



Pengaruh Fear Of Missing Out Terhadap Perilaku Phubbing Pada Remaja Pengguna Smartphone Di Kota Bekasi

Dedi Ramadan Marpaung¹, Kus Hanna Rahmi²

¹Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

²Dosen Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Received: 07 November 2024

Revised : 13 November 2024

Accepted: 19 November 2024

Abstract

Teenagers who use smartphones when communicating with other people cause the person they are talking to to feel ignored, which is called Phubbing Behavior. When teenagers feel fear of missing out, teenagers check their smartphones regularly, especially at Bekasi City. The variables in this study were measured using two measuring instrument, namely the Fear of Missing Out measuring instrument and the Phubbing Behavior measuring instrument, which focuses on a Likert Scale model that has been modified using five alternative answer choices. The result of the regression test obtained the equation $Y = (21.588 + 0.344)$. This mean the equality of the phubbing behavior variable and the fear of missing out variable. Based on the result of the ANOVA test, a significant value of 0.000 was obtained, which means that there is an influence of Fear of Missing Out on Phubbing Behavior in adolescence smartphone's user. The result of R square (R^2) show a figure of 0.174 which means that the variables Fear of Missing Out make an effective contribution of 17.4% to Phubbing Behavior. Meanwhile, the remaining 82.6% is influenced by other factors.

Keywords: Phubbing Behavior, Fear of Missing Out, Smartphone

(*) Corresponding Author: rrama.drm@gmail.com

How to Cite: Marpaung, D. R., & Rahmi, K. H. (2024). Pengaruh Fear Of Missing Out Terhadap Perilaku Phubbing Pada Remaja Pengguna Smartphone Di Kota Bekasi. <https://doi.org/10.5281/zenodo.14545523>

PENDAHULUAN

Pada era 4.0 ini kita telah melihat gebrakan besar dalam teknologi komunikasi dimana telah banyak diciptakan alat-alat atau sistem yang dapat mendukung interaksi manusia baik antara satu individu dengan individu lain, individu dengan kelompok, maupun kelompok dengan kelompok lain. Setiap saat teknologi dalam komunikasi selalu berkembang tanpa henti contohnya seperti *smartphone* yang semula dari telepon. *Smartphone* memiliki beragam manfaat yang ditawarkan kepada penggunanya, seperti memberikan kemudahan dalam mengakses komunikasi dan memungkinkan orang-orang untuk terhubung dengan teman-teman dan keluarga kapan saja dan di mana saja (Capilla Garrido et al., 2021).

Ditinjau dari segi kelompok usia berdasarkan data yang bersumber dari Puslitbang Aptika IKP Kominfo, jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia pada rentang usia 20-29 tahun sebesar 79,95%. Kemudian disusul rentang usia 30-49 tahun sebesar 68,34% dan rentang usia 9-19 tahun sebesar 65,34%. Penggunaan *smartphone* yang paling sedikit ada pada rentang usia 50-79 tahun sebesar 50,79% (Adisty, 2022). Dengan demikian dapat diketahui bahwa pengguna *smartphone* di Indonesia didominasi oleh para remaja termasuk para remaja kota Bekasi. Pada studi yang dilakukan Hurlock menjelaskan bahwa kata remaja berasal dari kata latin

adolescence yang memiliki arti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (Putri et al., 2016).

Fenomena yang kerap kali menjadi permasalahan pada remaja saat menggunakan *smartphone* adalah penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Remaja sebagian besar menggunakan *smartphone* untuk bermain *game* dan juga media sosial. Pada penelitian Thompson dan Loughheed ditemukan bahwa remaja menghabiskan 54% waktunya dengan *online* di media sosial (Woods & Scott, 2016). Penggunaan *smartphone* berlebihan dapat menjadi kecanduan, kecanduan *smartphone* didefinisikan sebagai penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan tidak terkontrol pada tingkat yang akan mempengaruhi kehidupan sehari-hari penggunaannya (Sut et al., 2016). Penggunaan *smartphone* pada tingkat kecanduan dapat menyebabkan masalah fisik dan psikologis, seperti gangguan yang berhubungan dengan sistem muskuloskeletal dan nyeri (Inal et al., 2015), gangguan dalam rutinitas sehari-hari, gangguan tidur, penurunan aktivitas fisik, stres, penurunan prestasi akademik dan perubahan dalam keluarga dan hubungan sosial (Hawi & Samaha, 2016).

