D., Otneim, H., & Støve, B. (2022). Statistical dependence: Beyond Pearson's ϱ. *Statistical science*, *37*(1), 90-109.

Turner, J. W., & Foss, S. K. (2018). Options for the construction of attentional social presence in a digitally enhanced multicommunicative environment. *Communication Theory, 28*(1), 22–45. https://doi.org/10.1093/ct/qty002

Venugopal, A., & Fenn, J. (2021). Social anxiety, coping and phubbing among young adults. *The International Journal of Indian Psychology*, *9*(3), 2349-3429. DOI: 10.25215/0903.206

Widhiarso, W. (2010). Catatan pada uji linieritas hubungan. *Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.*

Youarti, I. E., & Hidayah, N. (2018). Perilaku phubbing sebagai karakter remaja generasi Z. *Jurnal Fokus Konseling*, *4*(1), 143-152.