

**PENGARUH *PHUBBING* DAN KONTROL DIRI TERHADAP INTERAKSI SOSIAL
PADA GENERASI Z KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Universitas Islam Negeri Walisongo
Semarang Untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Strata Satu (S1) Psikologi
(S.Psi)



Ditulis Oleh:

ZULFIKAR RISQI N

NIM : 1807016126

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

2022

PENGESAHAN



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**

Jl. Prof DR HAMKA (Kampus III) Ngaliyan Telp/Fax (024) 7601291, 7624691 Semarang

PENGESAHAN


Nama : Zulfikar Risqi Noermartanto
NIM : 1807016126
Judul : **Pengaruh *Phubbing* dan Kontrol Diri Terhadap Interaksi Sosial
Generasi Z Kota Semarang**

Telah diujikan oleh dewan penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan, serta dinyatakan telah lulus dengan predikat cumlaude/baik/cukup pada tanggal 10 Oktober 2022 dan dapat diterima sebagai pelengkap ujian akhir untuk memperoleh gelar sarjana (Strata satu/S1) pada Ilmu Psikologi.

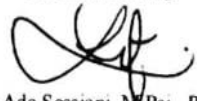
Semarang 10 Oktober 2022

Dewan Penguji


Ketua Sidang


Wening Wihartani S.Psi., M.Psi.
NIP. 197711022006042002

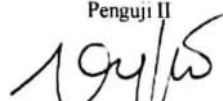
Sekretaris Sidang


Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP. 1989512022019032010

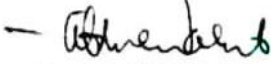
Penguji I


Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si.
NIP. 197304271996031001


Penguji II


Nadya Ariyani Hasanah Nuriyanti, M.Psi., Psikolog
NIP. 199201172019032019

Pembimbing I


Dr. H. Abdul Wahib, M.Ag.
NIP. 196006151991031004

Pembimbing II


Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP. 1989512022019032010

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Zulfikar Risqi Noermartanto

NIM : 1807016126

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

Pengaruh *Phubbing* dan Kontrol Diri Terhadap Interaksi Sosial Generasi Z Kota Semarang

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 22 September 2022

Pembuat Pernyataan,



Zulfikar Risqi Noermartanto

NIM: 1807016126

PERSETUJUAN PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsidengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH *PHUBBING* DAN KONTROL DIRI TERHADAP
INTERAKSI SOSIAL GENERASI Z KOTA SEMARANG
Nama : Zulfikar Risqi Noermartato
NIM : 1807016126
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,

Dr. H. Abdul Wahib, M. Ag
NIP. 196006151991031004

Semarang, 20 September 2022
Yang bersangkutan

Zulfikar Risqi Noermartanto
1807016126



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl Prof Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu 'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsidengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH *PHUBBING* DAN KONTROL DIRI TERHADAP
INTERAKSI SOSIAL GENERASI Z KOTA SEMARANG

Nama : Zufikar Risqi Noermartanto

NIM : 1807016126

Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu 'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog
NIP 1989512022019032010

Semarang, 20 September 2022
Yang bersangkutan

Zufikar Risqi Noermartanto
1807016126

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil ‘alamin, pertama penulis panjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat, karunia dan hidayah Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Tak lupa sholawat dan salam kita junjungkan kepada Rasulullah SAW, yang insyaAllah kita akan mendapat syafa’atnya di yaumul akhir nanti. Aamiin ya robbal’alamin.

Skripsi dengan judul “Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying* Pada Siswa SMP Negeri 23 Semarang”, disusun guna memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tidak hanya dari usaha dan jerih payah sendiri melainkan mendapat bantuan, bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini hingga selesai. Dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun material baik langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Secara khusus saya sampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Imam Taufiq, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
2. Prof. Dr. Syamsul Ma’arif, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Dr. H. Abdul Wahib, M.Ag, selaku Dosen Pembimbing pertama yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta mengarahkan penulis hingga skripsi ini selesai.
4. Ibu Lucky Ade Sessiani, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing kedua sekaligus Dosen Wali yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta mengarahkan penulis hingga skripsi ini selesai

5. Seluruh Dosen dan staff Fakultas Psikologi dan Kesehatan yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan pengalaman selama mengikuti perkuliahan.
6. Remaja generasi Z Kota Semarang yang telah berkenan untuk menjadi responden penelitian.
7. Kedua orang tua, Bapak Andi Noermartanto dan Ibu Istianah yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, dukungan, serta doa untuk penulis supaya segera menyelesaikan pendidikan di bangku perkuliahan,
8. Semua pihak yang penulis tidak dapat sebutkan namanya satu persatu yangtelah membantu penulis dalam penyusunan skripsi hingga selesai.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Karena itu, penulis mohon saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaannya dan semoga bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Semarang, 22

September 2022

Penulis,



Zulfikar Risqi

Noermartanto

NIM: 1807016126

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil 'alamin, atas berkat rahmat, karunia dan hidayah Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang penulis persembahkan kepada:

1. Almamater Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
2. Kedua orang tua tercinta, Bapak Andi Noermartanto dan Ibu Istianah yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, dukungan, serta doa untuk penulis supaya segera menyelesaikan pendidikan di bangku perkuliahan,
3. Adik penulis, Istiqomah Regiana Noermartanto yang telah mendukung, dan memberi saran kepada penulis.
4. Partner *special* penulis, Fina Nurin Nada yang mau menghibur, memberikan saran dan memberikan semangat dalam kondisi tertentu.
5. Teman-teman seperjuangan angkatan 2018 Fakultas Psikologi dan Kesehatan, khususnya teman-teman Psikologi C yang telah menemani, menghibur, dan memberi motivasi.
6. Sahabat-sahabat penulis, Desi Trilana Sari, Nadia Putri Anggraini, dan Nurul Husna Auliya, dukungan dan ide saat proses pembuatan skripsi.

Penulis ucapkan banyak terima kasih dan semoga kita senantiasa dalam lindungan Allah SWT. Aamiin

MOTTO

Mulai dari langkah kecil menuju mimpi-mimpi yang besar.

DAFTAR ISI

PENGESAHAN	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iii
KATA PENGANTAR	v
PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
A. Interaksi Sosial	13
1. Pengertian Interaksi Sosial	13
1. Aspek – Aspek Interaksi Sosial.....	13
2. Syarat-syarat Interaksi Sosial	15
3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Interaksi Sosial	15
4. Interaksi Sosial dalam Perspektif Islam	18
B. <i>Phubbing</i>	20
1. Pengertian <i>Phubbing</i>	20
2. Aspek – Aspek <i>Phubbing</i>	20
3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi <i>Phubbing</i>	21
4. Dampak <i>Phubbing</i>	22
5. <i>Phubbing</i> dalam Perspektif Islam.....	23

C.	Kontrol Diri	25
1.	Pengertian Kontrol Diri	25
2.	Aspek – Aspek Kontrol Diri.....	26
3.	Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	28
4.	Kontrol Diri dalam Perpektif Islam.....	29
D.	Peran Antara <i>Phubbing</i> dan Kontrol Diri dengan Interaksi Sosial	30
E.	Skema Peran Antara <i>Phubbing</i> dan Kontrol Diri dengan Interaksi Sosial pada Generasi Z Kota Semarang	31
F.	Hipotesis	32
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN.....	33
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	33
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	33
C.	Tempat dan Waktu Penelitian	35
D.	Sumber dan Jenis Data	35
E.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	35
F.	Teknik Pengumpulan Data	37
G.	Validitas dan Reliabilitas.....	40
H.	Teknik Analisis Data	42
I.	Hasil Uji Coba Skala	43
1.	Validitas skala	43
2.	Reliabilitas skala.....	45
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A.	Hasil Penelitian.....	47
1.	Pelaksanaan penelitian	47
2.	Deskripsi subjek penelitian	47
3.	Deskripsi data penelitian	49
B.	Hasil Analisis Data	51
1.	Uji Asumsi.....	51

2. Uji Hipotesis.....	55
3. Pembahasan Hasil Penelitian.....	58
BAB V PENUTUP.....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Keterbatasan penelitian	63
C. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	1
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	21

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kriteria skor penilaian skala	38
Tabel 3.2	Blue Print Skala Interaksi Sosial	38
Tabel 3.3	Blue Print Skala <i>Phubbing</i>	39
Tabel 3.4	Blue Print Skala Kontrol Diri	40
Tabel 3.5	<i>Blue print</i> skala Interaksi Sosial setelah dilakukan uji coba.....	44
Tabel 3.6	<i>Blue print</i> skala <i>Phubbing</i> setelah dilakukan uji coba.....	45
Tabel 3.7	<i>Blue print</i> skala Kontrol Diri setelah dilakukan uji coba.....	45
Tabel 3.8	Reliabilitas skala Interaksi Sosial	46
Tabel 3.9	Reliabilitas skala <i>Phubbing</i>	46
Tabel 3.10	Reliabilitas skala Kontrol Diri	46
Tabel 4.1	Jenis Kelamin	47
Tabel 4.2	Usia.....	48
Tabel 4.3	Rata-rata Penggunaan <i>Smartphone</i> harian.....	48
Tabel 4.4	Deskripsi Data Variabel Penelitian.....	49
Tabel 4.5	Kategorisasi Interaksi Sosial.....	50
Tabel 4.6	Kategorisasi <i>Phubbing</i>	50
Tabel 4.7	Kategorisasi Kontrol Diri	51
Tabel 4.8	Uji Normalitas Interaksi Sosial, <i>Phubbing</i> , dan Kontrol Diri.....	52
Tabel 4.9	Uji Linieritas <i>Phubbing</i> dan Interaksi Sosial.....	53
Tabel 4.10	Uji Linieritas Interaksi Sosial dan Kontrol Diri	53
Tabel 4.11	Uji Multikolinieritas <i>Pubbing</i> dan Kontrol Diri	54
Tabel 4.12	Hasil Uji Regresi Linier Berganda	55
Tabel 4.13	Hasil Uji T (Parsial).....	56
Tabel 4.14	Hasil Uji F (Simultan)	57
Tabel 4.15	Hasil Koefisien Determinasi.....	57

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *phubbing* dan kontrol diri terhadap interaksi sosial generasi Z kota Semarang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Cara pengambilan sampel menggunakan teknik *non-probability sampling*, yaitu prosedur pengambilan sampel yang tidak memberikan setiap anggota populasi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Lalu jenis sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pendekatan pengambilan sampel yang memperhitungkan faktor-faktor tertentu. Subjek penelitian berjumlah 100 remaja dengan rentan usia 17-24 tahun, Sedangkan analisis datanya menggunakan aplikasi SPSS *Statistic* 23. Teknik analisis data menggunakan uji regresi linier berganda. Hasil penelitian ini adalah: 1) *Phubbing* tidak berpengaruh terhadap interaksi sosial. 2) Kontrol diri berpengaruh positif terhadap interaksi sosial. 3) *Phubbing* dan kontrol diri secara simultan berpengaruh terhadap interaksi sosial. Variabel *phubbing* dan kontrol diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap interaksi sosial pada generasi Z kota Semarang dengan perolehan perbandingan $F_{hitung} 11,485 > F_{tabel} 3,09$ dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Variabel *phubbing* dan kontrol diri memiliki pengaruh sebesar 17,5% terhadap variabel interaksi sosial, dan sisanya 82,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci: Interaksi Sosial, *Phubbing*, dan Kontrol Diri

ABSTRACT

This study aims to empirically examine the effect of phubbing and self-control on the social interactions of generation Z in Semarang. This study uses a quantitative approach. The sampling method uses a non-probability sampling technique, which is a sampling procedure that does not give every member of the population the same opportunity to be selected as a sample. Then the type of sampling used is purposive sampling, which is a sampling approach that takes into account certain factors. The research subjects were 100 teenagers with a vulnerable age of 17-24 years, while the data analysis used the SPSS Statistic 23 application. The data analysis technique used multiple linear regression tests. The results of this study are: 1) Phubbing has no effect on social interaction. 2) Self-control has a positive effect on social interaction. 3) Phubbing and self-control simultaneously affect social interaction. Simultaneous phubbing and self-control variables have a significant effect on social interaction in generation Z in the city of Semarang with a comparison of $F_{count} 11.485 > F_{table} 3.09$ and a significance value of $0.000 < 0.05$. The phubbing and self-control variables have an influence of 17.5% on the social interaction variable, and the remaining 82.5% is influenced by other variables not examined.

Keyword : Social Interaction, *Phubbing*, and Self-control

BAB I

PENDAHULUAN

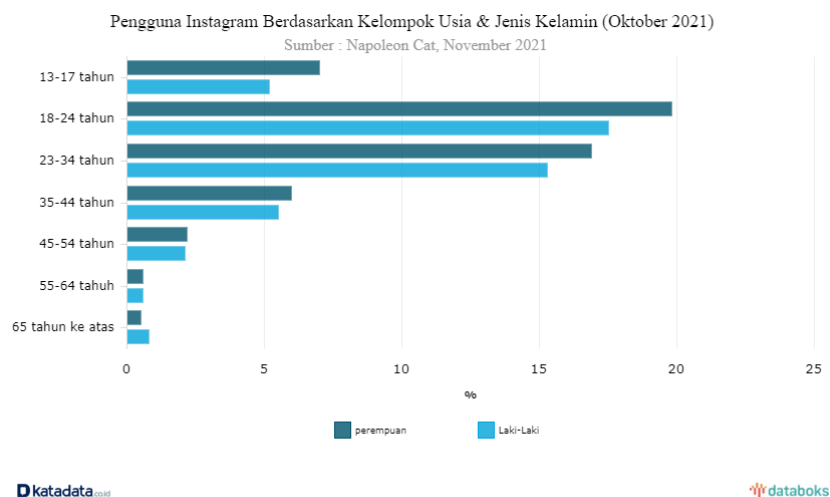
A. Latar Belakang

Sejatinya manusia merupakan makhluk sosial yang berarti manusia membutuhkan hubungan dengan manusia lain dalam kehidupannya. Interaksi sosial merupakan langkah pertama yang dilakukan manusia dalam memulai menjalin sebuah hubungan. Menurut Ary H. Gunawan dalam (Sisrazeni 2017:442) Istilah interaksi sosial mengacu pada hubungan antara dua orang dimana satu orang dapat mempengaruhi orang lain dan sebaliknya, yang berarti hubungan timbal balik atau koneksi orang antara individu dengan individu, individu dengan kelompok, atau kelompok dengan kelompok. Interaksi sosial dapat terjadi dalam 2 jenis, yaitu interaksi positif dan interaksi negatif. Menurut (Safitri and Suharno 2020:102) Interaksi positif terjadi bila ada hubungan timbal balik yang saling menguntungkan. Sedangkan interaksi negatif terjadi ketika hubungan timbal balik mempengaruhi salah satu atau kedua belah pihak (bermusuhan). Perilaku individu berupa reaksi positif dan terlibat aktif dalam situasi sosial dapat mencirikan interaksi sosial positif yang tinggi, individu yang mampu menunjukkan solidaritas yang baik dengan teman, menerima dan menghargai pendapat teman, bergabung dan beradaptasi dengan kelompok, serta memberikan sikap yang baik. Penting bagi manusia untuk menjalin hubungan interaksi sosial yang positif karena memberikan pengalaman bagi manusia untuk dapat berkembang menjadi lebih baik. Interaksi sosial positif (asosiatif) diklasifikasikan menjadi tiga kategori. Pertama, kolaborasi untuk mencapai tujuan bersama yang dimotivasi oleh kepentingan pribadi, kepentingan umum, motif altruistik, dan kebutuhan situasional. Kedua, akomodasi digunakan untuk menyelesaikan masalah dan dilakukan dengan paksaan, kompromi, mediasi, konsiliasi, dan toleransi. Ketiga, asimilasi adalah jenis saling menerima dan saling toleransi terhadap keragaman (Nasdian, Tonny 2017:20).

Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi merupakan sesuatu yang tidak bisa dibendung. Teknologi memasuki banyak sekali aspek kehidupan manusia,

interaksi sosial adalah salah satu aspek yang paling banyak mendapat intervensi oleh teknologi, dapat dilihat dari hadirnya berbagai jenis gawai atau *smartphone* dan juga internet. Kehadiran *smartphone* sebagai sebuah teknologi telah merevolusi cara manusia berkomunikasi satu sama lain, ini secara tidak langsung telah mempengaruhi cara interaksi sosial pada manusia. *Smartphone* memberikan banyak keuntungan bagi manusia dibidang interaksi sosial, akses informasi yang tidak terbatas dan dalam genggamannya siapa saja menjadikan manusia sangat sulit jauh dari *smartphone*. Namun terlepas dari manfaat yang sangat nyata untuk menyatukan orang-orang, *smartphone* terkadang dapat memisahkan orang (Turkle 2011:3). Salah satu fitur dalam *smartphone* adalah kemampuan untuk mengakses media sosial, tempat dimana orang dapat melakukan interaksi sosial secara virtual. Instagram merupakan salah satu media sosial yang sedang ramai digunakan beberapa tahun ini karena banyak fitur yang di tawarkannya, menurut (Rahardjo and Mulyani 2020:30) Fitur-fitur menarik dari Instagram dapat memikat para remaja untuk terus menerus mengaksesnya dan membuat mereka kecanduan. berdasarkan riset yang dilakukan databoks.kadata.id tentang Pengguna Media Sosial Instagram Berdasarkan Kelompok Usia & Jenis Kelamin di Indonesia (Oktober 2021)

Gambar 1.1 Pengguna Instagram Berdasarkan Usia & Jenis Kelamin



Akun Napoleon Cat menunjukkan bahwa ada 91,01 triliun pengguna Instagram di Indonesia pada Oktober 2021. Tercatat sebagian besar orang yang

menggunakan Instagram di Indonesia berasal dari kelompok usia 18-24 tahun, yaitu 33,90 juta. Dalam kasus ini 19.8% pengguna adalah wanita, bagian 17.5% adalah pria. Usia 18-24 tahun adalah usia remaja generasi Z. Menurut Rosdiana and Hastutiningtyas (2020:42) orang-orang yang lahir dari tahun 1995 sampai dengan 2010 merupakan generasi Z.

Banyaknya jumlah pengguna media sosial instagram baik pria maupun wanita pada remaja merupakan cerminan akan betuk baru interaksi sosial yang terjalin karena adanya perkembangan teknologi. Dari hasil riset di atas dapat terlihat bahwa pengguna media sosial terbanyak adalah pada jenjang usia 18-24 tahun baik pria maupun wanita, diusia ini manusia mngenginjak usia remaja, jika pada jenjang pendidikan maka dapat kita lihat manusia pada usia ini biasanya berada pada SMA akhir dan jenjang kuliah. Pada usia remaja akhir ini memang manusia melakukan banyak interaksi di luar lingkungan keluarga. Remaja membutuhkan waktu interaksi dengan orang lain selain interaksi dengan interaksi keluarga yang dapat memberikan pengalaman dan peran yang cukup besar, terutama aspek interaksi dengan teman sebayanya (Raharjo 2021:2). Dari hasil wawancara yang dilaksanakan peneliti dalam rangka pra-riset untuk penelitian pada beberapa remaja yang berdomisili di Semarang berjumlah 12 orang berusia 21-23 tahun, ditemukan bahwa 11 dari mereka menggunakan *smartphone* selama kurang lebih 10-15 jam dalam sehari. Lamanya waktu yang dihabiskan oleh remaja dalam menggunakan *smartphone* setiap harinya dipengaruhi oleh kebutuhan akan interaksi, belajar, dan hiburan yang sebagian besar dilakukan dengan menggunakan *smartphone*. Dari ini dapat kita lihat bahwa perkembangan teknologi memang mempengaruhi interaksi sosial pada remaja.