Menurut Ducharme (2018), kebiasaan atau perilaku individu yang mengabaikan pembicaraan lawan bicara untuk menggunakan *smartphone*-nya dapat membuat komunikasi dua arah menjadi terasa kurang terhubung, dapat mengganggu kesehatan mental, tidak baik karena menyakiti hati lawan bicara, dan dapat merusak reputasi individu karena dianggap kurang sopan untuk dilakukan. Fenomena ini pada masa sekarang dikenal dengan *phubbing*.

Istilah *phubbing* sendiri berasal dari kata "phone" yang berarti *smartphone* dan "snubbing" yang berarti menghina. Menurut Karadağ et al., (2016), *phubbing* merupakan sebagai kondisi di mana individu melihat *smartphone*-nya selama percakapan dengan individu lain sedang berlangsung, fokus dengan *smartphone* dan melarikan diri dari komunikasi interpersonal. Sehingga lawan bicara merasa terhina dan diabaikan dan membuat kualitas komunikasi menjadi tidak baik.

Phubbing ini berdampak negatif terhadap orang yang melakukannya dan juga orang yang diabaikan oleh pelaku *phubbing* tersebut. Apabila perilaku *phubbing* ini terus berlanjut, maka interaksi sosial atau komunikasi remaja akan terganggu bahkan berkurangnya kualitas komunikasi antara satu sama lain. Seperti yang diungkapkan Aditia (2021) dalam penelitiannya *phubbing* mampu menyebabkan penurunan relasi sosial antara pelaku dan penerima *phubbing* karena pengabaian atau pengucilan yang dilakukan baik secara sadar maupun tidak. Salah satu karakteristik *phubbing* yang juga dapat menurunkan relasi sosial ialah pengalihan kontak mata, dari yang seharusnya melihat ke lawan bicara namun teralihkan ke *smartphone* dan kemudian dapat ditafsirkan sebagai pemberian *silent treatment*, atau penolakan secara sosial.

Faktor penyebab sosial *phubbing* sendiri menurut Alamudi & Syukur (2023) adalah karena keberagaman fitur dan juga aplikasi pada *smartphone*, terlalu asik *chatting*-an, dan terlalu asik bermain *game*. Sehingga *phubbing* juga berpotensi mengurangi kualitas interaksi sosial antara orang-orang dalam masyarakat karena orang yang menunjukkan perilaku ini dapat dianggap sebagai orang yang tidak menghormati orang-orang di sekitar mereka, yang menunjukkan bahwa mereka ingin menghindari komunikasi antarpribadi atau mereka tidak tertarik dengan lingkungannya, (Anshari et al., 2016). Selain itu, *phubbing* juga dapat terjadi di

mana saja dan kapan saja, termasuk saat makan, pertemuan, konferensi atau pertemuan sosial dengan teman dan keluarga, (Nazir & Pişkin, 2019).

Dalam penelitian Al-Saggaf & O'Donnell (2019) telah mengidentifikasi beberapa faktor prediktif yang menjadi penyebab perilaku *phubbing*. Secara khusus, faktor-faktor penyebab perilaku *phubbing* mencakup ciri-ciri kepribadian (misalnya, neurotisme), perilaku adiktif (misalnya, kecanduan internet, kecanduan *smartphone*, dan kecanduan media sosial), kurangnya pengendalian diri, kecemasan, dan *fear of missing out*. Maka akibat *fear of missing out* akan peristiwa yang sedang terjadi atau dialami oleh orang lain membuat seseorang secara sadar atau tanpa sadar mengabaikan dan menyakiti hati lawan bicaranya dengan menggunakan *smartphone* untuk mencari tahu apa yang sedang dilakukan oleh orang lain melalui *smartphone* ketika melakukan komunikasi secara langsung dengan orang lain atau kelompok.

