

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Negara Indonesia merupakan bangsa yang dikenal sebagai masyarakat yang menjunjung tinggi sopan santun dan keramahannya dalam berinteraksi dengan orang lain. Banyak aturan yang tidak tertulis terkait etika dan tata krama yang harus dipatuhi oleh warga negara Indonesia dalam bergaul, yaitu berperilaku dan berbicara dengan orang lain apalagi kepada orang yang lebih tua. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang harus memiliki rasa kepedulian dan saling memahami antara satu individu ke individu yang lain, sehingga orang tersebut dapat merasakan empatinya. Kemampuan untuk berempati adalah kemampuan memahami perasaan orang lain. Orang yang memiliki kemampuan empati cenderung lebih mahir dalam mengartikan bahasa nonverbal yang diperlihatkan oleh individu lain, termasuk ekspresi wajah, bahasa tubuh dan intonasi suara. Orang berempati juga memiliki kemampuan yang lebih baik agar dapat memahami pandangan dan emosi orang lain. Maka dari itu, keberadaan empati berperan dalam pembentukan hubungan sosial dan keterampilan relasional yang lebih positif, sukses, dan kompeten dalam lingkungan pertemanan remaja (Rachmi, 2019).

Empati adalah kemampuan seseorang untuk membantu orang lain, mencoba memahami dan merasakan emosi yang sama dengan orang lain, serta mengetahui apa yang dirasakan dan dipikirkan orang lain, sehingga menghilangkan batasan antara diri sendiri dan orang lain. Kemampuan empati ini bervariasi pada setiap individu. Menurut laporan dari *SpesialTips*, University of Michigan di Amerika Serikat melakukan survei tentang tingkat empati pada 104.365 orang dewasa dari 63 negara, termasuk Indonesia. Survei global yang dilakukan secara *online* ini menemukan bahwa Ekuador menempati peringkat pertama sebagai negara dengan empati tertinggi dengan skor 3,97, sementara Lithuania berada di peringkat terendah dengan skor 3,15.

Fakta lain menunjukkan Arab Saudi berada di peringkat kedua dengan skor 3,89. Hasil survei yang juga dipublikasikan di *Journal of Cross-Cultural Psychology* (2017) ini menunjukkan Indonesia berada di peringkat 21 dengan skor 3,62, sementara Malaysia berada di peringkat 11 di dunia (Ismail, 2016).

Jamil Zaki (2016) menyatakan bahwa empati bisa timbul atau dihasilkan dari mengamati ekspresi wajah dan perilaku orang lain. Dalam penelitiannya, ia menemukan bahwa ketika seseorang melihat ekspresi wajah orang lain yang menunjukkan emosi tertentu, seperti rasa sakit atau kesedihan, bagian otak yang terkait dengan pengalaman emosi tersebut akan teraktivasi. Dengan kata lain, saat kita mengamati ekspresi wajah atau perilaku orang lain yang mencerminkan emosi tertentu, otak kita secara otomatis mensimulasikan emosi tersebut, memungkinkan kita untuk merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain. Inilah yang kemudian memunculkan empati dalam diri kita. Seseorang yang memiliki empati akan meningkatkan pemahamannya terhadap lingkungan sekitar, menunjukkan rasa hormat, dan memiliki toleransi terhadap sesama meskipun ada berbagai perbedaan (Gustini, 2017).

Kehidupan sosial dalam bermasyarakat sangat membutuhkan rasa empati yang tinggi, karena jika seseorang dengan tingkat empati yang rendah cenderung menunjukkan perilaku yang tidak terkendali dan mengalami kondisi yang tidak biasa (Fidrayani, 2015). Orang dengan tingkat empati rendah sering digambarkan sebagai individu yang pelit terhadap orang lain, sering terlibat dalam pertengkaran, dan tidak peduli dengan situasi atau kesulitan yang dihadapi orang lain maupun lingkungan sekitarnya. Jika seseorang memiliki empati rendah, biasanya ia lebih mengutamakan kepentingan pribadinya (egois). Empati memiliki peran yang sangat penting dalam diri seseorang. Ketika seseorang memiliki rasa empati, ia dapat menempatkan dirinya dalam situasi atau kondisi orang lain, baik dari segi perasaan maupun pikiran. Penelitian yang dilakukan oleh Emka Farah (2019) mengkaji tentang dampak perilaku *phubbing* dalam hal adiksi *smartphone*, empati, kontrol diri, dan norma pada mahasiswa. Hasil penelitian ini menunjukkan pengaruh perilaku