Interaksi sosial seharusnya merupakan kegiatan yang dilakukan dua orang atau lebih dan terdapat timbal balik didalamnya. Muslim (2013:486) berpendapat interaksi sosial memiliki beberapa ciri yaitu; 1) Dilakukan 2 orang atau lebih; 2) Terdapat hubungan yang saling memberi *feedback* di dalamnya; 3) Selalu diawali dengan kontak sosial, baik secara langsung; 4) terdapat kejelasan maksud dan tujuan. Perilaku individu berupa reaksi positif dan terlibat aktif dalam situasi sosial dapat mencirikan interaksi sosial positif yang tinggi, individu yang mampu menunjukkan solidaritas yang baik dengan teman, menerima dan menghargai pendapat teman,

bergabung dan beradaptasi dengan kelompok, serta memberikan sikap yang baik (Chasanah and Latief 2013:6). Sering ditemui interaksi sosial yang dilakukan oleh pengguna *smartphone* tidak berlangsung seperti yang terdapat pada bentuk interaksi sosial positif meskipun mereka sedang berkumpul satu sama lain. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Musdalifah and Indriani (2017:146) menyatakan berdasarkan hasil penelitian, dapat diasumsikan bahwa intensitas penggunaan *smartphone* berdampak pada interaksi sosial secara umum. Ini menyiratkan bahwa penggunaan *smartphone* memiliki kemampuan untuk mengalihkan dunianya, sehingga mempengaruhi interaksi sosial mereka. Keadaan interaksi sosial yang seperti ini bisa saja mempengaruhi rasa simpati dan empati pada lawan bicaranya karena tidak memberikan perhatian yang cukup saat melakukan interaksi sosial.

Dari perkembangan teknologi ini muncul masalah baru pada proses interaksi sosial, kehadiran *smartphone* dan internet merupakan pemicunya. Kita dapat melihat dari beberapa bentuk interaksi yang dijalankan oleh remaja seringkali ditemui pengguna *smartphone* yang lebih asyik mengoprasikannya dari pada berinteraksi dengan orang sekitarnya. Menurut (Aditia 2021:9) keadaan saat individu lebih suka berinteraksi menggunakan *smartphone* mereka daripada berinteraksi langsung secara fisik adalah fenomena yang dapat dikatakan sebagai *phubbing*.

Kata *Phubbing* merupakan gabungan dari dua kata yaitu *phone* yang artinya ponsel dan *snubbing* yang artinya menghina. Penggunaan istilah *phubbing* disematkan pada orang yang sering menggunakan *smrtphone*/ponsel ketika sedang berinteraksi dengan orang lain. Perilaku *phubbing* terjadi ketika dalam sebuah interaksi terdapat orang yang mengacuhkan orang lain, atau lebih memilih menggunakan *smartphone* dari pada berinteraksi (Roberts and David 2016:134). Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* merupakan tindakan yang dilakukan seseorang saat berinteraksi dimana salah satu pihak lebih sibuk dengan *smartphone* miliknya dari pada fokus dengan interaksi langsung yang di jalannya.

Menurut Ridho (2019:ix) interaksi sosial pada pelaku *phubbing* sangat memungkinkan menimbulkan kontak sosial negatif karena terkikisnya rasa simpati dengan lawan bicaranya, perilaku *phubbing* pada umumnya mudah terjadi ketika

seseorang meniru, mengidentifikasi, atau mengimitasi perilaku orang-orang di sekitarnya. Vetsera & Sekarasih (2019:89) juga mengemukakan bahwa *phubbing* memberikan dampak dengan munculnya perasaan negatif, lalu rasa tidak dihargai, dan gangguan saat berkomunikasi.

Perilaku *phubbing* sangat mungkin terjadi di kalangan remaja, dimana keseharian remaja yang tidak bisa lepas dari *smartphone* menjadikan remaja sangat mampu memainkan *smartphone* dalam segala keadaan termasuk ketika sedang berinteraksi sosial. Menurut Sparks dalam (Rosdiana and Hastutiningtyas 2020:43) Saat terjadi sebuah interaksi sosial dimana salah satu orang lebih fokus memainkan *handphone* miliknya dari pada memperhatikan lawan bicaranya, maka informasi yang di terima tidak akan utuh, sehingga lawan bicaranya harus mengulang informasi yang diberikan. Berdasarkan pra-riset yang dilaksanakan oleh peneliti di kota Semarang terhadap para remaja Generasi Z, ditemukan bahwa 10 orang dari 12 orang yang menjadi informan dalam wawancara ketika diajukan pertanyaan mengenai individu pengguna *smartphone* saat sedang berinteraksi sosial menyatakan kesal dengan perilaku dimana orang lain lebih memilih menggunakan *smartphone* dari pada memperhatikan penjelasan yang sedang dilakukan responden, sedangkan yang lainnya menerima dengan sabar atau lebih memilih mengabaikannya. Dari sesi wawancara yang dilakukan peneliti dengan responden juga ditemukan dari ke 12 responden semuanya pernah melakukan pengulangan penjelasan ketika sedang berinteraksi dengan orang yang asik menggunakan *smartphone*.

Dari masalah di atas dapat terlihat bahwa perilaku *phubbing* dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman seperti kesal pada orang yang menerimanya, dan juga *phubbing* menyebabkan orang harus mengulang informasi yang diberikan karena pelaku *phubbing* terlalu sibuk dengan *smartphone* dari pada berinteraksi dengan lawan bicaranya.

Adanya perilaku *phubbing* bisa disebabkan oleh banyak faktor, mulai dari *fear of missing out* (FOMO) yang umumnya terjadi di kalangan remaja karena informasi datang sangat cepat dan silih berganti, lalu ke anekaragaman fungsi *smartphone* sebagai alat serba bisa, dan bisa juga karena adanya game online yang dapat menyita waktu dan perhatian ketika sedang dimainkan. Selain faktor-faktor

tersebut menurut Chóliz M (2012:39) terdapat beberapa faktor yg mengakibatkan kecanduan *smartphone* atau penggunaan *smartphone* yang berlebihan, beberapa diantaranya disebabkan karena kurangnya kontrol impuls pada penggunaan *smartphone* dan keinginan menghindari bentuk komunikasi yang tidak menyenangkan. Brkljačić, Šakić, and Kaliterna-Lipovčan (2018:123) melakukan penelitian pada 688 mahasiswa, dalam penelitian itu ditemukan 54% perilaku *phubbing* dilakukan oleh pria, dan 51% oleh wanita. Dari ke 2 sampel ditemukan bahwa ponsel merupakan penyebab paling besar terjadinya *phubbing*, tetapi di sampel pria selain penggunaan ponsel terdapat faktor kurangnya kontrol diri yang berperan sebagai pemantik perilaku *phubbing*. Dari keterangan di atas dapat disimpulkan bahwa lemahnya kontrol diri juga menjadikan seseorang mudah melakukan perilaku *phubbing*.

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Putri (2021:66) mengenai pengaruh perilaku *phubbing* terhadap interaksi sosial mahasiswa ditemukan terdapat pengaruh antara perilaku *phubbing* terhadap interaksi sosial sebesar 71,3% dan 28,7% merupakan faktor lain yang mempengaruhinya. Maka dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat perilaku *phubbing* yang dilakukan mahasiswa maka semakin tinggi pula pengaruh terhadap interaksi sosial.

Wawancara yang dilakukan peneliti pada 12 remaja Generasi Z yang berdomisili di kota Semarang dengan mengajukan beberapa pertanyaan tentang seberapa sering menggunakan *smartphone* dalam sehari ditemukan bahwa semuanya relatif sering menggunakan *smartphone* bahkan rata-rata lebih dari 10 jam dapat menggunakan *smartphone* setiap harinya. Remaja Generasi Z menggunakan *smartphone* mulai dari untuk mengerjakan tugas, bermain media sosial, hingga bermain game. Keseharian remaja Generasi Z yang tidak bisa lepas dari *smartphone* ini menjadikan ia tidak fokus saat melakukan interaksi sosial.

. Salah satu faktor dalam terjalannya interaksi sosial adalah imitasi. Menurut Walgito (2003:66) imitasi adalah kemauan seseorang untuk meniru orang lain. Umumnya imitasi terjadi dalam sebuah interaksi sosial sebagai bentuk adaptasi individu dalam interaksi. Pelaku *phubbing* bisa saja muncul karena imitasi yang dilakukan seseorang saat berinteraksi sosial. Pernyataan ini sejalan dengan

pernyataan Ridho (2019:36) Saat pelaku *phubbing* berinteraksi dalam kelompok, mereka sering menemui kendala, seperti saat seseorang mulai bermain gadget, individu lain mengimitasi perilaku yang ditunjukkan teman-temannya, mengidentifikasi diri sehingga mirip bermain gadget, bahkan tidak bersimpati dengan lawan bicaranya yang telah diabaikan atau terabaikan. Ditambah kondisi sekarang yang berada pada situasi pasca pandemi covid-19 menjadikan remaja Generasi Z lebih banyak menggunakan *smartphone* dari pada melakukan interaksi sosial secara langsung, ini tentunya membuat mahasiswa semakin akrab dengan *smartphone* dari pada lawan bicaranya.

Selanjutnya kontrol diri merupakan salah satu faktor yang berkaitan erat dengan perilaku individu saat terjadinya interaksi sosial. Sejalan dengan pendapat Hijriah A (2014:22) dalam penelitiannya mengungkapkan kontrol diri dan interaksi sosial memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku sosial. Dalam interaksi sosial pastinya terdapat komunikasi karena merupakan syarat dari interaksi sosial. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purnama (2018:xii) tentang hubungan kontrol diri dengan komunikasi interpersonal pada remaja pengguna *smartphone* ditemukan hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dan komunikasi interpersonal. Maka dapat disimpulkan kontrol diri berpengaruh terhadap interaksi sosial. Dari penjelasan diatas dapat diketahui orang-orang dengan kontrol diri yang baik dapat mengontrol dirinya saat melakukan interaksi sosial sehingga menimbulkan timbal balik yang baik dalam interaksi itu sendiri. Dari masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh *Phubbing* dan Kontrol Diri terhadap Interaksi sosial pada Remaja Generasi Z Kota Semarang.

B. Perumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh perilaku *phubbing* terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang?
2. Adakah pengaruh kontrol diri terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang?

3. Adakah pengaruh perilaku *phubbing* dan kontrol diri terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut, sesuai dengan konteks dan rumusan masalah yang telah diuraikan:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh perilaku *phubbing* terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang.
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh kontrol diri terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang.
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh perilaku *phubbing* dan kontrol diri terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Sebagai salah satu bahan bagi peneliti yang hendak melakukan penelitian dengan tema pembahasan mengenai masalah interaksi sosial.
 - b. Sebagai sumber tambahan literatur di bidang psikologi yang membahas mengenai kontrol diri, interaksi sosial, dan perilaku *phubbing*.
 - c. Sebagai referensi bagi mahasiswa untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan terutama dalam bidang psikologi mengenai kontrol diri, interaksi sosial, dan perilaku *phubbing*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu mengatasi kesenjangan yang dihadapi oleh remaja Generasi Z mengenai tumbuhnya bentuk perilaku *phubbing* yang disebabkan oleh perkembangan teknologi yang berdampak pada interaksi sosial yang dijalani remaja Generasi Z serta membantu meningkatkan kemampuan kontrol diri Generasi Z kota Semarang.

E. Keaslian Penelitian

Kredibilitas penelitian ini didasarkan pada penelitian-penelitian terdahulu dengan pokok permasalahan yang sama. Menghindari tema-tema yang sebanding dengan penelitian sebelumnya, baik dari tesis, jurnal, atau jenis penelitian lainnya. Sehingga, pada bagian ini, penulis akan menyajikan informasi dan mendiskusikan hubungan antara kesulitan penulis yang dibahas dalam penelitian ini dan penyelidikan sebelumnya.

Pada penelitian pertama, yaitu skripsi yang dibuat oleh Sinari Kasih Hati (2021) mahasiswa Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, dengan judul: *Hubungan Perilaku Phubbing Dengan Interaksi Sosial Pada Mahasiswa/I*. penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Lalu berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan tidak terdapat pengaruh antara perilaku *phubbing* dengan interaksi sosial. Tingkat variabel perilaku *phubbing* masuk dalam kategori sedang. Tingkat variabel interaksi sosial masuk dalam kategori sangat tinggi. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada subjek penelitian yang digunakan, jika pada penelitian terdahulu subjek terbatas pada mahasiswa maka penelitian kali ini mengambil subjek yang lebih luas yaitu generasi Z yang berda di kota Semarang. Selanjutnya penelitian terdahulu hanya membahas keterkaitan perilaku *phubbing* dengan interaksi sosial sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menambahkan variabel kontrol diri dalam penelitian terbaru.

Pada penelitian kedua, sebuah jurnal yang ditulis oleh Yanti Rosdiana & Wahidyanti Rahayu Hastutiningtyas (2020) dari Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Tribuana Tunggadewi Malang, dengan judul: *Hubungan Perilaku Phubbing Dengan Interaksi Sosial Pada Generasi Z Mahasiswa Keperawatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang*. Berdasarkan hasil dari penelitian ini ditemukan hubungan antara *Phubbing* dengan interaksi social generasi Z mahasiswa Keperawatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Hasil ini di temukan menggunakan metode observasi analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada subjek penelitian dimana penelitian tersebut menggubakan subjek penelitian mahasiswa pada sebuah fakultas sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti

menggunakan subjek yang lebih luas yaitu generasi Z yang berdomisili di kota Semarang, lalu metode penelitian yang digunakan berbeda, jika pada penelitian terdahulu menggunakan pendekatan *cross sectional* maka dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian kausal komparatif. Selanjutnya pada penelitian terdahulu hanya membahas hubungan perilaku *phubbing* dengan interaksi sosial maka pada penelitian terbaru ini peneliti menambahkan variabel kontrol diri yang menjadi pembeda signifikan dengan penelitian sebelumnya.

Pada penelitian ketiga, Nadya Nurhaliza Ramadhani Putri (2021) Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (Iain) Syekh Nurjati Cirebon, dengan judul: *Pengaruh Perilaku Phubbing terhadap Interaksi Sosial Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam di IAIN Syekh Nurjati Cirebon*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut terdapat pengaruh antara *phubbing* terhadap interaksi sosial, perilaku *phubbing* memberikan kontribusi sebesar 71,3% sementara sisanya 28,7% merupakan faktor lain yang mempengaruhinya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah penggunaa subjek penelitian dimana pda penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa bimbingan konseling IAIN Syekh Nurjati Cirebon maka dalam penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan subjek generasi Z yang berdomisili di kota Semarang, selanjutnya jika pada peneltian terdahulu hanya membahas pengaruh *phubbing* terhadap interaksi sosial maka dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti menambahkan variabe kontrol diri sehingga memiliki pembeda yang signifikan.

Pada penelitian keempat, merupakan jurnal yang ditulis oleh Kurnia, Sitasari, and Safitri (2020) dari Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul Jakarta Barat, dengan judul: *Kontrol Diri dan Perilaku Phubbing pada Remaja di Jakarta*. Berdasarkan hasil penelitian tersebut ditemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku *phubbing* pada remaja jakarta. Saat remaja memiliki kontrol diri tinggi maka remaja akan memiliki perilaku *phubbing* yang rendah dan begitu pula sebaliknya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti terletak pada metode penelitan, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti

menggunakan metode kuantitatif kausal komparatif. Selanjutnya pada penelitian ini membahas hubungan kontrol diri dan perilaku *phubbing* pada remaja jakarta sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti membahas pengaruh *phubbing* dan kontrol diri terhadap interaksi sosial pada generasi Z kota Semarang.

Pada penelitian kelima di tulis oleh Emka Farah Mumtaz (2019) dari Fakultas Psikologi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, dengan judul: *Pengaruh Adiksi Smartphone, Empati, Kontrol Diri, Dan Norma Terhadap Perilaku Phubbing Pada Mahasiswa Di Jabodetabek*. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan dari variabel adiksi *smartphone*, kontrol diri dan norma terhadap perilaku *phubbing* pada mahasiswa di JABODETABEK. Penelitian ini menggunakan 8 variabel independen namun berdasarkan hasil analisis hanya 3 yang signifikan berpengaruh pada *phubbing* yaitu adiksi *smartphone*, kontrol diri, dan norma. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada pokok pembahasan pada penelitian, jika pada pada penelitian ini membahas mengenai pengaruh adiksi *smartphone*, empati, kontrol diri, dan norma terhadap perilaku *phubbing* pada mahasiswa di Jabodetabek maka pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti membahas tentang pengaruh *phubbing* dan kontrol diri terhadap interaksi sosial pada generasi Z kota Semarang, terdapat paerbedaan pada variabel terikat dan subjek penelitian yang digunakan.

Pada penelitian keenam, ditulis oleh Binti Isrofin & Eem Munawaroh (2021), dari Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pendidikan, Universitas Negri Semarang, dengan judul: *The Effect of Smartphone Addiction and Self-Control on Phubbing Behavior*. Penelitian ini menunjukkan hasil dimana kecanduan *smartphone* berpengaruh secara signifikan terhadap perilaku *phubbing* sedangkan kontrol diri tidak terbukti menjadi prediktor perilaku *phubbing* secara langsung. Penelitian ini membahas mengenai dampak kecanduan *smartphone* dan kontrol diri terhadap perilaku *phubbing*, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti membahas tentang pengaruh *phubbing* dan kontrol diri terhadap interaksi sosial. Perbedaan terletak pada variabel terikat dimana peneliti menggunakan variabel terikat interaksi sosial sedangkan penelitian ini menggunakan variabel terikan *phubbing behavior*.

Selanjutnya penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan metode kuantitatif kausal komparatif.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Interaksi Sosial

1. Pengertian Interaksi Sosial

Menurut Muslim (2013:485) interaksi sosial adalah hubungan yang terjadi antara manusia dengan manusia yang lain, baik secara individu maupun dengan kelompok. Menurut Gerungan (2004:63) hubungan antar individu yang selalu menghasilkan timbal balik adalah interaksi sosial.

Lalu menurut Ridho (2019:8) Interaksi sosial dapat diartikan sebagai hubungan-hubungan sosial yang dinamis. Hubungan sosial yang dimaksud dapat berupa hubungan antara individu yang satu dengan individu lainnya, antara kelompok yang satu dengan kelompok lainnya, maupun antara kelompok dengan individu. Dalam interaksi juga terdapat simbol, di mana simbol diartikan sebagai sesuatu yang nilai atau maknanya diberikan kepadanya oleh mereka yang menggunakannya. Menurut (Safitri and Suharno 2020:102) Interaksi positif terjadi bila ada hubungan timbal balik yang saling menguntungkan.

Dari pernyataan para tokoh diatas maka dapat di simpulkan bahwa interaksi sosial adalah hubungan antar individu atau antar kelompok yang memberikan timbal balik satu sama lain bagi pihak-pihak yang melakukan interaksi.

1. Aspek – Aspek Interaksi Sosial

Aspek –aspek interaksi sosial menurut Bales (dalam Santoso 2010:180) yaitu :

- a. Situasi, yakni suasana di mana proses interaksi sosial itu berlangsung dan masing-masing individu menunjukkan tingkah lakunya. Misalnya : situasi kelompok belajar.
- b. Aksi / interaksi, yakni suatu tingkah laku dari individu yang tampak dan merupakan pernyataan kepribadian individu-individu tersebut. Saat proses interaksi sosial berlangsung, maka ada aksi juga interaksi sebab aksi / interaksi selalu menghubungkan individu dengan individu lain yang terlibat dalam proses interaksi sosial. Misalnya, si A berbicara dan si B menjawab.