Remaja tentu ingin memiliki lingkungan dengan kualitas komunikasi yang baik. Apabila remaja dapat berkomunikasi dengan baik dan berkualitas, maka remaja tidak perlu merasakan penurunan relasi sosial, merasa terabaikan, dikucilkan, menjadi korban *silent treatment* dan penolakan secara sosial.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, karena data yang diperoleh akan diwujudkan dalam bentuk berupa angka-angka. Pendekatan kuantitatif berguna untuk meneliti populasi atau sampel yang tertentu dengan memanfaatkan teknik pengambilan sampel yang dalam prosesnya dilakukan secara acak. Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan data *non probability sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 123 remaja. Kemudian pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen analisis yang bersifat statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Sifat penelitian ini adalah asosiatif kausal yang berarti untuk mengetahui apakah terdapat atau tidaknya hubungan atau pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2013). Teknik dalam menganalisis data yang terdapat dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linear sederhana yaitu analisis regresi dengan satu variabel terikat dan satu variabel bebas. Selanjutnya seluruh tahap proses analisis dalam penelitian ini dilakukan dengan proses analisis statistik dengan menggunakan alat bantuan program komputer IBM *Statistical Program for Social Science (SPSS) for windows* versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengukuran Validitas dan Reliabilitas

Uji Validitas

Validitas secara umum dapat diartikan sebagai ketepatan. Menurut Kelly validitas merupakan sejauh mana alat ukur psikologi dapat mengukur sesuatu yang hendak diukur (Azwar, 2012). Menurut Cronbach proses validasi memiliki tujuan yang berupa validasi terhadap interpretasi data yang diperoleh dari prosedur pengukuran, dan bukan validasi terhadap suatu alat ukur psikologi atau tes psikologi yang digunakan.

Tabel 1. Alat Ukur Perilaku *Phubbing*

No	Indikator	Favourable	Jumlah Aitem Sahih
1	Menatap layar smartphne ketika bersama orang lain	1,4	2
2	Sibuk menggunakan smartphne ketika bersama teman	2,3,5,10	4
3	Smartphne saya selalu dalam jangkauan saya	6,8,9	3
4	Ketika saya bangun di pagi hari, saya pertama kali mengecek pesan di smartphne saya	7	1
TOTAL			10

Berdasarkan pada tabel diatas dari 10 item pada variabel perilaku *phubbing* terdapat 10 item yang sah sedangkan 0 item yang gugur.

Tabel 2. Alat Ukur *Fear of Missing Out*

No	Indikator	Favourable	Jumlah Aitem Sahih
1	Merasa butuh mencari tahu apa yang dilakukan oleh teman di dunia maya	4,6	2
2	Memberikan update tentang dirinya sendiri di dunia maya	8	1
3	Cemas akan pengalaman yang dilakukan teman/orang lain ketika tidak ada individu	3,5,7,9	4
4	Cemas akan pengalaman yang dilakukan teman/orang lain lebih baik dari individu	1,2,10	3
TOTAL			10

Berdasarkan tabel diatas dari 10 item yang terdapat pada variabel *fear of missing out* terdapat 10 item yang sah sedangkan 0 item yang gugur.

Uji Reliabilitas

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan pengujian reliabilitas, yaitu dengan cara menghitung nilai koefisien korelasi reliabilitas *Alpha Cronbach*. Pada penelitian ini, pengujian reliabilitas hasil pengukuran instrumen penelitian dilakukan dengan menggunakan bantuan SPSS 26 *for windows*.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas Skala Perilaku *Phubbing*

Cronbach's Alpha	N of Items
0,780	10

Pada tabel diatas dapat dilihat hasil analisis pada skala perilaku *phubbing* menunjukkan nilai hasil reliabilitas 0,780 yang berarti reliabel dengan kategori cukup bagus. Suatu instrumen atau skala penelitian dapat dikatakan reliabel dengan minimal nilai koefisien reliabilitas 0,70 atau lebih (Sugiyono, 2013).

Tabel 5. Hasil Uji Reliabilitas Skala Perilaku *Fear of Missing Out*

Cronbach's Alpha	N of Items
0,789	10

Pada tabel diatas dapat dilihat hasil analisis pada skala perilaku *fear of missing out* menunjukkan nilai hasil reliabilitas 0,780 yang berarti reliabel dengan kategori cukup bagus. Suatu instrumen atau skala penelitian dapat dikatakan reliabel dengan minimal nilai koefisien reliabilitas 0,70 atau lebih (Sugiyono, 2013).

