
**HUBUNGAN ANTARA PHUBBING DENGAN KUALITAS KOMUNIKASI
INTERPERSONAL DI KALANGAN MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING**

Nursakina¹, Ridwan Syahran², Nurwahyuni³, M Yusran Diniy⁴

^{1,2,3,4}Universitas Tadulako

Email: nsakinah042@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat prevalensi *phubbing* dan kualitas komunikasi interpersonal, serta untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *phubbing* dengan komunikasi interpersonal mahasiswa bimbingan dan konseling. Populasi dalam penelitian ini mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2024 berjumlah 150 orang dan sampel penelitian berjumlah 109 mahasiswa dengan menggunakan rumus isaac dan Michael. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan Teknik korelasi *Pearson Product Moment*. Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat *phubbing* berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 39% (43 mahasiswa), sedangkan komunikasi interpersonal berada pada kategori rendah dengan persentase sebesar 49% (53 mahasiswa). Koefisien korelasi menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara perilaku *phubbing* dengan komunikasi interpersonal ($r = -0,369$, $p < 0,05$), yang berarti semakin tinggi perilaku *phubbing* maka semakin rendah komunikasi interpersonal. Sebaliknya semakin rendah perilaku *phubbing* maka kualitas komunikasi interpersonal akan semakin tinggi.

Kata Kunci: *Phubbing*, Komunikasi Interpersonal.

Abstract: This research aims to describe the prevalence level of *phubbing* and interpersonal communication quality and determine whether there is a relationship between *phubbing* and interpersonal communication among guidance and counseling students. The population in this research consisted of 150 guidance and counseling students from the 2024 cohort, and the research sample comprised 109 students using the Isaac and Michael formula. Sampling was conducted using a simple random sampling technique. The research employed the Pearson product-moment correlation technique to analyze the collected data. The analysis results showed that *phubbing* is in the high category with 39% (43 students), while interpersonal communication is in the low category with a percentage of 49% (53 students). The correlation coefficient shows a significant negative relationship between *phubbing* behavior and interpersonal communication ($r = -0.369$, $p < 0.05$), which means that the higher the *phubbing* behavior, the lower the interpersonal communication. Conversely, the lower the *phubbing* behavior, the higher the quality of interpersonal communication will be.

Keywords: *Phubbing*, Interpersonal Communication.

PENDAHULUAN

Teknologi telah membawa perubahan besar dalam pola komunikasi manusia. Dari tatap muka hingga percakapan digital, teknologi memungkinkan kita untuk berkomunikasi dengan lebih cepat dan efisien. Pesan teks, email, dan panggilan video telah menggantikan komunikasi konvensional, memungkinkan kita untuk berinteraksi tanpa batasan jarak. Namun, teknologi juga menghadirkan tantangan baru dalam menjaga kedalaman dan kualitas hubungan antar individu. Salah satu dampak utama teknologi adalah meningkatnya konektivitas dan aksesibilitas. Kita dapat berkomunikasi dengan orang-orang di berbagai belahan dunia secara instan melalui pesan teks, panggilan video, atau media sosial (Farkhah et al., 2023).

Di era digital ini, mahasiswa sering kali menjadi kelompok yang sangat terhubung dengan teknologi dan sering menggunakan *smartphone* untuk berbagai keperluan, termasuk kegiatan akademik dan sosialnya (Syifa, 2020). Pada umumnya mereka menggunakan *smartphone* untuk mengakses materi kuliah, jadwal dan sumber daya pendidikan lainnya. Namun, penggunaan yang berlebihan pada *smartphone* juga dapat memicu kecenderungan untuk mengabaikan interaksi sosial di kehidupan sehari-hari. Penggunaan *smartphone* yang tinggi ini memiliki keterkaitan yang erat dengan fenomena *phubbing*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Chi et al., 2022) lebih dari 70% mahasiswa mengakui bahwa mereka sering terlibat dalam perilaku *phubbing* saat berinteraksi dengan teman-teman mereka.