G.C. Homans (dalam Santoso 2010:183) mengemukakan aspek- aspek interaksi sosial adalah sebagai berikut :

- a. Motif / tujuan yang sama
Sebuah kelompok tidak berdiri dalam waktu yang singkat, melainkan membutuhkan motif atau tujuan bersama untuk terbentuk.
- b. Suasana emosional yang sama
Setiap anggota kelompok memiliki keadaan emosi yang sama. Sentimen mengacu pada motif/tujuan kelompok dan suasana emosional yang sama..
- c. Ada aksi / interaksi
Setiap anggota kelompok memiliki hubungan yang disebut interaksi, bantuan, atau kerjasama. Setiap anggota terlibat dalam perilaku yang dikenal sebagai tindakan/aksi saat melakukan interaksi. Aktivitas setiap anggota kelompok akan menimbulkan interaksi dengan anggota kelompok lainnya, begitu pula sebaliknya, sehingga perasaan masing-masing anggota mendorong tindakan, dan sebaliknya.
- d. Proses segitiga interaksi sosial (aktivitas, interaksi, dan perasaan) kemudian membentuk bentuk piramida dimana pemimpin kelompok dipilih secara spontan dan alami serta menempati puncak piramida.
- e. Dari perspektif keseluruhan, setiap anggota kelompok akan terus-menerus menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sistem eksternal mengacu pada faktor lingkungan ini.
- f. Efek dari setiap anggota kelompok menyesuaikan diri dengan lingkungannya tanpa perilaku anggota kelompok yang konsisten. Perilaku yang konsisten ini disebut sebagai sistem internal, dan terdiri dari sentimen, pendapat, sikap, dan didikan anggota kelompok.

Berdasarkan penjelasan aspek-aspek yang dikemukakan oleh para ahli diatas maka dapat ditarik kesimpulan peneliti menggunakan aspek-aspek interaksi sosial anatra lain; 1) motif/tujuan, 2) situasi, 3) aksi/interaksi. Aspek-aspek ini dipilih karena dinilai sesuai dengan permasalahan yang diteliti oleh peneliti.

2. Syarat-syarat Interaksi Sosial

Menurut Soekanto (2002:58) aspek interaksi sosial antara lain :

a. Kontak sosial

Merupakan bentuk terjadinya hubungan sosial individu satu dengan yang lainnya. Kontak tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga simbolis, seperti senyuman atau jabat tangan. Interaksi sosial dapat menguntungkan atau merugikan. Interaksi sosial yang negatif menghasilkan konflik, sedangkan kontak sosial yang positif menghasilkan kerja sama.

b. Komunikasi

Komunikasi adalah pertukaran informasi, ide, konsep, pengetahuan, dan kegiatan sebagai penyebar, komunikator, penerima, atau komunikan. Tujuan utama dari komunikasi adalah untuk menumbuhkan saling pengertian untuk secara positif mempengaruhi keyakinan atau tindakan seseorang.

Menurut Walgito (1994:75) komunikasi merupakan proses penyampaian atau penerimaan lambang-lambang yang mengandung arti, baik berwujud informasi, pemikiran, pengetahuan, atau yang lain, dari komunikator kepada komunikan.

Sedangkan menurut Abdulsyani (2012:154) kontak sosial adalah hubungan dengan satu orang atau lebih, melalui percakapan dengan saling mengerti tentang maksud dan tujuan masing-masing dalam kehidupan masyarakat

Dari pernyataan para tokoh di atas dapat peneliti tarik kesimpulan bahwa syarat-syarat interaksi sosial dibagi menjadi dua yaitu terjadi kontak sosial dan komunikasi dalam sebuah interaksi.

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Interaksi Sosial

Menurut (Walgito 2003:66) faktor yang mempengaruhi interaksi sosial antara lain:

a. Faktor Imitasi

Faktor imitasi adalah keinginan untuk meniru orang lain. Menurut Tarde, satu-satunya yang menopang atau menopang interaksi sosial adalah imitasi. Imitasi bersifat pasif dalam kasus ini. Dalam arti imitasi tidak menyampaikan apa yang dilakukannya secara aktif.

b. Faktor Sugesti

Faktor sugesti adalah pengaruh mental, baik yang berasal dari diri sendiri maupun dari orang lain, yang sering diterima tanpa kritik dari individu yang bersangkutan.

c. Faktor Identifikasi

Faktor identifikasi adalah keinginan untuk menjadi seperti orang lain. Semua standar, nilai, sikap, dan seterusnya dalam proses identifikasi ini berasal dari orang itu sendiri, dan orang itu menerapkannya dalam tingkah laku mereka sehari-hari. Dalam perkembangan anak, misalnya, anak pertama kali mengidentifikasi diri dengan orang tuanya, segala sesuatu yang dilakukan orang tua memberikan contoh yang baik bagi anak-anaknya, tetapi setelah anak mulai sekolah, lokasi identifikasi mungkin berpindah dari orang tuanya ke gurunya atau orang lain yang dianggapnya berharga dan dihormati.

d. Faktor simpati

Karena simpati adalah sebuah sensasi, ia tidak berasal dari dasar penalaran yang logis, tetapi atas dasar emosi atau perasaan. Interaksi individu dengan orang lain, serta antipasti, menumbuhkan empati. Dengan demikian, hubungan sosial berdasarkan kasih sayang akan jauh lebih bermakna daripada interaksi yang didasarkan pada sugesti dan peniruan.

Kemudian S. Stanfeld Sargent (Dalam Santoso 2010) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi interaksi sosial ada 5, yaitu :

a. Hakikat situasi sosial

Dalam situasi sosial, interaksi sosial terjadi antar individu, antara individu dengan kelompok, dan antara kelompok dengan kelompok. Orang harus dipengaruhi oleh situasi sosial mereka dalam interaksi sosial yang melibatkan individu.

b. Kekuasaan norma-norma yang diberikan kelompok sosial

Tentu saja suatu kelompok sosial memiliki norma-norma sosial, yaitu seperangkat kebiasaan, keyakinan, sikap, dan pola perilaku yang dimiliki dan harus diajarkan oleh anggota kelompok.

c. Kecenderungan kepribadian sendiri

Dalam setiap interaksi sosial, individu akan bereaksi sesuai dengan kecenderungan kepribadiannya yang unik, dimana kepribadian telah terbentuk dan dimana kepribadian tersebut akan selalu berkembang.

d. Kecenderungan sementara individu

Kehidupan individu tidak selalu normal, namun individu mungkin menghadapi situasi sementara. Misalnya lelah, lapar, atau sakit. Perilaku individu selama interaksi sosial dapat dipengaruhi oleh situasi sementara ini. Misalnya, jika orang A lelah, meskipun dia telah menyelesaikan tugasnya, dia akan memberi tahu orang B bahwa dia belum menyelesaikannya karena orang A terlalu malas untuk mengemban tanggungjawab dari pekerjaannya.

e. Proses menghadapi dan menafsirkan suatu situasi

Dalam suatu keadaan, individu harus memahami dan menafsirkan situasi sehingga ia dapat bertindak dengan tepat. Orang A, misalnya, tidak langsung duduk sebelum diarahkan oleh profesornya ketika tiba di kediaman dosennya. Individu dituntut menanggapi dan memahami keadaan berdasarkan usia, pendidikan, dan pengalaman mereka. Tentu saja, kemampuan individu untuk menanggapi dan memahami peristiwa diubah sesuai dengan poin a, b, c, dan d di atas. Misalnya, jika orang A cukup mudah bergaul, sesampainya di kediaman dosennya, dia tidak langsung mengobrol dengan dosennya.

Berdasarkan penjelasan mengenai faktor-faktor interaksi sosial yang dikemukakan oleh beberapa tokoh di atas, peneliti menarik kesimpulan untuk menggunakan faktor-faktor interaksi sosial antara lain 1) faktor imitasi, 2) faktor sugesti, 3) faktor identifikasi, dan 4) faktor simpati.

Menurut Walgito (2003:66) imitasi adalah kemauan seseorang untuk meniru orang lain. Umumnya imitasi terjadi dalam sebuah interaksi sosial sebagai bentuk adaptasi individu dalam interaksi. Pelaku *phubbing* bisa saja muncul karena imitasi terhadap perilaku sosial yang dilakukan seseorang saat berinteraksi sosial. Pernyataan ini sejalan dengan pernyataan Ridho (2019:36) dalam penelitiannya ia mengungkapkan saat pelaku *phubbing* berinteraksi dalam kelompok, mereka sering menemui kendala, seperti saat seseorang mulai bermain gadget, individu

lain mengimitasi perilaku yang ditunjukkan teman-temannya, mengidentifikasi diri sehingga mirip bermain gadget, bahkan tidak bersimpati dengan lawan bicaranya yang telah diabaikan atau terabaikan. Kontak sosial negatif juga muncul disini karena *phubbing* atau tindakan lain yang serupa sehingga dapat menimbulkan konflik yang mengakibatkan kurangnya kontak dan komunikasi sosial.

Perilaku *phubbing* sendiri dapat terjadi karena ketidakmampuan seseorang mengontrol dirinya dalam menggunakan *smartphone*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Farah Mumtaz (2019:93) Variabel kontrol diri yang signifikan memiliki pengaruh yang negatif terhadap perilaku *phubbing*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pengendalian diri individu maka semakin rendah tingkat perilaku *phubbing* yang ditampilkan.

Dalam interaksi sosial pastinya terdapat komunikasi karena merupakan syarat dari interaksi sosial. Menurut Walgito (1994:75) komunikasi merupakan proses penyampaian atau penerimaan lambang-lambang yang mengandung arti, baik berwujud informasi, pemikiran, pengetahuan, atau yang lain, dari komunikator kepada komunikan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purnama (2018:xii) tentang hubungan kontrol diri dengan komunikasi interpersonal pada remaja pengguna *smartphone* ditemukan hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dan komunikasi interpersonal. Maka dapat disimpulkan kontrol diri berpengaruh terhadap interaksi sosial.

4. Interaksi Sosial dalam Perspektif Islam

Interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik yang terjalin antar individu, individu dengan kelompok, ataupun kelompok dengan kelompok dimana dalam interaksi tersebut terdapat simbol yang dipercaya sebagai nilai oleh individu yang menggunakannya.

Allah berfirman dalam surah Al-Hujurat ayat 13:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَىٰكُمْ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya :

“Wahai manusia! Sungguh, Kami telah 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, Mahateliti.”

Makna dari ayat tersebut yaitu bahwa manusia memang diciptakan Allah secara berbeda-beda untuk saling mengenal. Bisa dibayangkan jika seluruh manusia di muka bumi ini wajahnya sama, pasti kita akan kesulitan untuk saling mengenal. Selain itu, ayat tersebut juga menegaskan bahwa di hadapan Allah semua manusia sama, yang membedakan hanyalah ketakwaannya. Maka dari itu, kita sebagai manusia harus selalu berlomba-lomba meningkatkan iman dan takwa.

Dalam ayat ini di ajarkan bahwa manusia memang diciptakan berbeda-beda untuk saling mengenal, ini sesuai dengan pengertian interaksi sosial dimana interaksi sosial merupakan hubungan timbal balik yang terjalin antar individu satu dengan individu lainnya.

Kemudian di jelaskan dalam ayat yang lain yaitu Q.S An-Nisa:1, sebagai berikut :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ اتَّقُوا رَبَّكُمُ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ نَفْسٍ وَاحِدَةٍ وَخَلَقَ مِنْهَا زَوْجَهَا وَبَثَّ مِنْهُمَا رِجَالًا كَثِيرًا وَنِسَاءً ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ الَّذِي تَسَاءَلُونَ بِهِ وَالْأَرْحَامَ ۗ إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلَيْكُمْ رَقِيبًا

Artinya:”Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya Allah menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. Dan bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain, dan (peliharalah) hubungan silaturrahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu”

B. Phubbing

1. Pengertian Phubbing

Menurut Farah Mumtaz (2019:16) dalam lingkungan interaksi sosial dimana terjadi interaksi antar individu dan ditemui individu lain menghina dengan cara lebih memperhatikan *smartphone* miliknya dari pada berinteraksi dengan lawan bicaranya hal ini disebut perilaku *phubbing*. Lalu menurut Youarti dan Hidayah (2018:144) *Phubbing* adalah gabungan dari istilah *phone* dan *snubbing*, dan digunakan untuk mengekspresikan sikap merugikan orang lain dengan menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Saat diminta untuk berkomunikasi, seseorang dengan perilaku *phubbing* berpura-pura memperhatikan sementara pandangannya pada *smartphone* di telapak tangannya.

Sedangkan menurut Karadağ et al. (2015:60) *Phubbing* didefinisikan sebagai seseorang yang menatap *smartphone* miliknya saat berbicara dengan orang lain, asyik dengan perangkatnya, dan mengabaikan interaksi interpersonalnya. Dari keterangan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa perilaku *phubbing* adalah kegiatan dimana seseorang yang menggunakan *smartphone* miliknya saat sedang melakukan interaksi sosial lalu ia mengabaikan lawan bicaranya sehingga lawan bicaranya merasa di abaikan dan kesal.

2. Aspek – Aspek Phubbing

Berdasarkan penelitian Karadağ et al. (2015:65) hasil dari exploratory factor Analysis terdapat dua aspek *phubbing* yakni :

1. Gangguan komunikasi

Disini di jelaskan bahwa masalah komunikasi yang disebabkan oleh *smartphone* yang mengganggu percakapan tatap muka.

2. Obsesi terhadap ponsel

. Merupakan masalah yang muncul ketika ada keinginan dan dorongan yang kuat untuk menggunakan *smartphone* meskipun sedang berkumpul dan berinteraksi dengan orang lain

Dari pendapat tokoh di atas maka peneliti mengambil keputusan untuk menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Karadağ et al. (2015:65) yaitu 1)

gangguan komunikasi dan 2) obesesi terhadap ponsel. Aspek ini dipilih karena dinilai dapat mewakili aspek dalam variabel *phubbing* dan karena *phubbing* merupakan masalah baru maka referensi tentang aspek *phubbing* memang sedikit sehingga peneliti memutuskan untuk menggunakan aspek-aspek ini.

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Phubbing*

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alamudi (2019:4) terdapat 3 faktor penyebab *phubbing* yaitu :

a. Keberagaman fitur aplikasi pada *smartphone* atau gadget

Menurut temuan penelitian, keragaman fitur aplikasi pada *smartphone* atau gadget dapat menjadi penyebab rusaknya hubungan sosial antara remaja atau masyarakat, dimana remaja bersikap dingin dan tidak memperhatikan kehadiran seseorang disampingnya dan bahkan dengan sengaja mengabaikan orang lain karena mereka disibukkan dengan fitur aplikasi seperti whatsapp, facebook, twitter, dan lain sebagainya. Merasakan keragaman dan keuntungan yang disediakan oleh aplikasi pada *smartphone* atau gadget membuatnya sulit untuk melepaskan diri dari genggaman *smartphone* atau gadget.

b. Terlalu asik Chattingan

Berdasarkan hasil wawancara, informan mengabaikan pembicaraan orang lain karena sering sibuk membalas pesan individu maupun pesan grup pada aplikasi WhatsApp. Hal inilah yang membuat hubungan sosial antar informan menjadi membosankan karena ketidaksadaran dalam membuka diri dan keengganan untuk menerima informasi dari orang lain karena terlalu sibuk bercakap-cakap di ponsel atau gadget, sehingga tidak terjadi interaksi sosial yang seharusnya dilakukan oleh informan lain.

c. Terlalu asik dengan bermain game di *smartphone*

Berdasarkan hasil penelitian, informan sengaja memutuskan untuk tidak menanggapi obrolan teman karena lebih asyik bermain game di *smartphone* atau gadget, sehingga interaksi sosial keduanya tidak berkembang dengan baik dan sehat.

Sedangkan menurut Vetsera dan Sekarasih (2019:90) faktor penyebab perilaku *phubbing* antara lain :

a. Obsesi terhadap ponsel

Obsesi terhadap *smartphone* merupakan kondisi pribadi yang mengharuskan kehadiran *smartphone* secara terus-menerus ketika ada celah dalam koneksi tatap muka.

b. *Fear of Missing out (FoMo)*

FoMo adalah keadaan dimana tidak adanya telepon genggam, yang dapat menimbulkan perasaan takut kehilangan informasi terkini, serta kekhawatiran tidak dapat berkomunikasi dengan lingkungan sosial seseorang, yang berdampak pada kepuasan hidup seseorang..

c. Kecanduan game

Tidak lelah bermain game, lupa waktu dan tempat saat bermain game, menunda makan untuk menyelesaikan game yang sedang dimainkan, dan tidak bisa keluar dari game meski diinginkan, semuanya merupakan gejala kecanduan game.

Berdasarkan penjelasan oleh tokoh di atas peneliti mengambil kesimpulan faktor penyebab perilaku *phubbing* yang tumbuh di masyarakat adalah keberagaman fitur dalam *smartphone*, *fear of missing out (FOMO)*, dan kecanduan terhadap game.

4. Dampak Phubbing

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hanika (2015:50) menjelaskan Gangguan sosial seperti *phubbing* hampir pasti akan membuat lawan bicaranya merasa tidak dihargai, sehingga menyebabkan hubungan dekat antara korban *phubbing* dan phubber menjadi renggang. Selanjutnya phubber akan semakin teralienasi oleh lingkungan sosialnya, yang mengakibatkan menurunnya kepekaan terhadap lingkungan.

Selanjutnya Aditia (2021:6) menjelaskan dampak lain *phubbing* yaitu orang-orang masih lebih peduli dengan apa yang ditampilkan di media sosial daripada bagaimana mengembangkan interaksi dan hubungan yang bermakna ketika mereka berkomunikasi secara langsung tatap muka. Alhasil, meski sudah

bertemu, intensitas kerekatan mereka turun, berbanding terbalik dengan intensitas saat bertemu lewat media sosial *smartphone*. Secara umum, rata-rata penggunaan *smartphone* dalam sehari berkisar dari 5 hingga hampir 24 jam. Karena lamanya waktu, setiap individu menjadi semakin apatis terhadap hubungan sosialnya masing-masing. Ketika *phubbing* terjadi pada individu, godaan untuk membalas dengan perilaku *phubbing* tampaknya lebih mudah dilakukan daripada mencoba untuk memperbaiki hubungan dengan mengefektifkan komunikasi langsung, sehingga yang terjadi hubungan jatuh ke titik di mana degradasi sosial tidak dapat dicegah lagi.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka dapat disimpulkan dampak *phubbing* adalah perilaku individu yang cenderung lebih sering memperhatikan *smartphone* dari pada menjalin hubungan yang harmonis ketika sedang melakukan interaksi sosial kemudian mengakibatkan kerenggangan hubungan pelaku *phubbing* dengan korbannya, lalu menyebabkan ketidakpekaan terhadap lingkungan sekitar, dan lebih parahnya menyebabkan degradasi sosial.

5. *Phubbing* dalam Perspektif Islam

Phubbing adalah kegiatan dimana seseorang yang menggunakan *smartphone* miliknya saat sedang melakukan interaksi sosial lalu ia mengabaikan lawan bicaranya sehingga lawan bicaranya merasa di abaikan dan kesal.