Hasil Uji Asumsi

Untuk melakukan pengujian analisis regresi linier sederhana untuk mendapatkan hipotesis penelitian, maka terlebih dahulu penting untuk dilakukan suatu pengujian asumsi atas data yang akan diolah yaitu sebagai berikut:

Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan untuk menguji apakah dalam model regresi, apakah data yang telah dikumpulkan terdistribusi dengan normal atau tidak (Ghozali, 2018). Pengujian dilakukan menggunakan bantuan SPSS 26.0 *for windows*. Data dapat dikatakan berdistribusi normal jika nilai $p > 0,05$. Hasil uji normalitas untuk variabel dalam penelitian ini disajikan sebagai berikut.

Tabel 6. Uji Hasil Normalitas

	sig
N	123
Perilaku <i>phubbing</i> dan <i>fear of missing out</i>	0,200

Hasil uji normalitas yang terdapat pada tabel diatas dilakukan menggunakan uji normalitas *kolmogorov-smirnov* diketahui bahwa semua variabel memiliki nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 yaitu sebesar 0,200 sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang terdapat dalam penelitian ini terdistribusi secara normal (Ghozali, 2018).

Uji Linearitas

Dua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang bersifat linear jika nilai signifikansi (*linearity*) lebih besar dari 0,05 (Ghozali, 2018).

Tabel 7. Uji Linearitas *Fear of Missing Out* (X₁) terhadap Perilaku *Phubbing* (Y)

Variabel	N	Linearity	Keterangan
<i>Fear of Missing Out</i>	123	0,583	Linier
Perilaku <i>Phubbing</i>			

Hasil dari uji linearitas maka dapat diketahui jika nilai signifikansi dari *linearity* adalah 0,583 lebih besar dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa antara variabel perilaku *phubbing* (Y) dengan variabel *fear of missing out* (X).

Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* dari residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan uji Glejser dengan dasar pengambilan keputusan dengan melihat angka probabilitas dari statistik uji Glejser.

Tabel 8. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Model	Sig
<i>Fear of Missing Out</i>	0,763
Perilaku <i>Phubbing</i>	

Hasil analisis data pada uji heteroskedastisitas menunjukkan hasil bahwa nilai *asympt. sig* $0,763 \geq 0,05$ maka dapat dinyatakan bahwa tidak terjadi gejala heteroskedastisitas pada residual.

Hipotesis

Berdasarkan dari hasil perhitungan validitas dan juga reliabilitas kepada item-item mengenai perilaku *phubbing* dan *fear of missing out* maka aitem-aitem yg sah yang akan dipergunakan. Data yang bersumber dari item-item sah untuk digunakan untuk menganalisis data pada penelitian. Didapatkan hasil pengujian normalitas yang menunjukkan bahwa dari kedua variabel dapat terdistribusi secara normal, tidak ditemukan terjadinya masalah heteroskedastisitas dan ditemukan hubungan yang linear antar variabel. Pada analisis regresi digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perubahan nilai pada variabel terikat akibat pengaruh dari nilai variabel bebas (Juliandi et al., 2014). Maka dari itu peneliti dalam penelitian ini menggunakan metode analisis regresi untuk menganalisis menggunakan program IBM *Statistical Program for Social Science (SPSS) for windows* versi 22.

Tabel 9. Koefisien Regresi

Model		ANOVA ^a			t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	Perilaku <i>Phubbing</i>	21.588	2.016		10.710	.000
	<i>Fear of Missing Out</i>	.344	.068	.417	5.054	.000

Nilai pada *t-statistik* berjumlah dengan tujuan untuk menguji signifikansi konstruk dengan acuan jika nilai probabilitas < taraf signifikan sebesar 0.05 dianggap berpengaruh signifikan. Koefisien pada jalur menunjukkan korelasi antara konstruk, yang dimana menunjukkan antara arah positif atau negatif. Berdasarkan tabel hasil perhitungan regresi diatas maka dapat disimpulkan pada variabel *fear of missing out* menunjukkan hasil uji t yang dimana nilai signifikansi pengaruh *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* adalah $0,000 < 0,05$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis kedua diterima artinya terdapat pengaruh yang cukup signifikan antara *fear of missing out* (X_1) terhadap perilaku *phubbing* pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi.