phubbing dalam adiksi *smartphone*, empati, kontrol diri, dan norma pada mahasiswa. Penelitian ini juga mencatat bahwa keterampilan remaja akhir dalam memahami sinyal-sinyal sosial di sekitarnya dapat meningkatkan ketangguhannya saat menghadapi transisi kehidupan (Mumtaz, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Mita Rizkina (2023) menjelajahi hubungan dari empati dan perilaku *phubbing* pada mahasiswa dengan tujuan untuk memahami keterkaitan antara tingkat empati dan kecenderungan *phubbing* di kalangan tersebut. Hasilnya membuktikan bahwa koefisien korelasinya sebesar -0,505 dengan tingkat signifikansi $\rho = 0,000$, yang mengindikasikan adanya keberadaan hubungan negatif yang sangat signifikan antara tingkat empati dan perilaku *phubbing* pada mahasiswa (Mita, 2023).

Hasil penelitian Silfiasari & Prasetyanigrum (2017), empati merupakan variabel yang paling dekat dengan sifat pemaaf. Oleh karena itu, empati dapat mempengaruhi apakah seseorang akan memaafkan orang lain yang telah melakukan kesalahan atau tidak. Seorang siswa yang membela timnya ketika menjadi target *bullying* menunjukkan bahwa ia memiliki empati yang tinggi. Hal ini mencerminkan kepeduliannya terhadap situasi dan kondisi di sekitarnya. Selain itu, empati juga dapat membentuk karakter seseorang, sehingga ia lebih mampu menghadapi berbagai peluang dan tantangan dalam hidup (Silfiasari & Prasetyanigrum, 2017).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi empati pada seseorang mencakup berbagai aspek, Qayin (2021) menyebutkan bahwa perkembangan empati dipengaruhi oleh kematangan afeksi, peran kognitif, penambahan usia, pendidikan, program televisi prososial, pelatihan, metode pembelajaran, serta bahan ajar atau sumber belajar. Pendapat lain menambahkan bahwa faktor lingkungan, seperti tuntutan tugas dan tingkat stres yang tinggi, juga dapat memengaruhi kemampuan individu untuk berempati (Qayin, 2021). Ketika seseorang memiliki empati, kita dapat menunjukkan perhatian dan kepedulian yang tulus kepada orang lain, serta memahami perspektif dan perasaan mereka. Namun, pada era digital saat ini, seringkali kita terjebak dalam perilaku yang

justru merusak hubungan interpersonal, salah satunya adalah perilaku *phubbing*.

Phubbing adalah istilah gabungan dari *phone* dan *snubbing*, yang mengacu pada tindakan melukai perasaan lawan bicara dengan menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Orang yang melakukan *phubbing* sering kali mengesampingkan kehadiran orang lain dengan pura-pura memberikan perhatian saat berbicara, padahal perhatiannya sebenarnya terfokus pada *smartphone* yang mereka pegang. Perilaku ini dapat dianggap sebagai kurangnya empati terhadap orang lain, karena gagal memberikan perhatian penuh dan mengabaikan kehadiran orang lain. Menurut Karadag (2015) *phubbing* merupakan perilaku individu yang mengacuhkan komunikasi interpersonal, lebih fokus pada *smartphonenya* daripada mendengarkan percakapan orang lain saat berbicara dan kurang memberikan perhatian pada interaksi langsung (Karadag et al., 2015). *Phubbing* terjadi kapanpun dan dimanapun, saat makan, rapat, bahkan *phubbing* bisa terjadi ketika sedang berkumpul bersama dengan keluarga dan juga kerabat.