Dalam Al Quran surah Al-Hujurat ayat 10 Allah berfirman:

إِنَّمَا الْمُؤْمِنُونَ إِخْوَةٌ فَأَصْلِحُوا بَيْنَ أَخَوَيْكُمْ وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ ء

Artinya:

"Sesungguhnya orang-orang mukmin itu bersaudara, karena itu damaikanlah antara kedua saudaramu (yang berselisih) dan bertakwalah kepada Allah agar kamu mendapat rahmat." (QS. Al-Hujurat: 10)

Surah Al-Hujurat ayat 10 menjelaskan bahwa perlunya perdamaian antara dua faksi mukmin yang bertikai Ini harus dilakukan karena orang-orang beriman adalah saudara, karena mereka satu dalam agama; Maka berdamailah antara dua

saudaramu yang berselisih atau bertikai, dan bertakwalah kepada Allah dengan menjalankan perintah-Nya, termasuk mendamaikan kedua belah pihak yang bertikai. agar kalian bisa menuai berkah persaudaraan dan kebersamaan Setelah Allah menegaskan bahwa mukmin itu bersaudara, ayat ini membahas bagaimana menjaga persaudaraan. Orang percaya, bergembiralah! Janganlah satu kelompok laki-laki mengolok-olok kelompok laki-laki lain, karena dapat dibayangkan bahwa mereka yang mengolok-olok yang diolok-olok lebih baik daripada yang mengolok-olok mereka, dan wanita tidak boleh mengolok-olok wanita lain hanya karena mereka perempuan. Diolok-olok lebih baik daripada diejek sebagai seorang wanita. Jangan saling menyalahkan dengan kata-kata, tindakan, atau gerak tubuh, dan jangan saling menyapa dengan sebutan yang menyinggung orang yang Anda sapa, karena ini akan menyakiti hatinya. Yang terburuk dari semua panggilan adalah panggilan yang mengerikan untuk iman. Panggilan paling keras bagi orang-orang yang beriman adalah ketika mereka disebut orang fasik setelah dijuluki orang-orang yang beriman. Dan barang siapa yang tidak bertobat setelah berbuat jahat, maka mereka itulah yang mencelakai diri mereka sendiri, dan Allah akan menyiksa mereka karena perbuatan mereka.

QS Al-Hujurat ayat 10 mengajarkan manusia untuk menjadi makhluk yang bisa menjaga hubungan, bahkan dapat berdamai dengan sesama. Ayat ini menjelaskan bahwa kita sesama kaum muslim harus menjaga hubungan baik satu sama lain tidak terlepas juga dengan cara memperhatikan orang lain ketika sedang berbicara. *Phubbing* yang merupakan kegiatan mengabaikan orang lain saat melakukan interaksi, ini menjadikan perilaku *phubbing* sebagai bentuk perilaku tidak menghargai orang lain, hal ini tentunya bertentangan dengan seruan yang di ajarkan oleh surat Al-Hujuran ayat 10.

Kemudian ayat lain dalam Al-Quran Menjelaskan tentang larangan menyakiti hati orang lain dimana ini menjadi salah satu kriteria *phubbing*. Ayat tersebut adalah QS. Al-Ahzab: 58

وَالَّذِينَ يُؤْذُونَ الْمُؤْمِنِينَ وَالْمُؤْمِنَاتِ بَغَيْرِ مَا كَتَبْنَا لَهُمْ فَحَدِّثْهُمْ بَأْسَهُمْ إِنَّهُم مُّبِينُونَ

“Dan orang-orang yang menyakiti orang-orang mukmin laki-laki dan perempuan tanpa kesalahan yang mereka perbuat, maka sesungguhnya mereka telah memikul kebohongan dan dosa yang nyata” (QS. Al-Ahzab: 58)

Dalam ayat tersebut menjelaskan termasuk kategori menyakiti Nabi adalah menyakiti orang-orang yang beriman. Dan karena itu, Allah menegaskan bahwa orang-orang yang menyakiti dengan menuduh, menghina, dan mengganggu orang-orang mukmin laki-laki dan perempuan, tanpa ada kesalahan berupa perbuatan buruk yang sengaja mereka perbuat (Lihat Surah al-Baqarah/2: 286), maka sungguh, mereka telah memikul kebohongan dan dosa yang nyata yang menyebabkan mereka layak menerima azab dari Allah. Dari ayat ini tidak dapat diambil kesimpulan bahwa orang mukmin yang melakukan perbuatan buruk boleh disakiti, dihina, atau diganggu.

C. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Menurut Averill dalam (Hafizah, Adriansyah, and Permatasari 2021:663) Kontrol diri digambarkan sebagai transformasi kognitif yang terdiri dari kemampuan individu untuk mengatur perilaku, menyaring informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, dan memilih arah di mana dia merasa dia harus berperilaku.

Menurut Bukhori (2012:38) Pengendalian diri dapat dianggap sebagai tindakan yang mengatur perilaku seseorang. Kontrol perilaku menunjukkan bahwa pertimbangan harus dibuat sebelum memilih bagaimana bertindak. Semakin besar intensitas pengendalian perilaku maka semakin besar pula pengendalian diri seseorang.

Sedangkan menurut Dwi Marsela and Supriatna (2019:67) kontrol diri adalah kualifikasi untuk berkomitmen pada diri sendiri dalam mengelola dan mengatur pola perilaku yang mendukung ketetapan diri yang merupakan potensi individu untuk berkembang pada proses dalam kehidupannya dan menghadapi tantangan dari lingkungan sekitarnya.

Dari pernyataan di atas dapat di simpulkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk memilah informasi, mengendalikan perilakunya

mulai dari pikiran, perasaan, hingga tindakan dan berkomitmen dengan dirinya sendiri sesuai dengan nilai yang dipercayai untuk dapat berkembang dan berproses dalam kehidupannya.

2. Aspek – Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (1973:287) terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol kepuasan (*decisional control*).

a. Kontrol perilaku (*behavior control*)

Ini adalah respons yang dapat digunakan untuk memperbaiki atau mengubah situasi yang buruk secara perlahan. Kemampuan mengontrol proses telah berkembang menjadi suatu komponen, yaitu kemampuan memodifikasi prosedur (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modification*). Kemampuan untuk mengubah jalannya peristiwa mengacu pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi siapa yang bertanggung jawab atas situasi atau peristiwa. Ketika seorang individu tidak dapat menggunakan kemampuannya sendiri, dia akan menggunakan sumber daya lain. Kapasitas pemahaman tentang bagaimana dan kapan rangsangan yang tampaknya pasif dipicu. Ada banyak strategi untuk mengurangi atau meningkatkan intensitas stimulus, termasuk memblokir atau menghindari stimulus, memasukkan tenggang waktu antara urutan stimulus secara terus menerus, menghentikan stimulus sebelum waktu berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Adalah kemampuan untuk mengintegrasikan informasi yang tidak diinginkan dalam kerangka kognitif dengan menafsirkan, menganalisis, atau menghubungkan suatu kejadian sebagai adaptasi psikologis atau pengurangan stres. Segi ini terdiri dari dua bagian: mengumpulkan informasi (informasi akuisisi) dan menyelesaikan evaluasi (penilaian). Dengan informasi tentang situasi tidak nyaman yang dimiliki individu, individu dapat mengantisipasi situasi dengan berbagai pemikiran. Membuat evaluasi

menyiratkan bahwa orang berusaha untuk menilai dan memahami situasi atau kejadian dengan berfokus pada bagian positif secara subjektif.

c. Mengontrol keputusan (*decisional control*)

Ini adalah kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau tindakan berdasarkan apa pun yang dia yakini atau setuju. Pengendalian diri dalam penilaian akan berhasil jika individu diberi kesempatan, kebebasan, atau kemampuan untuk memilih dalam berbagai kemungkinan tindakan.

Sedangkan menurut Tangney, Baumeister, dan Boone (Dalam Resalinda and Satwika 2019:3) aspek-aspek kontrol diri antara lain :

1) Disiplin diri

Disiplin diri adalah mampu berkonsentrasi pada tugas seseorang. Individu dengan disiplin diri dapat menghindari melakukan hal-hal yang akan mengganggu perhatian mereka.

2) Kehati-hatian

Seseorang yang baik biasanya memiliki kecenderungan untuk berhati-hati terhadap sesuatu hal yang ia hadapi.

3) Kebiasaan yang sehat

Merujuk pada bagaimana individu dapat mengubah pola perilaku mereka menjadi kebiasaan yang sehat dan konstruktif. Seseorang yang memiliki kecenderungan untuk berperilaku sehat akan mampu menghindari segala sesuatu yang berdampak buruk pada dirinya, sekalipun itu menyenangkan.

4) Etika kerja

Merujuk pada evaluasi seseorang terhadap regulasi diri mereka dalam etika kerja dan kapasitas untuk fokus pada tugas yang mereka selesaikan.

5) Konsistensi

Merupakan penilaian seseorang terhadap kemampuan orang tersebut untuk dapat melaksanakan strategi jangka panjang guna mencapai sebuah tujuan.

Dari penjelasan para tokoh diatas mengenai aspek-aspek kontrol diri, maka peneliti menarik kesimpulan aspek-aspek kontrol diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Aspek-aspek ini dipilih karena dinilai dapat mewakili aspek-aspek yang lain

3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Menurut Ghufron & Risnawati dalam (Dwi Marsela and Supriatna 2019:66) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi 2 (dua), yaitu :

a. Faktor Internal

Usia merupakan komponen internal yang mempengaruhi pengendalian diri. Cara orang tua menerapkan disiplin, cara mereka menanggapi kegagalan anak-anak mereka, strategi komunikasi, dan cara orang tua menunjukkan ketidaksenangan mereka (apakah penuh emosi atau menahan diri) adalah contoh bagaimana anak-anak belajar tentang diri mereka sendiri. Komunitas yang berdampak pada anak-anak berkembang bersama mereka, seperti halnya beragam pengalaman sosial yang mereka alami. Anak-anak belajar untuk merespon kekecewaan, ketidaksukaan, dan kegagalan dan mengelolanya sehingga mereka selalu memiliki kendali.

b. Faktor Eksternal

Lingkungan dan keluarga merupakan contoh faktor eksternal. Karakteristik lingkungan dan orang tua adalah contoh dari elemen pengendalian diri eksternal. Kemampuan mengatur diri sendiri ditentukan oleh orang tua. Disiplin adalah salah satu yang digunakan orang tua karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan mengendalikan perilaku pada individu. Keberadaan dapat membantu membangun pengendalian diri dan pengarahan diri, memungkinkan seseorang menjadi sumber utama untuk semua tindakan yang diambil.

Sedangkan menurut Baumeister, R. F., Smart dan Boden (1996:103) menjelaskan faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah sebagai berikut :

1) Faktor orang tua

Interaksi dengan orang tua menunjukkan bahwa orang tua mempengaruhi kontrol diri anak-anak mereka. Orang tua yang mendidik anaknya dengan keras dan otoriter akan menyebabkan anaknya kurang mampu mengatur dirinya sendiri dan kurang peka terhadap situasi yang dihadapinya. Orang tua harus mengajarkan anak-anak mereka untuk mandiri sejak usia dini,

membiarkan mereka membuat keputusan sendiri, sehingga anak-anak mereka akan memiliki kontrol diri yang lebih baik.

2) Faktor budaya

Setiap individu yang tergabung dalam suatu lingkungan akan terhubung dengan budaya pada lingkungan tersebut. Setiap lingkungan akan memiliki budaya yang berbeda dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini berdampak pada kontrol diri individu sebagai anggota masyarakat.

Dari penjelasan tentang faktor yang mempengaruhi kontrol diri pada individu yang dijelaskan oleh para ahli di atas maka peneliti menarik kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi kontrol diri dibagi menjadi 2 yaitu ada faktor internal dan faktor eksternal. Kedua faktor ini peneliti pilih karena di tinjau dari definisinya sudah mewakili faktor kontrol diri dari peneliti yang lain.

4. Kontrol Diri dalam Perpektif Islam

Menurut Alaydrus (2017:19) Dalam Islam, kontrol diri dianggap sebagai bentuk kesabaran, bahkan menempati urutan pertama di antara jenis-jenis kesabaran lainnya. Kesabaran sendiri dalam islam merupakan perilaku yang amat sering dibahas di berbagai literatur dan sangat mendarah daging dalam tiap ajaran keislaman.

Allah berfirman dalam QS Al-Araf ayat 31:

﴿يَبْنَٰى اَدَمَ خُذُوْا زِيْنَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوْا وَاشْرَبُوْا وَلَا تُسْرِفُوْا ۗ اِنَّهٗ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِيْنَ ۗ﴾

Artinya :

“Wahai anak cucu Adam! Pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.”

Ayat ini menjelaskan manusia diperbolehkan melakukan sesuatu yang ia sukai namun tidak boleh berlebih-lebihan. Dari ayat ini tersirat bahwa manusia di perintahkan untuk mengontrol dirinya saat melakukan sesuatu agar tidak berlebihan, begitu pula ketika sedang menggunakan *smartphone*. Terlalu sering

menggunakan *smartphone* bahkan ketika berinteraksi dengan orang lain dapat mengganggu proses komunikasi yang sedang dilakukan.

Kemudian terdapat hadits yang menjelaskan tentang kontrol diri yaitu : Dari Abu Hurairah RA, Rasulullah SAW bersabda “Bukanlah orang yang kuat yang menang dalam pergulatan akan tetapi orang yang kuat ialah yang mampu menahan hawa nafsunya saat marah” (HR Bukhari & Muslim)

Hadits ini mengabarkan kepada setiap manusia bahwa orang yang kuat dalam pandangan Allah bukanlah manusia yang kuat dalam pergulatan, tinju, dan berbagai ajang gulat lainnya. Namun manusia yang paling kuat menurut Allah adalah siapa saja yang mampu menjaga hawa nafsunya.

D. Peran Antara *Phubbing* dan Kontrol Diri dengan Interaksi Sosial

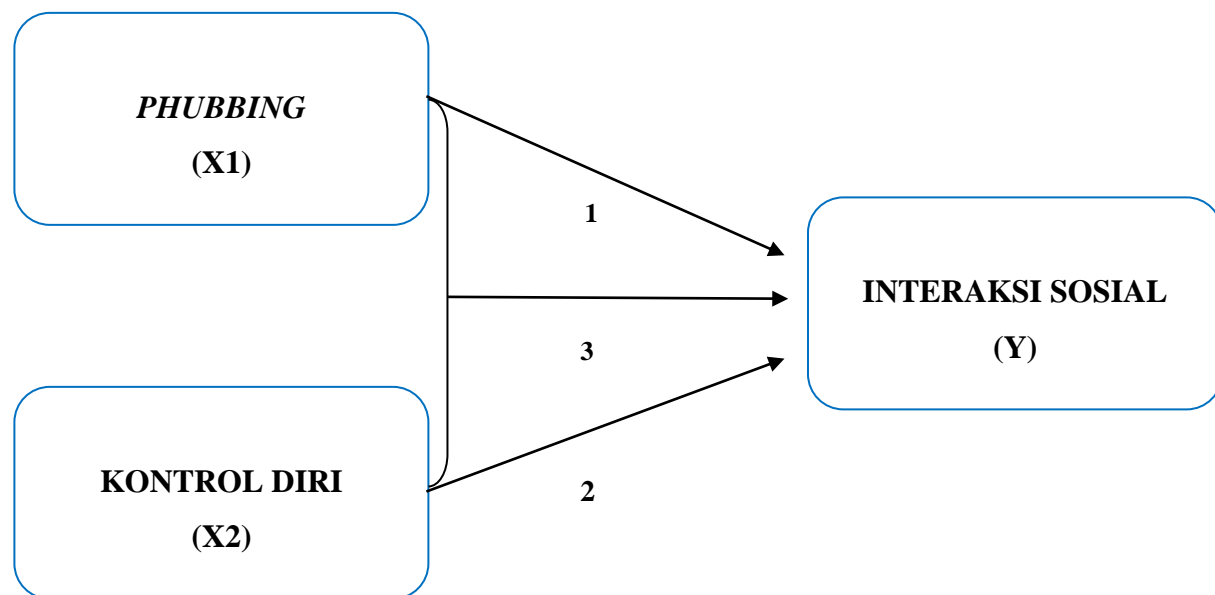
Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik antar individu yang terjalin setiap hari, interaksi sosial yang baik adalah interaksi sosial yang terdapat timbal balik di dalamnya. Salah satu faktor dalam terjalinnya interaksi sosial adalah imitasi. Menurut Walgito (2003:66) imitasi adalah kemauan seseorang untuk meniru orang lain. Umumnya imitasi terjadi dalam sebuah interaksi sosial sebagai bentuk adaptasi individu dalam interaksi. Pelaku *phubbing* bisa saja muncul karena imitasi yang dilakukan seseorang saat berinteraksi sosial. Pernyataan ini sejalan dengan pernyataan Ridho (2019:36) Saat pelaku *phubbing* berinteraksi dalam kelompok, mereka sering menemui kendala, seperti saat seseorang mulai bermain gadget, individu lain mengimitasi perilaku yang ditunjukkan teman-temannya, mengidentifikasi diri sehingga mirip bermain gadget, bahkan tidak bersimpati dengan lawan bicaranya yang telah diabaikan atau terabaikan. Kontak sosial negatif juga muncul di sini karena *phubbing* atau tindakan lain yang serupa sehingga dapat menimbulkan konflik yang mengakibatkan kurangnya kontak dan komunikasi sosial.

Perilaku *phubbing* sendiri dapat terjadi karena ketidak mampuan seseorang mengontrol dirinya dalam menggunakan *smartphone*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Farah Mumtaz (2019:93) Variabel kontrol diri yang signifikan memiliki pengaruh yang negatif terhadap perilaku *phubbing*. Hal ini menunjukkan

bahwa semakin tinggi tingkat pengendalian diri individu maka semakin rendah tingkat perilaku *phubbing* yang ditampilkan.

Selanjutnya kontrol diri merupakan salah satu faktor yang berkaitan erat dengan perilaku individu saat terjadinya interaksi sosial. Sejalan dengan pendapat Hijriah A (2014:22) dalam penelitiannya mengungkapkan kontrol diri dan interaksi sosial memiliki hubungan yang signifikan terhadap perilaku sosial. Dalam interaksi sosial pastinya terdapat komunikasi karena merupakan syarat dari interaksi sosial. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purnama (2018:xii) tentang hubungan kontrol diri dengan komunikasi interpersonal pada remaja pengguna *smartphone* ditemukan hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dan komunikasi interpersonal. Maka dapat disimpulkan kontrol diri berpengaruh terhadap interaksi sosial. Dari penjelasan diatas dapat diketahui orang-orang dengan kontrol diri yang baik dapat mengontrol dirinya saat melakukan interaksi sosial sehingga menimbulkan timbal balik yang baik dalam interaksi itu sendiri.

E. Skema Peran Antara *Phubbing* dan Kontrol Diri dengan Interaksi Sosial pada Generasi Z Kota Semarang



F. Hipotesis

Hipotesis adalah solusi sementara untuk masalah penelitian, dan rumusan masalah penelitian berbentuk frase pertanyaan. Ini dianggap sebagai solusi sementara karena hanya didasarkan pada teori yang tepat daripada bukti empiris yang dikumpulkan melalui pengumpulan data (Sugiyono, 2019:99-100). Menurut rumusan masalah, tujuan dan landasan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H1 : Ada pengaruh negatif *phubbing* terhadap interaksi sosial pada generasi Z kota Semarang.
- H2 : Ada pengaruh positif kontrol diri terhadap interaksi sosial pada generasi Z kota Semarang.
- H3 : Ada pengaruh *phubbing* dan kontrol diri terhadap interaksi sosial pada Generasi Z kota Semarang.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Jenis penelitian pada penelitian ini adalah kausal komparatif atau *ex-post-facto*. Penelitian *ex-post-facto* merupakan jenis penelitian yang meneliti hubungan kausalitas antar variabel yang tidak mendapatkan intervensi atau perlakuan dari peneliti. Adanya hubungan sebab akibat didasarkan pada penelitian teoritis yang menunjukkan bahwa suatu variabel disebabkan atau didorong oleh faktor lain, atau bahwa beberapa variabel mengakibatkan variabel lain (Sappaile 2020:2).

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Pendekatan penelitian kuantitatif dapat didefinisikan sebagai metode penelitian berdasarkan konsep positivisme yang digunakan untuk menganalisis populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan peralatan penelitian, pengolahan data kuantitatif/statistik, dan pengujian hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono 2013:8).