Tabel 10. Anova *Fear of Missing Out* (X) terhadap Perilaku *Phubbing*

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	808.784	1	808.784	25.541	.000 ^b
	Residual	3831.622	121	31.666		
	Total	4640.407	122			
a. Dependent Variable: Perilaku <i>Phubbing</i>						
b. Predictors: (Constant), <i>Fear of Missing Out</i>						

Berdasarkan tabel tersebut maka dapat dikatakan nilai signifikansi untuk *Fear of Missing Out* (X) terhadap Perilaku *Phubbing* (Y) adalah sebesar $0,000 < 0,05$ yang dimana hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh *Fear of Missing Out* (X) dan Perilaku *Phubbing* (Y) secara signifikan.

Tabel 11. Koefisien Determinasi

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.417 ^a	.174	.167	5.627
a. Predictors: (Constant), fomo				
b. Dependent Variable: phubbing				

Koefisien Determinasi (R²) dalam penggunaannya bertujuan untuk dapat mengetahui persentase perubahan terhadap variabel terikat (Y) yang dipengaruhi oleh variabel bebas (X). Ketika R² semakin besar, maka persentase dari variabel terikat (Y) yang dipengaruhi oleh variabel bebas (X) akan semakin tinggi (Juliandi et al., 2014).

Dari tabel diatas dapat diketahui variabel *fear of missing out* (X) menyumbang pengaruh terhadap variabel perilaku *phubbing* (Y) sebesar 0,174 atau 17,4%. Sementara itu sebesar 82,6% dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti.

Rumus uji regresi linier sederhana:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y : Nilai yang memprediksi variabel terikat (perilaku *phubbing*)

a : Konstanta, atau nilai Y apabila X = 0

b : Koefisien regresi, apabila nilai peningkatan dan penurunan variabel Y yang disebabkan variabel X

X : Variabel bebas (*Fear of Missing Out*)

Hasil persamaannya adalah, $Y = (21,588 + 0,344)$

PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fang et al., (2020) menyatakan bahwa *fear of missing out* secara signifikan berpengaruh terhadap perilaku *phubbing*. *Fear of missing out* dikatakan dapat mempengaruhi peningkatan perilaku *phubbing* dan memberikan dampak negatif terhadap komunikasi dan juga interaksi sosial remaja. Sama seperti penelitian yang juga dilakukan oleh Butt & Arshad (2021) ditemukan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dan parsial antara *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* yang ada pada remaja yang menempuh pendidikan di dua universitas swasta dan dua universitas negeri di kota Lahore, Pakistan. Hal ini dapat terjadi karena penyebab banyaknya fitur dan juga konten yang terdapat dalam *smartphone* yang menyebabkan remaja melarikan diri dari interaksi sosial yang dilakukan secara langsung dan fokus pada *smartphone* ketika komunikasi sedang berlangsung. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hura et al., 2021) yang menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* yang dapat dikatakan tergolong tinggi, yaitu 51% (51 remaja), sisanya 49% (49 remaja) termasuk dalam perilaku *phubbing* yang tergolong rendah. Sehingga dari beberapa penelitian terdahulu tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja memiliki kecenderungan untuk melakukan perilaku *phubbing*.

Pada hasil uji kategorisasi *fear of missing out* menunjukkan bahwa 72 responden menilai bahwa *fear of missing out* di kota Bekasi termasuk dalam kategori sedang, 32 responden dalam kategori rendah, dan 19 responden dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *fear of missing out* di kota Bekasi berada pada kategori sedang. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Van Rooij et al., 2018) yaitu sebagian besar remaja di Flemish berada pada kategori sedang meskipun terdapat ketidaksesuaian rentang usia serta kepribadian remaja antara satu dengan yang lain.