Perilaku *phubbing* dapat terjadi di berbagai tempat dalam interaksi individu. *Phubbing*, yang merujuk pada perilaku mengabaikan orang di sekitar dengan lebih fokus pada perangkat elektronik, dapat menimbulkan dampak negatif yang signifikan terhadap hubungan interpersonal, terutama dalam konteks lingkungan akademis di mana komunikasi yang efektif sangat krusial untuk membangun dan memelihara hubungan yang sehat antara mahasiswa. Penyebab munculnya perilaku *phubbing* di kalangan mahasiswa adalah dorongan untuk selalu mengikuti perkembangan informasi dan peristiwa, mencari hiburan, serta menggunakan media sosial sebagai wadah untuk mengekspresikan kegiatan ataupun pencapaian diri (Amelia et al dalam (Zia, 2024).

Dalam lingkungan akademik yang dinamis, kemampuan komunikasi yang baik sangat dibutuhkan untuk mencapai kesuksesan akademis dan sosial. Mahasiswa yang mampu berkomunikasi dengan baik cenderung lebih mudah memahami materi perkuliahan, berpartisipasi aktif dalam diskusi, dan menyampaikan ide-ide mereka dengan jelas. Dengan

komunikasi yang baik, mahasiswa dapat mendapatkan bimbingan dan umpan balik yang konstruktif, yang sangat penting untuk perkembangan akademis dan pribadi (Amrullah et al., 2024).

Komunikasi interpersonal adalah proses bertukar informasi, perasaan, pendapat, dan pertukaran ide melalui pesan verbal dan non-verbal. Komunikasi interpersonal yang baik dapat membantu mahasiswa dalam bersosialisasi dan bergaul dengan lingkungan. Komunikasi interpersonal yang efektif merupakan kunci untuk membangun hubungan sosial yang sehat. Namun, perilaku *phubbing* dapat mengganggu interaksi ini, menyebabkan perasaan diabaikan, frustrasi, dan bahkan mengurangi kualitas hubungan antar individu. Penelitian sebelumnya yang dilakukan (Dwi Atmaja & Alvin, 2023) mengungkapkan bahwa *phubbing* berhubungan signifikan dengan komunikasi interpersonal di berbagai konteks.

Dampak *phubbing* terhadap hubungan interpersonal mahasiswa tidak hanya terbatas pada gangguan komunikasi yang bersifat langsung, tetapi juga dapat memicu perasaan cemburu dan ketidakpuasan yang mendalam dalam hubungan tersebut. Selain itu, perasaan diabaikan ini dapat berkontribusi pada penurunan kualitas interaksi sosial secara keseluruhan, menciptakan siklus negatif yang dapat mengganggu dinamika kelompok dan mengurangi rasa solidaritas di antara mahasiswa (Silmi & Novita, 2022).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2024 di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Tadulako sebagian besar dari mereka sering terlibat dalam perilaku *phubbing*. Gambaran perilaku *phubbing* yang muncul yaitu mahasiswa terlihat berkumpul bersama dan terlihat jelas mereka hanya fokus pada *smartphone* dari pada berinteraksi di sekitar mereka dalam satu meja atau teman yang ada di sampingnya, dan pada saat mereka berada di suatu kelas untuk menunggu dosennya datang tidak sedikit dari mereka lebih asik untuk memainkan *smartphone*-nya daripada mengobrol langsung dengan teman-temannya.