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian secara sederhana merupakan segala sesuatu yang peneliti pilih untuk dipelajari untuk mengumpulkan pengetahuan tentangnya dan kemudian menarik kesimpulan (Sugiyono 2013:38). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diteliti yaitu:

a. Variabel Dependen (Y)

Variabel dependen atau dalam Bahasa Indonesia biasa disebut dengan variabel terikat. Menurut (Sugiyono 2013:39) variabel dependen juga dikenal sebagai variabel output, kriteria atau hasil. Ini sering disebut variabel terikat dalam bahasa Indonesia. Variabel terikat adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi akibat dari variabel bebas. Variabel terikat atau dependen dalam penelitian adalah Interaksi Sosial.

b. Variabel Independen (X)

Variabel independen atau dalam Bahasa Indonesia disebut variabel bebas. Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi penyebab berubahnya atau munculnya variabel dependen (terkait). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel independen atau variabel bebas yaitu *Phubbing* (X1) dan Kontrol Diri (X2).

2. Definisi Operasional

a. Interaksi Sosial

Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik antar individu atau antar kelompok yang memberikan dampak positif bagi pihak-pihak yang melakukan interaksi. Variabel interaksi sosial diukur dengan menggunakan skala interaksi sosial yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan aspek-aspek; 1) motif/tujuan, 2) suasana emosional, 3) aksi/interaksi. Jika skor yang didapatkan tinggi, maka tinggi pula tingkat kontrol diri pada generasi Z kota Semarang. Lalu semakin rendah skor yang didapatkan, maka rendah pula tingkat kontrol diri pada generasi Z kota Semarang.

b. *Phubbing*

Phubbing adalah perilaku dimana seseorang yang menggunakan *smartphone* miliknya saat sedang melakukan interaksi sosial lalu ia mengabaikan lawan bicaranya sehingga lawan bicaranya merasa diabaikan dan kesal. Variabel *phubbing* diukur dengan menggunakan Skala *phubbing* yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Karadağ et al. (2015) hasil dari exploratory factor Analysis, yaitu gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel. Jika skor yang didapatkan tinggi, maka tinggi pula tingkat perilaku *phubbing* pada generasi Z kota Semarang. Lalu semakin rendah skor yang didapatkan, maka rendah pula tingkat perilaku *phubbing* pada generasi Z kota Semarang.

c. Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk memilah informasi, mengendalikan perilakunya mulai dari pikiran, perasaan, hingga tindakan dan berkomitmen dengan dirinya sendiri sesuai dengan nilai yang dipercayai untuk dapat berkembang dan berproses dalam kehidupannya. Variabel

kontrol diri diukur dengan menggunakan skala kontrol diri yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Averill (1973), yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*). Jika skor yang didapatkan tinggi, maka tinggi pula tingkat kontrol diri pada generasi Z kota Semarang. Lalu semakin rendah skor yang didapatkan, maka rendah pula tingkat kontrol diri pada generasi Z kota Semarang.

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat yang akan dilaksanakan penelitian adalah kota Semarang, Jawa Tengah, Indonesia

2. Waktu Penelitian

Peneliti merencanakan penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Mei 2022.

D. Sumber dan Jenis Data

Berdasarkan penjelasan dari Arikunto (2002:107) Subjek dan data yang diperoleh merupakan sumber data penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti hanya menggunakan sumber data primer. Sumber data primer adalah data yang dikumpulkan langsung dari sumber awal oleh peneliti (Suryabrata 2003:93). Sumber data primer pada penelitian ini adalah remaja Generasi Z yang berdomisili di kota Semarang, data diperoleh dari skor jawaban dengan menggunakan alat ukur berupa skala yang kemudian dikonfersi ke dalam google form lalu didistribusikan kepada remaja-remaja yang berdomisili di kota Semarang .

Tipe data atau jenis data adalah produk dari catatan peneliti, yang mungkin berbentuk fakta atau angka. (Arikunto 2002:96). Diperoleh dari hasil skor pengisian skala Interaksi Sosial, *Phubbing*, dan Kontrol Diri.

E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah area kategorisasi yang terdiri dari hal-hal atau orang-orang yang memiliki ciri-ciri tertentu yang telah dipilih peneliti sebelumnya untuk diperiksa dan selanjutnya dibuat kesimpulan (Sugiyono 2014:61). Populasi

dalam penelitian ini adalah seluruh Generasi Z yang berdomisili di kota Semarang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian kecil dari populasi berdasarkan ciri-ciri yang menggambarkan seluruh populasi, atau sebagian kecil dari anggota populasi yang dikumpulkan dan ditentukan menurut metode tertentu untuk mewakili populasi dalam suatu penelitian (Sugiyono 2013:81). Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti menggunakan rumus Lemeshow, yaitu sebagai berikut :

$$n = \frac{Z_1^2 \cdot P(1-P)}{d^2}$$

keterangan :

n = Jumlah sampel

z = Nilai standart = 1.96

p = Maksimal estimasi = 50% = 0.5

d = Alpha (0,10) atau sampling error = 10%

Berdasarkan rumus diatas, maka penentuan jumlah sampel dapat dirumuskan menjadi :

$$n = \frac{1,96^2 \cdot 0,5(1-0,5)}{0,1^2}$$

$$n = 96,04 = 96$$

Berdasarkan perhitungan diatas, diperoleh jumlah sampel sebesar 96 responden dan dibulatkan menjadi 100 responden.

3. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling*, yaitu prosedur pengambilan sampel yang tidak memberikan setiap anggota populasi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel. Lalu jenis sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pendekatan pengambilan sampel yang memperhitungkan faktor-faktor tertentu (Sugiyono 2013:85) Strategi *purposive sampling* digunakan untuk mengambil sampel yang relevan dengan tujuan penelitian dari suatu populasi yang belum diketahui secara pasti.

Berikut ini kriteria yang ditentukan peneliti untuk menjadi sampel dalam penelitian ini :

- a. Remaja berusia 17-25 tahun berdomisili di kota Semarang
- b. Memiliki *smartphone*
- c. Aktif menggunakan media sosial atau bermain game
- d. Memposting foto, video, atau tulisan dimedia sosial dalam kurun waktu 6 bulan terakhir

F. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala digambarkan sebagai alat ukur yang digunakan untuk menghasilkan data kuantitatif. Skala dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Skala *likert* digunakan untuk menilai sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono 2013:93). Namun skala *likert* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala *likert* modifikasi. Menurut Hadi (1991:19) Skala *likert* yang dimodifikasi dirancang untuk mengurangi kekurangan skala lima tingkat dengan alasan sebagai berikut:

1. Kategori *Undecided* memiliki arti ganda: dapat dipahami sebagai tidak dapat memutuskan atau menanggapi (menurut definisi aslinya), tetapi juga dapat dianggap sebagai netral, setuju atau tidak setuju, tidak setuju, atau bahkan ragu-ragu. Jenis respons multi-interpretasi ini tentunya tidak diharapkan dalam instrumen.
2. Adanya *middle response* menimbulkan dampak *central tendency*, terutama bagi mereka yang bingung apakah pandangan responden setuju atau tidak setuju. Jika kategori jawaban diberikan, akan menghilangkan banyak data penelitian, menurunkan kuantitas informasi yang dapat diperoleh responden.

Skala dalam penelitian ini menggunakan skala Interaksi Sosial, skala *Phubbing*, dan Kontrol Diri. Skoring dalam skala ini menggunakan 4 jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Kemudian skala dibentuk dalam bentuk item pertanyaan *favorable* (mendukung) dan pernyataan *unfavorable* (tidak mendukung). Kriteria penilaian digolongkan ke dalam empat kategori: SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju). Angka penelitian dalam skala ini dibuat berurutan, yaitu 1 sampai 4.

Skor untuk pernyataan variabel Interaksi Sosial, *Phubbing*, dan Kontrol Diri pada tabel 2.

Tabel 3.1

Kriteria skor penilaian skala

Kategori	Favorable	unfavorable
SS (Sangat setuju)	4	1
S (Setuju)	3	2
TS (Tidak Setuju)	2	3
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	4

Adapun skala yang digunakan, sebagai berikut :

1. Skala Interaksi Sosial

Interaksi Sosial mengacu pada aspek 1) motif/tujuan, 2) suasana emosional, 3) aksi/interaksi.

Tabel 3.2

Blue Print Skala Interaksi Sosial

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
motif/tujuan	<ul style="list-style-type: none"> Dorongan atau niat untuk memulai interaksi 	1,7,13	4,10,16	6
suasana emosional	<ul style="list-style-type: none"> Perasaan yang timbul saat memulai interaksi 	2,8,14	5,11,17	6
aksi/interaksi	<ul style="list-style-type: none"> Hubungan sebab akibat yang terjadi ketika interaksi 	3,9,15	6,12,18	6

Jumlah	9	9	18
--------	---	---	----

2. Skala *Phubbing*

Skala *Phubbing* mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Karadağ et al. (2015). Adapun aspek-aspek yang dikemukakan oleh Karadağ et al. (2015) berdasarkan hasil dari exploratory factor Analysis yaitu gangguan komunikasi dan obsesi terhadap ponsel.

Tabel 3.3
Blue Print Skala *Phubbing*

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Gangguan Komunikasi	<ul style="list-style-type: none"> Melakukan telfon atau chatting ketika sedang berinteraksi sosial secara langsung 	1, 9,17	5,13,21	12
	<ul style="list-style-type: none"> Memainkan game online saat sedang berinteraksi secara langsung 	2,10,18	6,14,22	
Obsesi Terhadap Ponsel	<ul style="list-style-type: none"> Cemas ketika jauh dari ponsel 	3,11,19	7,15,23	12
	<ul style="list-style-type: none"> Kesulitan dalam mengatur penggunaan ponsel 	4,12,20	8,16,24	
Jumlah		12	12	24

3. Skala Kontrol Diri

Skala Kontrol Diri mengacu pada aspek-aspek yang dikemukakan oleh Averill (1973). Adapun aspek-aspek yang dikemukakan oleh Averill yang telah disesuaikan dengan penelitian yang di buat oleh peneliti yaitu yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive contro*), dan kontrol keputusan (*decisional control*).

Tabel 3.4

Blue Print Skala Kontrol Diri

Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Jumlah
Kontrol perilaku (<i>behavior control</i>)	• Mengontrol perilaku	1,13,25	7,19,29	10
	• Mengontrol stimulus	2,14	8,20	
Kontrol kognitif (<i>cognitive contro</i>)	• Mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian	3,15,26	9,21,30	12
	• Menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian	4,16,27	10,22,31	
Kontrol keputusan (<i>decisional control</i>)	• Mengambil keputusan	5,17	11,23	10
	• Kebebasan memilih	6,18,28	12,24,32	
Jumlah		16	16	32

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut Sugiyono (2013:267) derajat ketepatan antara data dalam objek penelitian dan daya yang mungkin dilaporkan oleh peneliti disebut sebagai validitas. Tingkat validitas yang tinggi dari suatu instrumen menunjukkan bahwa ia memiliki tingkat akurasi dan kebenaran yang tinggi untuk digunakan dalam pengumpulan data untuk penelitian tertentu. Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan pengujian validitas isi yaitu validitas yang menitikberatkan pada pemberian bukti tentang unsur-unsur yang ada dalam alat ukur dan diolah melalui analisis rasional. Teknik pengujian yang melibatkan pendapat para ahli (*expert judgement*). Dalam teknik ini, para ahli dihubungi setelah instrumen dikembangkan mengenai karakteristik yang akan dinilai berdasarkan teori yang digunakan, lalu para ahli dimintai pendapatnya tentang instrumen yang telah

dibuat untuk mengetahui apakah layak untuk di uji cobakan atau tidak (Yusup 2018:18). Selanjutnya melakukan korelasi bivariate antara masing-masing skor indikator dengan total skor konstruk Adapun kriteria dalam menentukan validitas kuesioner adalah sebagai berikut :

- Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka pertanyaan tersebut valid
- Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka pertanyaan tersebut tidak valid
- Peneliti menggunakan nilai r_{tabel} dengan signifikansi 5%

2. Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah alat untuk menentukan konsistensi alat ukur yang digunakan dalam penelitian kuantitatif (Budiastuti and Bandur 2018:210). Menurut sudut pandang positivistik (kuantitatif), data dianggap reliabel jika dua atau lebih peneliti yang bekerja pada objek yang sama menghasilkan data yang sama, atau jika penelitian yang sama yang dilakukan pada waktu yang berbeda menghasilkan data yang sama, atau jika sekelompok data dibagi menjadi beberapa bagian. keduanya menghasilkan data yang tidak berbeda (Sugiyono 2013:278).

Dalam penelitian ini peneliti akan menggunakan rumus Cronbach's Alpha untuk menilai reliabilitas menggunakan SPSS 23 for Windows. Untuk menginterpretasi koefisien reliabilitas, maka digunakan kategori menurut Sugiyono (2019) yakni sebagai berikut:

Rentang Koefisien Tingkah Hubungan

0,00 – 0,19 = Sangat Lemah

0,20 – 0,399 = Lemah

0,40 – 0,599 = Sedang

0,60 – 0,799 = Kuat

0,80 – 1,000 = Sangat Kuat

Berdasarkan keterangan di atas, apabila r lebih besar atau sama dengan 0,60 maka butir pernyataan tersebut dinyatakan reliabel

H. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik adalah pengujian yang dilakukan terhadap variabel penelitian dan model regresi untuk mengetahui ada tidaknya pelanggaran asumsi klasik. Uji asumsi klasik terdiri atas 4 bagian yaitu :

a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas adalah untuk menentukan apakah sampel diambil dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak. Jika data studi terdistribusi secara normal maka teknik analitik parametrik digunakan untuk mengujinya, namun jika data tidak terdistribusi normal maka teknik statistik non parametrik digunakan untuk mengujinya. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji One Sample Kolmogorov-Smirnov untuk sampel dengan taraf signifikansi 0,05 untuk mengetahui apakah sampel tersebut normal atau tidak. Jika tingkat signifikansi lebih besar dari 0,05, data terdistribusi secara normal.

b. Uji Linieritas

Untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel terikat mempunyai hubungan linier atau tidak. Jika nilai signifikansi untuk linieritas adalah $< 0,05$, data tersebut memiliki hubungan linier; jika nilai signifikansi lebih dari $> 0,05$ maka data tersebut tidak memiliki hubungan linier (Suseno 2012:69). Jika nilai signifikansi *Deviation from Linearity* adalah $> 0,05$, data tersebut memiliki hubungan linier; jika nilai signifikansi *Deviation from Linearity* lebih dari $< 0,05$ maka data tersebut tidak memiliki hubungan linier.

c. Uji Multikolinieritas

Menurut Ghozali (2016:108) Uji multikolinieritas merupakan usaha untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji multikolinieritas digunakan untuk mendeteksi ada tidaknya penyimpangan dari asumsi multikolinieritas konvensional, yaitu adanya hubungan linier antara variabel bebas dalam model regresi. Nilai VIF (Variance Inflation Factor and Tolerance) digunakan untuk menguji ada tidaknya gejala

multikolinearitas. Jika nilai VIF kurang dari 10,00 dan nilai Tolerance lebih dari 0,100 maka model regresi tidak mengalami kesulitan dengan multikolinearitas.

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan 3 cara yaitu sebagai berikut :

1) Uji Analisis Regresi Linier Berganda

Analisis Regresi Linier Berganda merupakan usaha untuk mengetahui dampak dari dua atau lebih variabel, yang meliputi satu variabel terikat dan dua atau lebih variabel bebas. Untuk dapat mengetahui hal tersebut, peneliti menggunakan rumus sebagai berikut :

Adapun persamaannya adalah sebagai berikut :

$$Y = a + b_1 X_1 + b_2 X_2 + e$$

Keterangan :

Y : Interaksi Sosial

a : Bilangan konstan

b : Koefisien regresi dari masing-masing variabel

X₁ : *Phubbing*

X₂ : Kontrol Diri

e : Standar *error*

Kriteria hipotesis pengujian persamaan regresi linear berganda, yaitu:

- Jika nilai sig < 0,01 maka hipotesis diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel
- Jika nilai sig > 0,01 maka hipotesis ditolak, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antar variabel

I. Hasil Uji Coba Skala

1. Validitas skala

a. Interaksi sosial

Skala interaksi sosial dalam penelitian ini memiliki 18 aitem. Subjek yang digunakan dalam uji coba alat ukur merupakan remaja Generasi Z yang berusia 18-25 tahun berjumlah 32 orang. Berdasarkan *corrected item-total*

correlation, item dapat dinyatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$, dalam uji coba ini mendapatkan 32 responden maka r_{tabel} yang digunakan adalah 0,349. Dari perbandingan tersebut maka diperoleh 13 aitem yang valid. Aitem yang tidak valid di sebabkan skor $r_{hitung} < r_{tabel}$, adapun aitem yang gugur dalam uji coba adalah 4,5,9,12,15. Berikut *blue print* skala interaksi sosial setelah dilakukan uji coba

Tabel 3.5

Blue print skala Interaksi Sosial setelah dilakukan uji coba

NO	Aspek	Nomer Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Motif/tujuan	1,7,13	10,16	5
2	Suasana emosional	2,8,14	11,17	5
3	Aksi/Interaksi	3	6,18	3
Total		7	6	13

b. *Phubbing*

Skala *phubbing* dalam penelitian ini memiliki 24 aitem. Subjek yang digunakan dalam uji coba alat ukur merupakan remaja Generasi Z yang berusia 18-25 tahun berjumlah 32 orang. Berdasarkan *corrected item-total correlation*, item dapat dinyatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$, dalam uji coba ini mendapatkan 32 responden maka r_{tabel} yang digunakan adalah 0,349. Dari perbandingan tersebut maka diperoleh 16 aitem yang valid. Aitem yang tidak valid di sebabkan skor $r_{hitung} < r_{tabel}$, adapun aitem yang gugur dalam uji coba adalah 1,4,5,8,11,16,23,34. Berikut *blue print* skala *phubbing* setelah dilakukan uji coba.

Tabel 3.6*Blue print* skala *Phubbing* setelah dilakukan uji coba

NO	Aspek	Nomer Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Gangguan komunikasi	2,9,10,17,18	6,13,14,21,22	10
2	Obsesi terhadap ponsel	3,12,19,20	7,15	6
total		9	7	16

c. Kontrol Diri

Skala kontrol diri dalam penelitian ini memiliki 32 aitem. Subjek yang digunakan dalam uji coba alat ukur merupakan remaja Generasi Z yang berusia 18-25 tahun berjumlah 32 orang. Berdasarkan *corrected item-total correlation*, item dapat dinyatakan valid apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$, dalam uji coba ini mendapatkan 32 responden maka r_{tabel} yang digunakan adalah 0,349. Dari perbandingan tersebut maka diperoleh 24 aitem yang valid. Aitem yang tidak valid di sebabkan skor $r_{hitung} < r_{tabel}$, adapun aitem yang gugur dalam uji coba adalah 6,10,11,20,23,30,31. Berikut *blue print* skala kontrol diri setelah dilakukan uji coba

Tabel 3.7*Blue print* skala Kontrol Diri setelah dilakukan uji coba

NO	Aspek	Nomer Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1	Kontrol Perilaku (<i>behavior control</i>)	1,2,13,14,25	7,8,19,29	9
2	Kontrol Kognitif (<i>cognitive control</i>)	3,4,15,16,26,27	9,21,22	9
3	Kontrol Keputusan (<i>decisional control</i>)	5,17,18,28	12,24,32	7
Total		15	10	25

2. Reliabilitas skala

a. **Tabel reliabilitas alat ukur interaksi sosial**

Tabel 3.8

Reliabilitas skala Interaksi Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.788	13

b. **Tabel reliabilitas skala *phubbing***

Tabel 3.9

Reliabilitas skala *Phubbing*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.851	16

c. **Tabel reliabilitas skala kontrol diri**

Tabel 3.10

Reliabilitas skala Kontrol Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	25

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan penelitian

Pengambilan data penelitian dilakukan secara online pada tanggal 9 September 2022 sampai dengan 12 September 2022, yang ditujukan kepada remaja Generasi Z yang berdomisili di kota Semarang. Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan link google form kepada responden. Adapun link google form sebagai berikut : <https://forms.gle/bAiWwTTisLLHakjP8>

2. Deskripsi subjek penelitian

Rincian 100 remaja Generasi Z berdomisili di kota Semarang yang menjadi responden dalam penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 4.1
Jenis Kelamin

Jenis Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	17	17.0	17.0	17.0
	Perempuan	83	83.0	83.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.1 yang menunjukkan jenis kelamin di atas, dapat dilihat dari total 100 subjek terdapat 17 subjek berjenis kelamin Laki-laki dan 83 berjenis kelamin subjek Perempuan.