Selanjutnya dalam hasil uji kategorisasi yang dilakukan pada variabel *phubbing* menunjukkan bahwa 85 responden menilai bahwa *phubbing* di kota Bekasi termasuk dalam kategori sedang, 24 responden dalam kategori tinggi dan 14 responden dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa *phubbing* yang terdapat di kota Bekasi termasuk dalam kategori sedang. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Yaseen et al., 2021) ditemukan bahwa *phubbing* secara seimbang dalam mempengaruhi milenial baik terhadap laki-laki maupun perempuan. Karena *phubbing* termasuk dalam kategori sedang sehingga perlu adanya upaya untuk menurunkan *fear of missing out* pada remaja agar perilaku *phubbing* tidak sering dilakukan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis simultan yang dikenal dengan uji f, ditemukan bahwa H_a diterima yaitu terdapat pengaruh antara *fear of missing out* terhadap *phubbing*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safdar Bajwa et al., (2023) bahwa terdapat pengaruh positif *fear of missing out* terhadap *phubbing* yang juga memberikan arti bahwa perasaan *fear of missing out* berperan dalam upaya meningkatkan perilaku *phubbing* pada remaja.

Perolehan nilai uji t dalam penelitian ini dengan nilai t hitung dalam penelitian ini juga menyatakan bahwa *fear of missing out* terhadap *phubbing* memiliki pengaruh positif dan signifikan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Butt & Arshad (2021) ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan parsial antara *fear of missing out* terhadap *phubbing* pada remaja yang menempuh pendidikan di dua universitas swasta dan dua universitas negeri di kota Lahore, Pakistan. Hal ini dapat terjadi karena banyaknya fitur dan juga konten yang terdapat dalam *smartphone* yang menyebabkan remaja melarikan diri dari interaksi sosial secara langsung dan fokus pada *smartphone*.

Tabel 12. Kategorisasi Skor Perilaku *Phubbing*

Kategorisasi	Batas Nilai	N	Persentase
Rendah	<23,34	14	11,4%
Sedang	23,34 – 36,66	84	69,1%
Tinggi	>36,66	24	19,5%
Total		123	100%

Pada tabel diatas diketahui 11,4% dengan 14 responden yang termasuk dalam kategori rendah, 69,1% dengan 85 responden yang termasuk dalam kategori sedang, dan 19,5% dengan 24 responden yang termasuk dalam kategori tinggi. Merujuk pada hasil mean empirik, maka rata-rata skor *phubbing* berada pada kategorisasi sedang.

Tabel 13. Kategorisasi Skor Variabel *Fear of Missing Out*

Kategorisasi	Batas Nilai	N	Persentase
--------------	-------------	---	------------

Rendah	<23,34	32	26,0%
Sedang	23,34 – 36,66	72	58,5%
Tinggi	>36,66	19	15,4%
Total		123	100%

Pada tabel diatas diketahui 26% dengan 32 responden yang termasuk dalam kategori rendah, 58,5% dengan 72 responden yang termasuk dalam kategori rendah, dan 15,4% dengan 19 responden yang termasuk dalam kategori tinggi. Merujuk pada hasil mean empirik, maka rata-rata skor *fear of missing out* berada pada kategori sedang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *fear of missing out* terhadap perilaku *phubbing* pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi dengan rincian:

Hasil uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji-f dan uji-t dalam analisis regresi linear sederhana guna menguji pengaruh diantara variabel *fear of missing out* terhadap *phubbing* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara *fear of missing out* terhadap *phubbing*. Hasil uji koefisien determinasi, diketahui nilai R square sebesar 0.147 atau dapat diartikan 14.7%. Nilai tersebut memberikan penjelasan bahwa *fear of missing out* sebagai variabel bebas mempengaruhi perilaku *phubbing* sebagai variabel terikat sebesar 14.7% serta sisanya 82.6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian. Hasil uji kategorisasi yang dilakukan pada variabel perilaku *phubbing* menunjukkan bahwa 85 responden berada dalam kategori sedang, 24 responden dalam kategori tinggi, dan 14 responden termasuk dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* yang terdapat pada remaja pengguna *smartphone* di kota Bekasi termasuk dalam kategori sedang. Selanjutnya hasil uji kategorisasi *fear of missing out* menunjukkan bahwa 72 responden menilai bahwa *fear of missing out* di kota Bekasi termasuk dalam kategori sedang, 32 responden berada dalam kategori rendah, dan 19 responden dalam kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *fear of missing out* di kota Bekasi berada pada kategori sedang.