Normawati (2018) berpendapat bahwa perilaku *phubbing* dapat diidentifikasi dengan ciri-ciri seseorang selalu membawa dan menggunakan *smartphonenya* di manapun dan kapanpun, tanpa memandang situasi. Seseorang yang terlibat dalam *phubbing* cenderung merasa cemas jika melewatkan sesuatu, sehingga mereka terbiasa mengecek notifikasi yang muncul secara rutin (Sirait et al., 2018). Amelia (2019) dalam pandangannya menyatakan bahwa *phubbing* dapat mengakibatkan kurangnya interaksi sosial dalam lingkungan, karena perhatian utama terfokus pada perangkat elektronik. Individu yang terlibat dalam perilaku *phubbing* cenderung mengabaikan orang-orang di sekitarnya dan tidak mempedulikan mereka. Mereka cenderung menundukkan kepala dan terus menggerakkan jari-jari mereka di layar *smartphone* selama lebih dari 4 jam setiap hari (Amelia et al., 2019). Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Pratiwi (2021), orang yang secara tidak sadar terus menggunakan ponsel pintar berubah menjadi kurang peduli

terhadap lingkungan sekitarnya atau bisa melukai perasaan teman bicara. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa orang-orang dari generasi yang tumbuh di era perkembangan media dan teknologi yang cepat cenderung melakukan *phubbing*, sekitar 81,7% dari mereka mengalami perilaku tersebut (Suhendriani & Nugroho, 2022).

Irawati (2020) mengatakan *phubbing* terjadi saat seseorang mencoba menarik perhatian berbicara tentang kebahagiaan, keluh kesah, atau masalahnya, tetapi lawan bicara lebih tertarik pada *smartphone* mereka, akibatnya interaksi tersebut hanya mendengarkan tanpa memberikan jawaban atau solusi dan perhatian yang sepenuhnya diperlukan. Ini menciptakan ketidakhormatan dalam berkomunikasi dan memberikan kesan seolah-olah tidak peduli, kurangnya rasa empati, dan tanpa menyadari bahwa perilaku tersebut dapat menyebabkan luka emosional pada orang lain (Irawati & Nurmina, 2020).

Generasi remaja saat ini yang sering disebut sebagai generasi Z atau generasi net. Generasi ini memiliki potensi besar untuk terlibat dalam perilaku *phubbing* karena mereka sangat akrab dengan penggunaan *gadget*. Generasi Z merupakan kelompok individu yang lahir antara tahun 1998 hingga 2009, diidentifikasi sebagai generasi yang tumbuh dalam era teknologi yang berkembang pesat. Mereka secara alami terpapar dengan internet dan teknologi web sejak usia dini. Generasi Z sering dianggap sebagai generasi yang tumbuh dalam tengah pengaruh yang kuat dari teknologi, sehingga mereka sering disebut sebagai generasi yang "senyap" atau "diam", serta "generasi internet" atau "*iGeneration*" (Tonis, Ngra, 2022). Peralihan generasi dari millennial ke generasi Z melahirkan pola pikir yang cenderung menginginkan hal serba instan (Zis et al., 2021). Generasi Z erat terkait teknologi sehingga selalu bergantung pada internet untuk memenuhi kebutuhan dalam berbagai aspek seperti sosial, pendidikan, dan pengetahuan sehingga generasi Z cenderung kurang terampil dalam berkomunikasi di dunia nyata.

Perilaku *phubbing* merupakan perilaku yang negatif, apalagi di wilayah pedesaan yang dikenal dengan menjunjung tinggi sopan santunnya, solidaritas yang tinggi, menghargai satu dengan yang lain, dan menghargai dalam berinteraksi sosial. Observasi yang dilakukan peneliti di Desa Wonorejo, Kecamatan Sumbergempol, Kabupaten Tulungagung ini generasi Z sering kali menggunakan ponsel di tengah percakapan, lebih memperhatikan *smartphone* saat bersama keluarga atau teman, memilih tetap di rumah untuk bermain *smartphone* daripada bermain dengan teman sebaya, sering memeriksa ponsel, selalu menempatkan ponsel di dekat mereka, dan menganggap *smartphone* sebagai barang yang tidak boleh tertinggal saat keluar rumah. Selain itu, beberapa generasi Z yang masih sekolah sering mengabaikan tugas sekolah dan lebih terfokus pada *smartphone* daripada berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Penggunaan *smartphone* didukung oleh ketersediaan jaringan internet yang memadai. Di daerah ini, akses Wi-Fi mudah ditemukan, seperti di warung kopi, toko, atau rumah pribadi, dengan biaya yang terjangkau untuk akses Wi-Fi sepanjang hari.