Tabel 4. 2

Usia

USIA					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	1	1.0	1.0	1.0
	18	6	6.0	6.0	7.0
	19	7	7.0	7.0	14.0
	20	16	16.0	16.0	30.0
	21	21	21.0	21.0	51.0
	22	36	36.0	36.0	87.0
	23	11	11.0	11.0	98.0
	24	2	2.0	2.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.2 yang menunjukkan usia subjek, dapat dilihat dari total 100 subjek terdapat 1 subjek berusia 17 tahun, 6 subjek berusia 18 tahun, 7 subjek berusia 19 tahun, 16 subjek berusia 20 tahun, 21 subjek berusia 21 tahun, 36 subjek berusia 22 tahun, 11 subjek berusia 23 tahun, dan 2 subjek berusia 24 tahun.

Tabel 4.3Rata-rata Penggunaan *Smartphone* harian

Rata-rata Penggunaan <i>Smartphone</i> Harian					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3-5 jam	17	17.0	17.0	17.0
	5-10 jam	53	53.0	53.0	70.0
	10 jam atau lebih	30	30.0	30.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.3 yang menunjukkan rata-rata penggunaan *smartphone* harian subjek, dapat dilihat dari total 100 subjek terdapat 17 subjek yang menggunakan *smartphone* selama 3-5 jam perhari, lalu 53 subjek menggunakan *smartphone* selama 5-10 jam perhari, dan 30 subjek menggunakan *smartphone* selama 10 jam atau lebih perharinya.

3. Deskripsi data penelitian

Tabel 4.4

Deskripsi Data Variabel Penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Interaksi Sosial	100	19	49	36.54	5.273
<i>Phubbing</i>	100	24	52	38.37	5.285
Kontrol Diri	100	52	95	76.54	9.266
Valid N (listwise)	100				

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat skor masing-masing variabel antara lain yaitu, variabel interaksi sosial memiliki skor minimum sebesar 19, skor maximum sebesar 49, skor mean sebesar 36.54, dan skor standar deviasi sebesar 5.273. Lalu pada variabel *phubbing* memiliki skor minimum sebesar 24, skor maximum sebesar 52, skor mean sebesar 38.37, dan skor standar deviasi sebesar 5.285. Kemudian variabel kontrol diri memiliki skor minimum sebesar 52, skor maximum sebesar 95, skor mean sebesar 76.54, dan skor standar deviasi sebesar 9.266.

Kemudian untuk kategorisasi data pada penelitian ini menggunakan rumus kategorisasi sebagai berikut :

Rendah : $X < M - 1SD$

Sedang : $M - 1SD \leq X < M + 1SD$

Tinggi : $M + 1SD \leq X$

Setelah dilakukan perhitungan berdasarkan rumus diatas maka di peroleh skor untuk tingkat interaksi sosial rendah $< 31,27$, sedang $31,27 \leq X < 41,81$, dan tinggi $\leq 41,81$:

Tabel 4.5
Kategorisasi Interaksi Sosial

Kategori Interaksi Sosial					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	14	14.0	14.0	14.0
	Sedang	69	69.0	69.0	83.0
	Tinggi	17	17.0	17.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.5 kategorisasi variabel interaksi sosial di atas dapat diketahui 14 subjek dengan interaksi sosial yang rendah, lalu 69 subjek dengan interaksi sosial sedang, dan 17 subjek dengan interaksi sosial tinggi.

Setelah dilakukan perhitungan berdasarkan rumus diatas maka di peroleh skor untuk tingkat *phubbing* rendah $< 33,09$, sedang $33,09 \leq X < 43,65$, dan tinggi $\leq 43,65$.

Tabel 4.6
Kategorisasi Phubbing

Kategori Phubbing					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	18	18.0	18.0	18.0
	Sedang	68	68.0	68.0	86.0
	Tinggi	14	14.0	14.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.6 kategorisasi variabel *phubbing* di atas dapat diketahui 18 subjek dengan *phubbing* yang rendah, lalu 68 subjek dengan *phubbing* sedang, dan 14 subjek dengan *phubbing* tinggi.

Setelah dilakukan perhitungan berdasarkan rumus diatas maka di peroleh skor untuk tingkat Kontrol diri rendah $< 67,28$, sedang $67,28 \leq X < 85,8$, dan tinggi $\leq 85,8$

Tabel 4.7
Kategorisasi Kontrol Diri

Kategori Kontrol Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	15.0	15.0	15.0
	Sedang	66	66.0	66.0	81.0
	Tinggi	19	19.0	19.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel 4.7 kategorisasi variabel kontrol diri di atas dapat diketahui 15 subjek dengan kontrol diri yang rendah, lalu 66 subjek dengan kontrol diri sedang, dan 19 subjek dengan kontrol diri tinggi.

B. Hasil Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Uji normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memverifikasi apakah sampel diambil dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Dalam hal ini peneliti menggunakan SPSS untuk melakukan uji One Sample Kolmogorov-Smirnov pada data penelitian. Nilai residu yang terdistribusi normal memiliki nilai $p > 0,05$ dan jika nilai $p < 0,05$ maka data tidak berdistribusi normal. Uji normalitas pada data penelitian dilakukan untuk memenuhi syarat sebelum dilakukannya uji hipotesis.

Tabel 4.8Uji Normalitas Interaksi Sosial, *Phubbing*, dan Kontrol Diri

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	474.155.378
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positive	.043
	Negative	-.044
Test Statistic		.044
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 tabel diatas, hasil uji normalitas *Komogorov Smirnov* dapat dilihat pada nilai signifikansinya, nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,200 dan nilai $> 0,05$ menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

b. Uji linieritas

Uji linieritas digunakan untuk menilai apakah hubungan antara dua variabel linier atau tidak linier. Dalam penelitian ini, hubungan linier diuji dengan melihat nilai signifikansinya. Jika dilihat dari signifikansi *linearity* antar variabel dapat dikatakan linier apabila nilai *sig. linearity* $< 0,05$ dan tidak terdapat hubungan linier apabila $> 0,05$. Lalu jika dilihat dari nilai

signifikansi *Deviation from Linearity* adalah $> 0,05$, data tersebut memiliki hubungan linier; jika nilai signifikansi *Deviation from Linearity* lebih dari $< 0,05$ maka data tersebut tidak memiliki hubungan linier.

Tabel 4.9

Uji Linieritas *Phubbing* dan Interaksi Sosial

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
INTERAKSI SOSIAL * PHUBBING	Between Groups	(Combined)	698,181	23	30,356	1,123	0,342
		Linearity	302,747	1	302,747	11,198	0,001
		Deviation from Linearity	395,434	22	17,974	0,665	0,859
	Within Groups		2054,659	76	27,035		
	Total		2752,840	99			

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh nilai *sig. Deviation from Linearity* $0,859 > 0,05$. Lalu dilihat dari *sig. linearity* $0,001 < 0,05$. sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel interaksi sosial dan variabel *phubbing*

Tabel 4.10

Uji Linieritas Interaksi Sosial dan Kontrol Diri

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
INTERAKSI SOSIAL * KONTROL DIRI	Between Groups	(Combined)	1331,959	33	40,362	1,875	0,015
		Linearity	467,179	1	467,179	21,700	0,000
		Deviation from Linearity	864,780	32	27,024	1,255	0,216
	Within Groups		1420,881	66	21,528		
	Total		2752,840	99			

Berdasarkan tabel 4.10, diperoleh nilai *Deviation from Linearity* (*sig.*) $0,216 > 0,05$. Lalu dilihat dari *sig. linearity* $0,000 < 0,05$. sehingga dapat di

simpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel interaksi sosial dan variabel kontrol diri.

c. Uji multikolinieritas

Multikolinearitas terjadi ketika variabel independen dalam model regresi linier memiliki keterkaitan yang kuat. Uji multikolinearitas digunakan untuk mendeteksi ada tidaknya penyimpangan dari asumsi multikolinearitas, yaitu adanya hubungan linier antara variabel bebas dalam model regresi. Pengujian untuk melihat ada tidaknya gejala multikolinearitas dilakukan dengan melihat nilai VIF (*Variance Inflation Factor dan Tolerance*), apabila nilai VIF berada dibawah 10,00 dan nilai Tolerance lebih dari 0,100 maka dapat dikatakan bahwa model regresi tersebut tidak terdapat masalah atau multikolinearitas.

Tabel 4. 11

Uji Multikolinieritas *Pubbing* dan Kontrol Diri

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	28.737	7.445		3.860	.000		
	PHUBBING	-.169	.105	-.170	1.616	.109	.756	1.322
	KONTROL DIRI	.187	.060	.328	3.127	.002	.756	1.322

a. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL

Berdasarkan pengujian pada tabel diatas diperoleh nilai VIF untuk semua variabel independen kurang dari 10 yang artinya antar variabel independen bebas dari multikolinieritas.

2. Uji Hipotesis

Pada penelitian ini uji hipotesis penelitian menggunakan analisis regresi linier berganda dengan menggunakan SPSS *Statistic* 23. Adapun hasil analisis data yaitu sebagai berikut :

Tabel 4.12
Hasil Uji Regresi Linier Berganda

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	28.737	7.445		3.860	.000		
	PHUBBING	-.169	.105	-.170	1.616	.109	.756	1.322
	KONTROL DIRI	.187	.060	.328	3.127	.002	.756	1.322
a. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL								

Berdasarkan analisis data pada tabel 4.12 maka diperoleh hasil persamaan regresi sebagai berikut :

$$Y = 28.737 + (-0,169)X_1 + 0,187X_2$$

Persamaan regresi diatas memperlihatkan hubungan antara variabel independen dan variabel dependen secara parsial, dari persamaan tersebut dapat di ambil kesimpulan :

- a. Nilai konstanta sebesar 28.737, artinya jika tidak terjadi perubahan pada variabel independen (*phubbing* dan kontrol diri) maka nilai perilaku interaksi sosial sebesar 28.737
- b. Koefisien regresi X₁ diperoleh sebesar -0,169, diartikan bahwa koefisien bernilai negatif artinya antara perilaku *phubbing* dan perilaku interaksi sosial memiliki hubungan yang negatif. Peningkatan pada perilaku *phubbing* akan mengakibatkan penurunan pada perilaku interaksi sosial sebesar 0,169 atau 16,9%.

- c. Koefisien regresi X2 diperoleh sebesar 0,187, diartikan bahwa koefisien bernilai positif artinya antara kontrol diri dan perilaku interaksi sosial memiliki hubungan yang positif. Peningkatan pada tingkat kontrol diri akan mengakibatkan peningkatan pada perilaku interaksi sosial sebesar 0,187 atau 18,7%.

1) Uji T (Parsial)

Tabel 4.13
Hasil Uji T (Parsial)

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	28.737	7.445		3.860	.000		
	PHUBBING	-.169	.105	-.170	-1.616	.109	.756	1.322
	KONTROL DIRI	.187	.060	.328	3.127	.002	.756	1.322

a. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL

Berdasarkan tabel 4.13 Uji T dilakukan dengan membandingkan nilai statistik T : $T_{hitung} > T_{tabel}$ atau nilai sig $< 0,05$ pada tingkat signifikansi 5%, dari perbandingan tersebut lalu diputuskan apakah H_0 ditolak dan H_1 diterima ataupun sebaliknya. Penelitian ini menggunakan sampel yang berjumlah 100 responden, maka angka T_{tabel} yang diperoleh dari rumus $T_{tabel} = t(\alpha/2 ; n-k-1) = (0.025 ; 96) = 1,984$.

Dari rumus T_{tabel} maka diperoleh perbandingan $T_{hitung} -1.616 < T_{tabel} - 1,984$ dan nilai signifikansi sebesar $0,109 > 0,05$, yang artinya **H1 ditolak**. Menunjukkan bahwa *phubbing* secara parsial tidak berpengaruh terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang. Lalu variabel kontrol diri memperoleh nilai $T_{hitung} 3,127 > T_{tabel} 1,984$ dan nilai signifikansi sebesar $0,002 < 0,05$, yang artinya **H2 diterima**. Menunjukkan bahwa **kontrol diri**

secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang.

2) Uji F (Simultan)

Tabel 4.14
Hasil Uji F (Simultan)

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	527,089	2	263,545	11,485	.000 ^b
	Residual	2225,751	97	22,946		
	Total	2752,840	99			
a. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL						
b. Predictors: (Constant), KONTROL DIRI, PHUBBING						

Berdasarkan tabel diatas Uji F dilakukan dengan membandingkan nilai statistik F : $F_{hitung} > F_{tabel}$ atau nilai sig $< 0,05$ pada tingkat signifikansi 5%. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 100 responden, sehingga angka pada f tabel dapat diperoleh dengan rumus : $F(k ; n-k) = F(2 ; 98) = 3,09$.

Dari rumus F_{tabel} maka diperoleh perbandingan $F_{hitung} 11,485 > F_{tabel} 3,09$ dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, yang artinya **H3 diterima**. menunjukkan bahwa *phubbing* dan **kontrol diri** berpengaruh secara simultan dan signifikan terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang.

3) Koefisien determinasi (R²)

Tabel 4.15
Hasil Koefisien Determinasi

Model Summary ^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.438 ^a	.191	.175	4,790
a. Predictors: (Constant), KONTROL DIRI, PHUBBING				
b. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL				

Berdasarkan tabel 4.15 diperoleh nilai Adjustment R square sebesar 0,175, yang artinya variabel *phubbing* dan kontrol diri memiliki pengaruh sebesar 17,5% terhadap variabel interaksi sosial, dan sisanya 82,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

3. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh dari 100 subjek, terdapat 17 subjek berjenis kelamin Laki-laki dan 83 berjenis kelamin subjek Perempuan. Dan dari total 100 subjek terdapat 1 subjek berusia 17 tahun, 6 subjek berusia 18 tahun, 7 subjek berusia 19 tahun, 16 subjek berusia 20 tahun, 21 subjek berusia 21 tahun, 36 subjek berusia 22 tahun, 11 subjek berusia 23 tahun, dan 2 subjek berusia 24 tahun. Kemudian dari jumlah tersebut terdapat 17 subjek yang menggunakan *smartphone* selama 3-5 jam perhari, lalu 53 subjek menggunakan *smartphone* selama 5-10 jam perhari, dan 30 subjek menggunakan *smartphone* selama 10 jam atau lebih perharinya.

a. Pengaruh negatif *phubbing* terhadap interaksi sosial pada remaja generasi Z kota Semarang

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui 18 subjek masuk kategori *phubbing* yang rendah, lalu 68 subjek masuk kategori *phubbing* sedang, dan 14 subjek masuk kategori *phubbing* tinggi. Data tersebut menunjukkan rata-rata remaja generasi Z kerap melakukan *phubbing* baik disengaja ataupun tidak, perilaku ini dapat menyebabkan timbulnya kesenjangan dalam interaksi sosial.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini memperoleh nilai $T_{hitung} - 1.616 < T_{tabel} - 1,984$ dan nilai signifikansi sebesar $0,109 > 0,05$, yang artinya

H1 ditolak. Menunjukkan bahwa *phubbing* secara parsial tidak berpengaruh terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang. Perilaku *phubbing* tidak berpengaruh terhadap interaksi sosial bisa disebabkan oleh faktor lain.

Pendapat ini sejalan dengan hasil penelitian Hati dan Raihana (2021:10) yaitu berdasarkan hasil analisis data, aktivitas *phubbing* tidak memiliki hubungan dengan interaksi sosial, terbukti dengan koefisien korelasi (r) sebesar $-0,079$, $p = 0,449$ ($p \leq 0,01$). Hasil ini negatif, dengan nilai signifikansi (Sig) sebesar $0,449 > 0,05$. Maka, tidak ada hubungan antara aktivitas *phubbing* dan interaksi sosial. Perilaku *phubbing* yang tidak terkait dengan interaksi sosial dapat dipicu oleh berbagai faktor berbeda yang mempengaruhi proses interaksi sosial itu sendiri. Menurut Walgito (2003:66) faktor yang mempengaruhi interaksi sosial antara lain; 1. Imitasi, 2. Sugesti, 3. Identifikasi, dan 4. Simpati. Selain faktor yang sudah disebutkan perbedaan jumlah subjek yang lebih dominan perempuan dan laki-laki yaitu terdapat 17 subjek berjenis kelamin laki-laki dan 83 berjenis kelamin subjek perempuan menjadi salah satu faktor lain yang mempengaruhi interaksi sosial, ini disebabkan perempuan mampu membagi fokus lebih baik dari pada laki-laki, pendapat ini didukung oleh penelitian Syahputra (2019:194) yang mengungkapkan bahwa perempuan lebih unggul dalam multitasking. Daya ingat perempuan dalam multitasking sering menghadapi hambatan karena ketidakmampuan otak untuk bekerja secara efisiensi pada memori jangka pendek. Namun, secara umum, kemampuan perempuan multitasking lebih baik daripada laki-laki.

Pelaku *phubbing* umumnya adalah pengguna aktif *smartphone*, namun tidak selalu pengguna aktif *smartphone* akan selalu melakukan *phubbing* dalam interaksi sosial. Hal ini juga sejalan dengan penelitian Prasetyo (2018:44) Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa nilai f -hitung penggunaan *smartphone* pada interaksi sosial adalah ($0,099 < 3,98$) dan nilai t -hitung ($0,315 < 0,679$), dengan signifikansi = $0,754$ ditolak pada taraf

signifikansi 5% ($> 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara penggunaan *smartphone* dan interaksi sosial.

Dalam tabel 4.15 dijelaskan perolehan nilai Adjusted R square sebesar 0,175, yang artinya variabel *phubbing* dan kontrol diri memiliki pengaruh sebesar 17,5% terhadap variabel interaksi sosial, dan sisanya 82,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Artinya selain variabel *phubbing* terdapat banyak variabel lain yang dapat mempengaruhi interaksi sosial. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *phubbing* bukan menjadi salah satu faktor terjadinya kesenjangan pada interaksi sosial karena terdapat banyak variabel lain yang dapat mempengaruhi interaksi sosial

b. Pengaruh positif kontrol diri terhadap interaksi sosial pada generasi Z kota Semarang.

Berdasarkan tabel 4.7 yang menjelaskan tentang kategorisasi variabel kontrol diri diketahui bahwa terdapat 15 subjek dengan kontrol diri yang rendah, lalu 66 subjek dengan kontrol diri sedang, dan 19 subjek dengan kontrol diri tinggi. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa remaja generasi Z kota Semarang rata-rata memiliki kontrol diri yang baik namun ada beberapa remaja yang memiliki kontrol diri yang kurang baik. kontrol diri yang kurang baik ini dapat menyebabkan seseorang kesulitan mengawal dirinya untuk tetap memperhatikan atau menghargai lawan bicaranya saat sedang berbicara.

Hipotesis kedua dalam penelitian ini memperoleh nilai $T_{hitung} 3,127 > T_{tabel} 1,984$ dan nilai signifikansi sebesar $0,002 < 0,05$, yang artinya H_2 diterima. Menunjukkan bahwa kontrol diri secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang. Maka diketahui bahwa kontrol diri dapat berpengaruh pada interaksi sosial. Jadi orang yang memiliki kontrol diri yang baik bisa mengendalikan dirinya untuk memperhatikan dan memperlakukan lawan bicaranya dengan baik.