REFERENCES

- Adisty, N. (2022). *Mengulik Perkembangan Penggunaan Smartphone di Indonesia*. GoodStats. <https://goodstats.id/article/mengulik-perkembangan-penggunaan-smartphone-di-indonesia-sT2LA>
- Aditia, R. (2021). Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *Keluwih: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 8–14. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132–140. <https://doi.org/10.1002/hbe2.137>
- Alamudi, F. S. N. A., & Syukur, M. (2023). *Sosial Phubbing di Kalangan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar*. 31–36.

- Anshari, M., Alas, Y., Hardaker, G., Jaidin, J. H., Smith, M., & Ahad, A. D. (2016). Smartphone habit and behavior in Brunei: Personalization, gender, and generation gap. *Computers in Human Behavior*, 64, 719–727. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.07.063>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi edisi 2*. Pustaka Pelajar.
- Butt, A. K., & Arshad, T. (2021). The relationship between basic psychological needs and phubbing: Fear of missing out as the mediator. *PsyCh Journal*, 10(6), 916–925. <https://doi.org/10.1002/pchj.483>
- Capilla Garrido, E., Issa, T., Gutiérrez Esteban, P., & Cubo Delgado, S. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon*, 7(5). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Ducharme, J. (2018). 'Phubbing' Is Hurting Your Relationships. Here's What It Is. <https://time.com/5216853/what-is-phubbing/>
- Fang, J., Wang, X., Wen, Z., & Zhou, J. (2020). Fear of missing out and problematic social media use as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior. *Addictive Behaviors*, 107(February), 106430. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106430>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 edisi 9*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hawi, N. S., & Samaha, M. (2016). To excel or not to excel: Strong evidence on the adverse effect of smartphone addiction on academic performance. *Computers and Education*, 98, 81–89. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2016.03.007>
- Hura, M. S., Sitasari, N. W., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh Fear of Missing Out Terhadap Perilaku Phubbing Pada Remaja. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 19(2), 34–45.
- Inal, E. E., Demirci, kadir, Çetintürk, A., Akgönül, M., & Savaş, S. (2015). Effects of smartphone overuse on hand function, pinch strength, and the median nerve. *Muscle and Nerve*, 52(2), 183–188. <https://doi.org/10.1002/mus.24695>
- Juliandi, A., Irfan, & Manurung, S. (2014). *Metedologi Penelitian Bisnis Konsep dan Aplikasi*. Umsu Press. https://id.scribd.com/embeds/613370052/content?start_page=1&view_mode=scroll&access_key=key-fFexxf7r1bzEfWu3HKwf
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2016). The Virtual World's Current Addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), 250–269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Nazir, T., & Pişkin, M. (2019). Phubbing: A Technological Invasion Which Connected the World But Disconnected Humans. *The International Journal of Indian Psychology*, 3, 2349–3429. <https://doi.org/10.25215/0403>
- Putri, W. S. R., Nurwati, N., & S., M. B. (2016). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perilaku Remaja. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1). <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i1.13625>
- Safdar Bajwa, R., Abdullah, H., Zaremohzzabieh, Z., Wan Jaafar, W. M., & Abu Samah, A. (2023). Smartphone addiction and phubbing behavior among university students: A moderated mediation model by fear of missing out,

- social comparison, and loneliness. *Frontiers in Psychology*, 13, 1–11.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1072551>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
https://id.scribd.com/embeds/391327717/content?start_page=1&view_mode=scroll&access_key=key-fFexxf7r1bzEfWu3HKwf
- Sut, H., Kurt, S., Uzal, O., & Ozdilek, S. (2016). Effects Of Smartphone Addiction Level On Social And Educational Life In Health Sciences Students. *Avrasya Aile Hekimliği Dergisi*.
- Van Rooij, A. J., Lo Coco, G., De Marez, L., Franchina, V., & Abeeel, M. Vanden. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among flemish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(10).
<https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41–49.
<https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>
- Yaseen, B., Zia, S., Fahd, S., & Kanwal, F. (2021). *Impact of Loneliness and Fear of Missing Out on Phubbing Behavior among Millennials*. 58, 4096–4100.