Peneliti melakukan wawancara pribadi dengan MS, seorang ibu anak satu yang berusia 37 tahun dan anaknya berusia 17 tahun yang merupakan generasi Z dan masih duduk di bangku sekolah yang tinggal di dusun Bendilmuning Desa Wonorejo. MS mengungkapkan bahwa anaknya NHY lebih menikmati dan fokus menggunakan *smartphone* di rumah ketika libur sekolah daripada bermain di luar bersama teman-temannya. Berbagai aplikasi di *smartphone* sangat menarik bagi NHY sehingga ia sering menghabiskan waktu untuk membuka aplikasi di *smartphone* tersebut. Ketika MS menyuruhnya melakukan sesuatu, NHY hanya mengiyakan tetapi tidak langsung melaksanakan perintah tersebut atau menundanya sampai MS marah-marah dan akhirnya tidak jadi menyuruh NHY.

Berdasarkan uraian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penelitian ini perlu dikaji karena sebagai makhluk bersifat sosial yang hidup dengan banyak orang perlu adanya rasa empati yang tinggi terhadap lingkungannya dan

mengurangi perilaku *phubbing*. Sehingga peneliti ingin mengamati lebih jauh tentang penelitian ini, maka peneliti memberikan judul “Pengaruh Perilaku *Phubbing* Terhadap Empati Pada Generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung” dan peneliti juga ingin mengetahui pengaruh antara empati terhadap perilaku *phubbing* pada generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung.

1.2 Identifikasi Masalah

Penelitian ini memiliki asumsi atau meneliti lebih lanjut tentang perilaku *phubbing* yang semakin merajalela di era digital ini, dimana penggunaan *smartphone* yang berlebih telah menjadi fenomena yang umum, terutama di kalangan generasi muda khususnya generasi Z. Perilaku *phubbing* yang menimbulkan berbagai masalah seperti:

1. Generasi Z mengalami ketergantungan pada teknologi.
2. Generasi Z kurangnya keterampilan empati.
3. Generasi Z memiliki gangguan hubungan interpersonal antara teman, keluarga, dan orang-orang yang ditemuinya.

1.3 Rumusan Masalah

Pada penelitian ini mempunyai rumusan masalah, yaitu:

1. Bagaimana tingkat perilaku *phubbing* pada Generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung?
2. Bagaimana tingkat empati pada Generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan perilaku *phubbing* terhadap empati pada Generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung?

1.4 Tujuan Penelitian

Pada penelitian ini memiliki tujuan, yakni:

1. Untuk mengetahui tingkat perilaku *phubbing* pada Generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung.
2. Untuk mengetahui tingkat empati pada Generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung.
3. Untuk mengetahui pengaruh empati terhadap perilaku *phubbing* pada Generasi Z di Desa Wonorejo Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung.

1.5 Manfaat Penelitian

Pada dasarnya, peneliti melakukan penelitian untuk mendapatkan manfaat. Maka manfaat dalam penelitian ini, yaitu:

1. Secara Teoritis
 - a) Menginginkan riset ini mampu memperluas ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi, serta mendorong penelitian lanjutan.
 - b) Sebagai rujukan bagi peneliti lain yang hendak mengeksplorasi dampak empati terhadap perilaku *phubbing* pada generasi Z.
2. Secara Praktis
 - a) Bagi Peneliti

Studi ini memiliki potensi untuk memberikan keuntungan dan informasi yang dapat digunakan oleh peneliti berikutnya, terutama mengenai dampak empati terhadap perilaku *phubbing*.
 - b) Bagi Remaja

Harapannya, penelitian ini akan membantu anak muda untuk menjadi lebih bijaksana dalam menggunakan teknologi *modern* dan menghargai terhadap teman bicara daripada terlalu terikat dengan *smartphone*.

c) Bagi Institusi

Harapannya, penelitian ini bisa digunakan sebagai referensi untuk mempengaruhi keputusan dalam mengurangi tindakan *phubbing*.

d) Bagi Masyarakat Umum

Harapannya, penelitian ini bisa memberikan tambahan informasi dan pemahaman kepada masyarakat tentang tanda-tanda terjadinya perilaku *phubbing* serta hubungannya dengan kemampuan berempati.