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Hijriah A (2014:22) berdasarkan temuan uji statistik inferensial, dapat disimpulkan

bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan minat sosial terhadap perilaku sosial siswa. Dalam interaksi sosial tentunya terjalin komunikasi yang baik didalamnya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Purnama (2018) Pada pengguna *smartphone* di SMA Negeri 2 Semarang terdapat hubungan yang baik dan kuat antara pengendalian diri dengan komunikasi interpersonal. Kontrol diri yang lebih tinggi sama dengan komunikasi interpersonal yang lebih tinggi, dan sebaliknya, kontrol diri yang lebih rendah sama dengan komunikasi interpersonal yang lebih buruk.

Pendapat dalam penelitian ini juga sesuai dengan hasil koefisien regresi X2 diperoleh sebesar 0,187, diartikan bahwa koefisien bernilai positif artinya antara kontrol diri dan perilaku interaksi sosial memiliki hubungan yang positif. Peningkatan pada tingkat kontrol diri akan mengakibatkan peningkatan pada perilaku interaksi sosial sebesar 0,187 atau 18,7%. Ini membuktikan bahwa remaja dengan kontrol diri yang baik akan mampu mengontrol dirinya dalam berkomunikasi untuk menjalin hubungan interaksi sosial yang baik dengan lawan bicaranya atau orang disekitarnya.

c. Pengaruh *phubbing* dan kontrol diri dengan interaksi sosial pada generasi Z kota Semarang.

Berdasarkan tabel 4.15 rumus F_{tabel} memperoleh perbandingan F_{hitung} $11,485 > F_{tabel}$ 3,09 dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, yang artinya H_3 diterima. Menunjukkan bahwa *phubbing* dan kontrol diri berpengaruh secara simultan dan signifikan terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang. Penelitian ini juga memperoleh nilai Adjustment R square sebesar 0,175, yang artinya variabel *phubbing* dan kontrol diri memiliki pengaruh sebesar 17,5% terhadap variabel interaksi sosial, dan sisanya 82,5% dipengaruhi oleh variabel lain. Maka berarti variabel *phubbing* dan kontrol diri menyumbang kontribusi sebesar 17,5% terhadap keberlangsungan interaksi sosial.

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Maros dan Juniar (2016) yaitu perilaku *phubbing* dengan kontak sosial mendapatkan $t = -10,331$ dengan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan

bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas phubbing dengan kontak sosial siswa SMA Negeri 8 Pekanbaru dan dalam penelitian ini, uji determinan nilai koefisien (R-squared) adalah 0,303. Artinya, perilaku phubbing berkontribusi 30,3% terhadap kontak sosial, sedangkan 69,7% lainnya dipengaruhi oleh karakteristik yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian Hijriah A (2014:22) berdasarkan temuan uji statistik inferensial, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan minat sosial terhadap perilaku sosial siswa. Dalam interaksi sosial tentunya terjalin komunikasi yang baik didalamnya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Purnama (2018) Pada pengguna *smartphone* di SMA Negeri 2 Semarang terdapat hubungan yang baik dan kuat antara pengendalian diri dengan komunikasi interpersonal. Kontrol diri yang lebih tinggi sama dengan komunikasi interpersonal yang lebih tinggi, dan sebaliknya, kontrol diri yang lebih rendah sama dengan komunikasi interpersonal yang lebih buruk.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *phubbing* dan kontrol diri berpengaruh terhadap interaksi sosial, meskipun memberikan kontribusi yang relatif sedikit didalamnya. Hal ini bisa terjadi karena tingkat interaksi sosial yang dimiliki oleh generasi Z kota Semarang relatif bagus, dapat dilihat pada tabel 4.5 kategorisasi variabel interaksi sosial terdapat 14 subjek dengan interaksi sosial yang rendah, lalu 69 subjek dengan interaksi sosial sedang, dan 17 subjek dengan interaksi sosial tinggi.

Penelitian ini telah dilakukan dengan prosedur ilmiah yang sesuai, meskipun masih terdapat berbagai kekurangan dalam penelitian ini yaitu persebaran subjek yang tidak merata diseluruh wilayah kota Semarang dan juga jumlah subjek perempuan yang lebih dominan dari pada subjek laki-laki. Walaupun demikian peneliti berharap penelitian ini dapat memupuk kesadaran remaja generasi Z akan timbulnya masalah baru berupa *phubbing* dalam interaksi dan juga memberikan perhatian lebih tentang pentingnya menghargai orang lain saat melakukan interaksi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini maka peneliti dapat menarik kesimpulan : 1. Hipotesis pertama dalam penelitian ini ditolak karena hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat pengaruh antara *phubbing* dan interaksi sosial. Yang berarti semakin tinggi *phubbing* tidak berdampak pada interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang. 2. Hasil uji hipotesis penelitian menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima, terdapat pengaruh kontrol diri yang positif dan signifikan terhadap interaksi sosial. Yang berarti semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula tingkat interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang. 3. Hasil uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga diterima, secara bersama-sama *phubbing* dan kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap interaksi sosial remaja generasi Z kota Semarang.

B. Keterbatasan penelitian

Ketika melaksanakan uji coba alat ukur terdapat 2 aitem yang secara tidak sengaja tidak ikut terujicobakan dengan aitem lainnya sehingga terpaksa tereliminasi bersama aitem, tetapi setiap variabel tetap mendapat aitem yang mewakilinya. Lalu persebaran subjek yang tidak merata diseluruh wilayah kota Semarang. Kemudian pada saat menyebarkan alat ukur didapat jumlah subjek perempuan yang lebih dominan dari pada subjek laki-laki. Penelitian ini memiliki kemungkinan diteliti dengan subjek yang lebih banyak namun dalam penelitian ini hanya menggunakan 100 subjek penelitian sehingga hasil penelitian kurang optimal.

C. Saran

Peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait dengan penelitian ini yaitu :

1. Bagi remaja generasi Z kota Semarang untuk memupuk kesadaran terhadap masalah baru berupa *phubbing* yang seringkali dilakukan dikalangan remaja, kemudian meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya kontrol diri karena berdasarkan hasil penelitian ini kontrol diri memiliki prngaruh yang positif

terhadap interaksi sosial, menandakan orang dengan kontrol diri yang baik dapat berinteraksi dengan baik pula.

2. Bagi peneliti selanjutnya, mengenai topik serupa lebih baik dalam mengidentifikasi masalah yang timbul dalam interaksi sosial karena dalam hasil penelitian ini peneliti tidak menemukan pengaruh antara *phubbing* dan interaksi sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdulsyani. 2012. "Sosiologi skematika, teori, dan terapan." *Jakarta : Bumi Aksara*.
- Aditia, Rafinita. 2021. "Fenomena phubbing: suatu degradasi relasi sosial sebagai dampak media sosial." *KELUWIH: Jurnal Sosial dan Humaniora* 2(1): 8–14.
- Alaydrus, Ragwan Mohsen. 2017. "Membangun kontrol diri remaja melalui pendekatan islam dan neuroscience." *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 22(2): 15–27.
- Arikunto. 2002. "Arikunto: metodologi penelitian suatu pendekatan proposal - google scholar." 2017.
- Averill, James R. 1973. "Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress." *Psychological Bulletin* 80(4): 286–303.
- Baumeister, R. F., Smart, L., and J. M. Boden. 1996. "Relation of threatened egoism to violence and aggression: the dark side of self-esteem." *Psychological Review*.
- Budiastuti, and Bandur. 2018. "Validitas dan reliabilitas penelitian dengan analisis dengan nivo, spss, dan amos." *Jakarta : Mitra wacana media*.
- Bukhori, Baidi. 2012. "Toleransi terhadap umat kristiani ditinjau dari fundamentalisme agama dan kontrol diri." (Kolisch 1996): 49–56.
- Chasanah, U, and S Latief. 2013. "Peningkatan kemampuan interaksi sosial positif pada siswa dengan menggunakan bimbingan kelompok." *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan ...)*: 1–13. <http://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/2536>.
- Dwi Marsela, Ramadona, and Mamat Supriatna. 2019. "Kontrol diri: definisi dan faktor." *journal of innovative counseling : theory, practice & research* 3(2): 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling.
- Farah Mumtaz, Emka. 2019. *Pengaruh adiksi smartphone, empati, kontrol diri, dan norma terhadap perilaku phubbing pada mahasiswa di JABODETABEK*. Jakarta.
- Gerungan, Dr. W.A. 2004. "Psikologi sosial."
- Ghozali, Imam. 2016. "Aplikasi analisis multivariate dengan program ibm spss for windows." *Semarang: BP Undip* (September): 2012.
- Hadi, Sutrisno. 1991. "Analisis butir untuk instrumen angket, Tes, Dan Skala Nilai."
- Hanika, Ita Musfirowati. 2015. "Fenomena phubbing di era milenia (ketergantungan

- seseorang pada smartphone terhadap lingkungannya)." *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 4(1): 42–51.
- Hati, S Kasih, and P A Raihana. 2021. "Hubungan perilaku phubbing dengan interaksi sosial pada mahasiswa/i." <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/88852>.
- Hijriah A. 2014. "Hubungan antara self control (kontrol diri) dan social interest (interaksi sosial) dengan perilaku sosial mahasiswa jurusan pendidikan fisika fakultas tarbiyah dan keguruan UIN Alauddin Makassar." *Jurnal Pendidikan Fisika UIN Alauddin Makassar* 2(1).
- Istrofin, Binti, and Eem Munawaroh. 2021. "The effect of smartphone addiction and self-control on phubbing behavior." *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling* 6(1): 15–23.
- Karadağ, Engin et al. 2015. "Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: a structural equation model." *Journal of Behavioral Addictions* 4(2): 60–74.
- Kurnia, Shirley, Novendawati Wahyu Sitasari, and M. Safitri. 2020. "Kontrol diri dan perilaku phubbing pada remaja di jakarta." *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi* 18(1): 58–67.
- Maros, Hikmah, and Sarah Juniar. 2016. "Pengaruh perilaku phubbing terhadap interaksi sosial pada siswa sekolah menengah atas negeri 8 di PEKANBARU." : 1–23.
- Musdalifah, and Novita Indriani. 2017. "Pengaruh intensitas penggunaan smartphone terhadap interaksi sosial mahasiswa politeknik negeri Samarinda." *SNITT-Politeknik Negeri Balikpapan* 2(1): 144–47.
- Nasdian, Tonny, Fredian (2015). 2017. "Sosiologi Umum." *Hukum Perumahan*: 482. https://books.google.co.id/books?id=t3zPqTnRjX0C&dq=wrong+diet+pills&source=gb_s_navlinks_s.
- Prasetyo, Agung. 2018. "Pengaruh penggunaan smartphone terhadap interaksi sosial siswa kelas x smk kristen bm (bisnis dan manajemen) SALATIGA TAHUN AJARAN 2017/2018."
- Purnama, Ishma Najya Zafira. 2018. "Hubungan antara kontrol diri dengan komunikasi interpersonal pada siswa pengguna smartphone Di SMA Negeri 2 Semarang." *Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia*.
- Putri, N N R. 2021. *Pengaruh perilaku phubbing terhadap interaksi sosial mahasiswa*

- bimbingan konseling islam Di IAIN Syekh Nurjati Cirebon.*
<http://repository.syekhnurjati.ac.id/5232/%0Ahttp://repository.syekhnurjati.ac.id/5232/1/COVER.pdf> (February 10, 2022).
- Rahardjo, Wahyu, and Indah Mulyani. 2020. "Instagram addiction in teenagers: the role of type d personality, self-esteem, and fear of missing out." *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi* 5(1): 29.
- Resalinda, Resty, and yohana wuri Satwika. 2019. "Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seksual pranikah pada mahasiswa." *Jurnal Penelitian Psikologi* 6(2).
- Ridho, Muhammad Ali. 2019. "Interaksi Sosial Pelaku Phubbing." : 27–40.
- Rosdiana, Yanti, and Wahidyanti Rahayu Hastutiningtyas. 2020. "Hubungan perilaku phubbing dengan interaksi sosial pada generasi z mahasiswa keperawatan universitas tribuwana tunggadewi MALANG." *Jurnal Kesehatan Mesencephalon* 6(1).
- Safitri, Auliah, and Suharno Suharno. 2020. "Budaya siri' na pacce dan sipakatau dalam interaksi sosial masyarakat Sulawesi Selatan." *Jurnal Antropologi: Isu-Isu Sosial Budaya* 22(1): 102.
- Santoso, Slamet. 2010. "Teori-Teori Psikologi Sosial."
- Sappaile, Baso Intang. 2020. "Konsep penelitian ex-post facto." (July 2010): 0–16.
- Sisrazeni. 2017. "Hubungan penggunaan media sosial dengan interaksi sosial mahasiswa jurusan bimbingan konseling tahun 2016/2017 iain batusangkar." *2nd International Seminar on Education 2017 Empowering Local Wisdom on Education for Global Issue Batusangkar*;: 12.
<http://ecampus.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/proceedings/article/viewFile/898/819%0Ahttps://ojs.iainbatusangkar.ac.id/ojs/index.php/proceedings/article/view/898/819#>.
- Soekanto, Soerjono. 2002. 23 *Journal Ekonomi dan Bisnis Indonesia Sosiologo; Suatu Pengantar*.
- Sugiyono. 2014. *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sugiyono, Prof. Dr. 2013. 4 *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r&b*.
- Suryabrata, Sumadi. 2003. "Metode pene-litian." *Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada*.
- Suseno, M. N. 2012. "Teori dan aplikasi untuk penelitian ilmu sosial."
- Syahputra, M Irwan. 2019. "Memori wanita dalam multitasking kajian neuropsikolinguistik." *Bahastra: Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia* 3(2): 192–95.

<https://jurnal.uisu.ac.id/index.php/Bahastra/article/view/3172/2115>.

Turkle, Sherry. 2011. "Alone together: why we expect more from technology and less from each other." *Choice Reviews Online* 48(12): 48-7239-48-7239.

Walgito, Bimo. 2003. *Psikologi sosial (Suatu Pengantar)*.

Yusup, Febrianawati. 2018. "Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif." *Jurnal Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 7(1): 17-23.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Penelitian Sebelum Uji Coba

Skala Uji Coba 1

NO	Aitem	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya suka membangun pembicaraan terlebih dahulu dengan orang lain				
2	Saya merasa senang apabila orang lain merespon apa yang saya bicarakan				
3	Jika lawan bicara saya tidak merespon apa yang saya bicarakan maka saya tetap akan berusaha membangun komunikasi yang baik				
4	saya biasanya hanya memulai pembicaraan setelah pembicaraan tersebut dimulai oleh orang lain				
5	saya merasa marah ketika orang lain tidak merespon apa yang saya bicarakan				
6	jika lawan bicara saya tidak merespon apa yang saya bicarakan maka saya akan marah/tersinggung				
7	Mudah bagi saya memulai sebuah topik pembicaraan				
8	Saya dapat mengontrol perasaan saya agar dapat berinteraksi dengan baik				
9	Saya sadar bahwa saya tidak selalu mendapatkan respon yang baik ketika memulai sebuah pembicaraan namun saya tetap melakukannya				
10	saya tidak cakap ketika memulai sebuah topik pembicaraan				
11	jika perasaan sedang buruk saya tidak dapat memulai pembicaraan dengan orang lain				
12	saya tidak akan melanjutkan obrolan dengan orang lain jika tidak direspon dengan baik oleh orang tersebut				
13	Saya tertarik memulai pembahasan tentang bahas hal-hal baru dengan orang lain				
14	Saya antusias pada apa yang di bicarakan lawan bicara saya				
15	Saya tetap membangun suasana komunikasi yang baik meskipun lawan bicara saya bersikap pasif dalam obrolan				
16	saya tidak tertarik membahas hal-hal baru dengan orang lain				
17	saya tidak antusias dengan lawan bicara saya karena banyak pikiran				
18	jika lawan bicara saya pasif dalam obrolan saya tidak akan melanjutkan obrolan tersebut				

Skala Uji Coba 2

NO	Aitem	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya akan menelfon orang lain atau membalas chat ketika saya rasa obrolannya membosankan				
2	Saya pernah bermain game ketika sedang dalam obrolan				
3	Berada jauh dari <i>smartphone</i> membuat saya merasa tidak tenang				
4	Ketika saya memainkan <i>smartphone</i> seringkali waktu berlalu begitu cepat tanpa terasa				
5	Saya tidak membalas chat atau telepon ketika sedang berinteraksi secara langsung meskipun obrolannya membosankan				
6	Saya tidak pernah bermain game ketika sedang mengobrol				
7	Tanpa menggunakan <i>smartphone</i> saya tetap merasa tenang atau biasa saja				
8	Banyak waktu yang saya habiskan tanpa menggunakan <i>smartphone</i>				
9	Saya pernah mengangkat telfon dari orang lain saat sedang mengobrol				
10	Menurut saya bermain game tidak menjadi menghambat komunikasi dengan orang lain				
11	Saya merasa mengikuti info terkini amat penting bagi saya sehingga saya tidak bisa jauh dari <i>smartphone</i>				
12	Apa yang ada dalam <i>smartphone</i> begitu menyenangkan hingga saya sering lupa waktu saat menggunakannya				
13	Ketika saya sedang mengobrol secara langsung saya merasa tidak harus mengangkat telfon yang masuk				
14	Menurut saya game dapat menjadi penghambat ketika berkomunikasi dengan orang lain				
15	Saya merasa tidak tertarik untuk mengikuti info terkini sehingga saya tidak perlu memantau <i>smartphone</i> setiap waktu				
16	Apa yang ada pada <i>smartphone</i> tidak dapat menyita waktu saya				
17	Saya merasa tidak masalah ketika membalas chat atau telfon ketika sedang berinteraksi secara langsung				
18	Saya merasa game online tidak mengganggu interaksi sosial saya				
19	Saya merasa sedikit cemas ketika jauh dari <i>smartphone</i> saya				
20	Saya merasa kesulitan mengatur waktu penggunaan <i>smartphone</i> saya				
21	Saya merasa membalas chat atau telfon saat melakukan interaksi secara langsung itu kurang sopan				
22	Saya merasa memainkan game dapat mengganggu komunikasi yang saya lakukan				
23	Saya tidak merasa cemas ketika jauh dari <i>smartphone</i>				
24	Saya tidak merasa kesulitan dalam mengatur waktu penggunaan <i>smartphone</i> saya				

Skala Uji Coba 3

NO	Aitem	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengontrol penggunaan <i>smartphone</i> saat berbicara dengan teman atau orang lain				
2	Saya tidak mengakses <i>smartphone</i> dalam sebuah pembicaraan meskipun teman saya yang lain melakukannya				
3	Saya berfikir untuk tidak menggunakan <i>smartphone</i> saat berinteraksi agar lawan bicara saya tidak tersinggung				
4	Saya mampu memperhatikan lebih baik lawan bicara saya saat sedang tidak menggunakan <i>smartphone</i>				
5	Saya memilih untuk tidak menggunakan <i>smartphone</i> ketika sedang berbicara dengan orang lain				
6	Saya mampu memutuskan dengan baik mana yang lebih penting antara obrolan langsung dan chat/pesan				
7	Ketika obrolan dengan orang lain itu membosankan saya tidak ragu mengakses <i>smartphone</i>				
8	Melihat teman saya mengakses <i>smartphone</i> dalam sebuah obrolan saya merasa boleh juga melakukannya				
9	Saya merasa tidak harus memperhatikan opini orang saat saya sedang menggunakan <i>smartphone</i>				
10	Saya merasa tidak terlalu perlu memperhatikan lawan bicara saya karna saya punya kepentingan tersendiri				
11	Menurut saya memainkan <i>smartphone</i> saat mengobrol tidak mengganggu obrolan saya				
12	Saya sulit memutuskan mana yang lebih penting antara obrolan secara langsung ataupun berkirim chat/pesan				
13	Tidak menggunakan <i>smartphone</i> selama sedang berinteraksi adalah hal yang mudah saya lakukan				
14	Saya menganggap mengakses <i>smartphone</i> saat sedang mengobrol dapat mengganggu pembicaraan				
15	Membagi fokus saya dengan <i>smartphone</i> menjadikan saya tidak bisa menerima informasi dengan utuh				
16	Saya dapat mengetahui bahwa teman saya tersinggung saat saya sering mengakses <i>smartphone</i> ketika mengobrol				

17	Saya tau lawan bicara saya akan tersinggung saat saya membalas chat terus-menerus di depannya, jadi saya tidak melakukannya				
18	Saya memutuskan untuk memberikan perhatian penuh pada lawan bicara saya tanpa terintrupsi menggunakan <i>smartphone</i>				
19	Saya sulit lepas dari <i>smartphone</i> bahkan saat mengobrol sekalipun				
20	Menurut saya tidak apa mengakses <i>smartphone</i> saat berinteraksi karena tidak mengganggu				
21	Saya mampu menerima informasi dengan baik walaupun saya sedang menggunakan <i>smartphone</i>				
22	Memainkan <i>smartphone</i> tidak membuat saya dan teman saya tersinggung saat sedang mengobrol				
23	Menurut saya membalas chat/pesan saat dalam obrolan tidak menyinggung lawan bicara saya				
24	Saya tidak dapat memutuskan lebih memilih memperhatikan <i>smartphone</i> atau pembicaraan teman saya				
25	Dalam sebuah pembicaraan saya hanya akan mengakses <i>smartphone</i> apa bila ada kepentingan tertentu				
26	Saat mengobrol saya tidak mengakses <i>smartphone</i> agar obrolan lebih menyenangkan				
27	Saya berfikir cara menghargai lawan bicara saya adalah dengan memerhatikannya tanpa menggunakan <i>smartphone</i> ditengah-tengah pembicaraan				
28	Saya lebih mengutamakan orang yang berbicara langsung dengan saya dari pada orang yang mengirim pesan kepada saya				
29	Saya tetap akan mengakses <i>smartphone</i> saat dalam obrolan walaupun tidak ada kepentingan				
30	Saya merasa dapat mengakses <i>smartphone</i> saat berbicara tidak berpengaruh dengan kualitas obrolan				
31	Apabila lawan bicara saya sering mengakses <i>smartphone</i> di tengah pembicaraan maka saya akan menganggapnya tidak menghargai saya				
32	Saya mampu berbicara dengan lawan bicara saya tanpa gangguan meskipun saya juga membalas chat/pesan				

Lampiran 2. Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas Interaksi Sosial

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
IS.1	46.7500	31.226	.556	.717
IS.2	46.0000	34.129	.334	.739
IS.3	47.0938	34.668	.405	.736
IS.4	47.1250	35.145	.184	.752
IS.5	46.7188	36.209	.033	.772
IS.6	46.8750	33.790	.293	.743
IS.7	46.8750	31.984	.535	.721
IS.8	46.4688	33.612	.428	.732
IS.9	46.8750	36.048	.135	.754
IS.10	47.0000	32.065	.584	.718
IS.11	47.6250	34.242	.223	.751
IS.12	47.3438	35.781	.138	.755
IS.13	46.2188	34.370	.383	.736
IS.14	46.3750	33.855	.392	.735
IS.15	46.6563	36.104	.164	.750
IS.16	46.2500	32.258	.696	.714
IS.17	46.6875	34.157	.283	.743
IS.18	47.0938	34.152	.393	.735

2. Validitas *Phubbing*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
P.01	56.3438	80.555	-.055	.830
P.02	56.0938	67.894	.686	.796
P.03	55.9688	72.805	.559	.806
P.04	54.9063	80.797	-.072	.830
P.05	55.8125	77.641	.154	.822
P.06	55.9375	74.060	.282	.818
P.07	55.6250	70.887	.621	.802
P.08	55.6875	77.641	.162	.821
P.09	55.2813	76.144	.304	.816
P.10	56.1875	68.028	.717	.795
P.11	55.5000	76.516	.237	.818
P.12	55.5000	75.419	.318	.815
P.13	55.3750	75.661	.298	.816
P.14	56.0938	70.926	.619	.802
P.15	55.2500	75.097	.308	.816
P.16	55.4063	77.475	.161	.822
P.17	55.8438	73.362	.481	.808
P.18	56.1250	70.565	.548	.804
P.19	55.7813	69.467	.640	.799
P.20	55.5000	74.129	.392	.812
P.21	56.0938	73.830	.492	.809
P.22	55.9688	73.773	.328	.815
P.23	55.6250	76.113	.204	.821
P.24	55.6875	77.125	.218	.819

3. Validitas Kontrol Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD.01	93.0625	124.964	.462	.887
KD.02	93.5938	124.636	.310	.889
KD.03	93.0000	124.194	.646	.885
KD.04	92.8750	124.371	.416	.887
KD.05	93.0625	120.706	.630	.883
KD.06	93.8125	125.835	.250	.890
KD.07	93.8125	124.609	.320	.889
KD.08	93.3750	120.887	.452	.886
KD.09	93.0625	124.254	.396	.887
KD.10	93.4063	125.539	.271	.890
KD.11	93.1875	126.802	.239	.890
KD.12	93.1563	118.652	.677	.882
KD.13	93.0000	120.000	.655	.882
KD.14	93.3750	121.403	.495	.885
KD.15	93.2813	121.693	.518	.885
KD.16	93.0000	123.871	.475	.886
KD.17	93.2500	124.387	.394	.887
KD.18	93.3750	117.984	.660	.882
KD.19	93.5313	121.870	.507	.885
KD.20	93.4688	126.257	.184	.893
KD.21	93.4688	120.451	.547	.884
KD.22	93.1250	123.726	.451	.886
KD.23	92.9688	128.289	.109	.893
KD.24	93.2500	121.806	.444	.886
KD.25	92.8750	119.919	.729	.882
KD.26	92.9375	123.028	.480	.886
KD.27	93.0625	121.415	.583	.884
KD.28	93.1250	119.468	.695	.882
KD.29	93.4688	127.096	.163	.893
KD.30	93.7813	135.144	-.280	.899
KD.31	93.9375	121.609	.504	.885
KD.32	93.0313	122.676	.635	.884

4. Reliabilitas Interaksi Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.788	13

5. Reliabilitas Phubbing

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.851	16

6. Reliabilitas Kontrol Diri

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.906	25

Lampiran 3. Skala Penelitian Setelah Uji Coba**Skala Penelitian 1**

NO	Aitem	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya suka membangun pembicaraan terlebih dahulu dengan orang lain				
2	Saya merasa senang apabila orang lain merespon apa yang saya bicarakan				
3	Jika lawan bicara saya tidak merespon apa yang saya bicarakan maka saya tetap akan berusaha membangun komunikasi yang baik				
4	jika lawan bicara saya tidak merespon apa yang saya bicarakan maka saya akan marah/tersinggung				
5	Mudah bagi saya memulai sebuah topik pembicaraan				
6	Saya dapat mengontrol perasaan saya agar dapat berinteraksi dengan baik				
7	saya tidak cakap ketika memulai sebuah topik pembicaraan				
8	jika perasaan sedang buruk saya tidak dapat memulai pembicaraan dengan orang lain				
9	Saya tertarik memulai pembahasan tentang bahas hal-hal baru dengan orang lain				
10	Saya antusias pada apa yang di bicarakan lawan bicara saya				
11	saya tidak tertarik membahas hal-hal baru dengan orang lain				
12	saya tidak antusias dengan lawan bicara saya karena banyak pikiran				
13	jika lawan bicara saya pasif dalam obrolan saya tidak akan melanjutkan obrolan tersebut				

Skala Penelitian 2

NO	Aitem	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya pernah bermain game ketika sedang dalam obrolan				
2	Berada jauh dari <i>smartphone</i> membuat saya merasa tidak tenang				
3	Saya tidak pernah bermain game ketika sedang mengobrol				
4	Tanpa menggunakan <i>smartphone</i> saya tetap merasa tenang atau biasa saja				
5	Saya pernah mengangkat telfon dari orang lain saat sedang mengobrol				
6	Menurut saya bermain game tidak menjadi menghambat komunikasi dengan orang lain				
7	Apa yang ada dalam <i>smartphone</i> begitu menyenangkan hingga saya sering lupa waktu saat menggunakannya				
8	Ketika saya sedang mengobrol secara langsung saya merasa tidak harus mengangkat telfon yang masuk				
9	Menurut saya game dapat menjadi penghambat ketika berkomunikasi dengan orang lain				
10	Saya merasa tidak tertarik untuk mengikuti info terkini sehingga saya tidak perlu memantau <i>smartphone</i> setiap waktu				
11	Saya merasa tidak masalah ketika membalas chat atau telfon ketika sedang berinteraksi secara langsung				
12	Saya merasa game online tidak mengganggu interaksi sosial saya				
13	Saya merasa sedikit cemas ketika jauh dari <i>smartphone</i> saya				
14	Saya merasa kesulitan mengatur waktu penggunaan <i>smartphone</i> saya				
15	Saya merasa membalas chat atau telfon saat melakukan interaksi secara langsung itu kurang sopan				
16	Saya merasa memainkan game dapat mengganggu komunikasi yang saya lakukan				

Skala Penelitian 3

NO	Aitem	Pilihan Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengontrol penggunaan <i>smartphone</i> saat berbicara dengan teman atau orang lain				
2	Saya tidak mengakses <i>smartphone</i> dalam sebuah pembicaraan meskipun teman saya yang lain melakukannya				
3	Saya berfikir untuk tidak menggunakan <i>smartphone</i> saat berinteraksi agar lawan bicara saya tidak tersinggung				
4	Saya mampu memperhatikan lebih baik lawan bicara saya saat sedang tidak menggunakan <i>smartphone</i>				
5	Saya memilih untuk tidak menggunakan <i>smartphone</i> ketika sedang berbicara dengan orang lain				
6	Ketika obrolan dengan orang lain itu membosankan saya tidak ragu mengakses <i>smartphone</i>				
7	Melihat teman saya mengakses <i>smartphone</i> dalam sebuah obrolan saya merasa boleh juga melakukannya				
8	Saya merasa tidak harus memperhatikan opini orang saat saya sedang menggunakan <i>smartphone</i>				
9	Saya sulit memutuskan mana yang lebih penting antara obrolan secara langsung ataupun berkirim chat/pesan				
10	Tidak menggunakan <i>smartphone</i> selama sedang berinteraksi adalah hal yang mudah saya lakukan				
11	Saya menganggap mengakses <i>smartphone</i> saat sedang mengobrol dapat mengganggu pembicaraan				
12	Membagi fokus saya dengan <i>smartphone</i> menjadikan saya tidak bisa menerima informasi dengan utuh				
13	Saya dapat mengetahui bahwa teman saya tersinggung saat saya sering mengakses <i>smartphone</i> ketika mengobrol				
14	Saya tau lawan bicara saya akan tersinggung saat saya membalas chat terus-menerus di depannya, jadi saya tidak melakukannya				
15	Saya memutuskan untuk memberikan perhatian penuh pada lawan bicara saya tanpa terintrupsi menggunakan <i>smartphone</i>				
16	Saya sulit lepas dari <i>smartphone</i> bahkan saat mengobrol sekalipun				

17	Saya mampu menerima informasi dengan baik walaupun saya sedang menggunakan <i>smartphone</i>				
18	Memainkan <i>smartphone</i> tidak membuat saya dan teman saya tersinggung saat sedang mengobrol				
19	Saya tidak dapat memutuskan lebih memilih memperhatikan <i>smartphone</i> atau pembicaraan teman saya				
20	Dalam sebuah pembicaraan saya hanya akan mengakses <i>smartphone</i> apa bila ada kepentingan tertentu				
21	Saat mengobrol saya tidak mengakses <i>smartphone</i> agar obrolan lebih menyenangkan				
22	Saya berfikir cara menghargai lawan bicara saya adalah dengan memperhatikannya tanpa menggunakan <i>smartphone</i> ditengah-tengah pembicaraan				
23	Saya lebih mengutamakan orang yang berbicara langsung dengan saya dari pada orang yang mengirim pesan kepada saya				
24	Saya tetap akan mengakses <i>smartphone</i> saat dalam obrolan walaupun tidak ada kepentingan				
25	Saya mampu berbicara dengan lawan bicara saya tanpa gangguan meskipun saya juga membalas chat/pesan				

Lampiran 4. Skor Responden

Responden	Interaksi Sosial	<i>Phubbing</i>	Kontrol Diri
1	39	38	65
2	36	38	65
3	31	45	74
4	35	33	75
5	42	37	70
6	44	29	75
7	38	42	69
8	39	41	81
9	32	46	74
10	49	29	95
11	41	36	68
12	34	42	66
13	36	43	72
14	37	43	70
15	35	41	76
16	36	38	81
17	40	42	71
18	38	34	82
19	47	41	90
20	39	25	93
21	30	39	75
22	37	38	71
23	34	42	72
24	36	35	76
25	42	34	90
26	34	42	72
27	43	42	93
28	32	46	67
29	30	32	81
30	36	37	78
31	39	32	80
32	46	33	84
33	35	39	76
34	33	37	86
35	34	40	71
36	39	39	74

37	34	34	87
38	49	38	93
39	28	41	85
40	31	34	76
41	35	40	76
42	38	45	74
43	45	32	85
44	35	39	70
45	29	41	56
46	26	43	63
47	32	46	84
48	38	45	52
49	43	24	91
50	45	31	79
51	33	38	71
52	48	33	87
53	29	41	73
54	31	38	90
55	44	37	84
56	36	37	85
57	35	38	67
58	27	49	76
59	28	32	90
60	38	46	75
61	37	35	85
62	37	31	94
63	33	44	70
64	32	36	80
65	40	35	86
66	35	47	72
67	36	46	80
68	29	40	70
69	31	43	65
70	35	46	66
71	19	42	54
72	34	35	75
73	39	26	87
74	34	39	84

75	42	40	83
76	37	38	74
77	37	33	73
78	37	38	69
79	36	42	66
80	34	39	73
81	36	43	70
82	39	41	72
83	37	35	88
84	39	40	68
85	38	46	78
86	37	39	75
87	42	29	89
88	38	39	65
89	40	40	62
90	37	41	82
91	36	42	79
92	32	39	62
93	44	34	70
94	35	28	85
95	32	39	85
96	33	34	74
97	40	52	69
98	49	37	91
99	39	39	86
100	32	33	71

Lampiran 5. Data Deskriptif

1. Deskripsi Subjek Penelitian

a. Jenis kelamin

Jenis Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	17	17.0	17.0	17.0
	Perempuan	83	83.0	83.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

b. Usia

USIA					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17	1	1.0	1.0	1.0
	18	6	6.0	6.0	7.0
	19	7	7.0	7.0	14.0
	20	16	16.0	16.0	30.0
	21	21	21.0	21.0	51.0
	22	36	36.0	36.0	87.0
	23	11	11.0	11.0	98.0
	24	2	2.0	2.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

c. Rata-rata penggunaan *smartphone* harian

Rata-rata Penggunaan <i>Smartphone</i> Harian					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3-5 jam	17	17.0	17.0	17.0
	5-10 jam	53	53.0	53.0	70.0
	10 jam atau lebih	30	30.0	30.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

2. Deskripsi Data Penelitian

a. Deskripsi data variabel penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Interaksi Sosial	100	19	49	36.54	5.273
<i>Phubbing</i>	100	24	52	38.37	5.285
Kontrol Diri	100	52	95	76.54	9.266
Valid N (listwise)	100				

b. Kategorisasi variabel penelitian

Kategori <i>Phubbing</i>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	18	18.0	18.0	18.0
	Sedang	68	68.0	68.0	86.0
	Tinggi	14	14.0	14.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Kategori Interaksi Sosial					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	14	14.0	14.0	14.0
	Sedang	69	69.0	69.0	83.0
	Tinggi	17	17.0	17.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Kategori Kontrol Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	15	15.0	15.0	15.0
	Sedang	66	66.0	66.0	81.0
	Tinggi	19	19.0	19.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 6. Hasil Uji Analisis dan Uji Hipotesis

1. Uji asumsi

a. Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	474.155.378
Most Extreme Differences	Absolute	.044
	Positive	.043
	Negative	-.044
Test Statistic		.044
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.		

b. Uji linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
INTERAKSI SOSIAL * PHUBBING	Between Groups	(Combined)	698,181	23	30,356	1,123	0,342
		Linearity	302,747	1	302,747	11,198	0,001
		Deviation from Linearity	395,434	22	17,974	0,665	0,859
	Within Groups		2054,659	76	27,035		
	Total		2752,840	99			

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
INTERAKSI SOSIAL *	Between Groups	(Combined)	1331,959	33	40,362	1,875	0,015
		Linearity	467,179	1	467,179	21,700	0,000

KONTROL DIRI	Deviation from Linearity	864,780	32	27,024	1,255	0,216
	Within Groups	1420,881	66	21,528		
	Total	2752,840	99			

c. Uji multikolinieritas

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	28.737	7.445		3.860	.000		
	PHUBBING	-.169	.105	-.170	-1.616	.109	.756	1.322
	KONTROL DIRI	.187	.060	.328	3.127	.002	.756	1.322

a. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL

2. Uji hipotesis

a. Uji T

Coefficients ^a								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	28.737	7.445		3.860	.000		
	PHUBBING	-.169	.105	-.170	-1.616	.109	.756	1.322
	KONTROL DIRI	.187	.060	.328	3.127	.002	.756	1.322

a. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL

b. Uji F

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	527,089	2	263,545	11,485	.000 ^b
	Residual	2225,751	97	22,946		

Total	2752,840	99		
a. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL				
b. Predictors: (Constant), KONTROL DIRI, PHUBBING				

c. Uji Koefisien Determinasi

Model Summary^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.438 ^a	,191	,175	4,790
a. Predictors: (Constant), KONTROL DIRI, PHUBBING				
b. Dependent Variable: INTERAKSI SOSIAL				

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Zulfikar Risqi Noermartanto
Tempat tanggal lahir : Semarang, 19 Oktober 1998
Alamat : JL. Cempolorejo 4 No.11, Kel. Kerobokan. Kec. Semarang Barat, Kota Semarang
Nomer Telp/HP : 08893515767
Email : zulfikarrizky1@gmail.com

- **Pendidikan Formal**

TK	Miftahul Jannah	
SD	SD Negeri Beringin 02	Lulus tahun 2011
SMP	SMP Nuris Mijen Semarang	Lulus tahun 2014
SMA	SMA Negeri 13 Semarang	Lulus tahun 2017
Universitas	UIN Walisongo Semarang	Angkatan 2018

- **Pengalaman Organisasi dan Kerja**

1. Pengalaman Organisasi

- a. Dewan Kerja Ranting Mijen tahun 2016-2018
- b. Koordinator Divisi Produksi Bidang Event Organizer UKM Musik UIN Walisongo Semarang tahun 2019-2020
- c. Koordinator Divisi Produksi Bidang Desain Grafis UKM Musik UIN Walisongo Semarang Tahun 2020-2021

2. Pengalaman kerja

- a. Guru Pramuka SD Negeri Kedungpane 01 Semarang Tahun 2017-2019
- b. Membuka Usaha Bubur Kacang Hijau Tahun 2022
- c. Fotografer Freelance Tahun 2022

- **Karya Ilmiah**

Buku ber-ISBN dengan judul: Serba-serbi Era New Normal di Tengah Pandemi Covid-19