Penelitian ini berfokus pada mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2024 karena mereka merupakan calon profesional yang di masa depan akan sangat bergantung pada kapasitas komunikasi interpersonal yang prima untuk membangun *rapport*, memfasilitasi proses konseling, dan memberikan dukungan psikologis yang efektif, serta merupakan generasi yang tumbuh besar di era digital sepenuhnya, sejak kecil mereka akrab dengan *smartphone*, media sosial, dan internet. Ketergantungan mereka terhadap teknologi kemungkinan besar

lebih tinggi dibandingkan angkatan sebelumnya. Mahasiswa Bimbingan dan Konseling perlu memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang efektif. Jika *phubbing* mengganggu kemampuan ini, maka dapat pula menghambat pengembangan profesionalisme dan efektivitas mereka di masa depan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian jenis korelasi dengan pendekatan kuantitatif. Korelasi menurut Sugiyono (2021) merupakan salah satu teknik analisis data statistik yang digunakan untuk mencari hubungan antara dua variabel atau lebih yang bersifat kuantitatif. Korelasi dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel *phubbing* dengan variabel komunikasi interpersonal dikalangan mahasiswa bimbingan dan konseling.

Variabel penelitian ini yaitu *phubbing* sebagai variabel bebas dan komunikasi interpersonal sebagai variabel terikat. Populasi penelitian ini mahasiswa aktif program studi bimbingan dan konseling angkatan 2024 yang berjumlah 150 orang dan sampel penelitian berjumlah 109 mahasiswa dengan menggunakan rumus isaac dan michael. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik simple random sampling. Skala pengukuran yang digunakan untuk mengetahui hubungan *phubbing* dan komunikasi interpersonal yaitu skala likert dengan alternatif jawaban terdiri dari: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan *SPSS 27 for Windows*. Analisis deskriptif untuk memberikan gambaran tentang persentase pencapaian skor pada masing-masing variabel. Uji normalitas untuk melihat persebaran data bersifat normal atau tidak. Uji linearitas untuk mengetahui ada atau tidaknya kelinearan antar kedua variabel. Uji hipotesis di peroleh dari perhitungan korelasi *produc moment* untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *phubbing* dan komunikasi interpersonal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan pada mahasiswa aktif bimbingan dan konseling angkatan 2024. Sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus yang dikembangkan oleh isaac dan Michael dengan hasil 109 mahasiswa. Nilai *mean*, standar deviasi, nilai minimal, dan maksimal dari hasil pengisian angket perilaku *phubbing* dan kualitas komunikasi interpersonal ditunjukkan pada tabel 1.

Berdasarkan tabel 1 tersebut dapat diketahui nilai minimum variabel *phubbing* adalah 36, nilai maximum adalah 62, nilai rata-rata (*mean*) adalah 46.312, dan nilai standar deviasi adalah 5.544. Sedangkan nilai minimum variabel komunikasi interpersonal adalah 37, nilai maximum adalah 62, nilai rata-rata (*mean*) adalah 44.908, dan nilai standar deviasi adalah 4.737.

Tabel 1. Hasil Statistik Deskriptif

Descriptive Statistics					
Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
<i>Phubbing</i>	109	36	62	46.31	5.544
Komunikasi interpersonal	109	37	62	44.91	4.737

Selanjutnya, hasil analisis deskriptif variable *phubbing* dapat dilihat pada kategori, frekuensi dan persentase *phubbing* pada mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2024 yang ditunjukkan pada tabel 2. Berdasarkan table 2 dapat diketahui bahwa dari 109 mahasiswa, terdapat 7 mahasiswa yang tergolong dengan tingkat perilaku *phubbing* pada kategori sangat tinggi sebesar 6%, selanjutnya diketahui bahwa terdapat 43 mahasiswa tergolong dengan tingkat perilaku *phubbing* pada kategori tinggi sebesar 39%, selanjutnya diketahui pula terdapat 39 mahasiswa tergolong dengan tingkat perilaku *phubbing* pada kategori sedang sebesar 36%, dan terdapat 20 mahasiswa yang tergolong pada tingkat perilaku *phubbing* pada kategori sangat rendah sebesar 18%.

Tabel 2. Persentase Kategori Perilaku *Phubbing*

Kategori	frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	7	6%
Tinggi	43	39%
Rendah	39	36%
Sangat Rendah	20	18%
Total	109	100

Sedangkan, hasil analisis deskriptif variable *phubbing* dapat dilihat pada kategori, frekuensi dan persentase komunikasi interpersonal pada mahasiswa bimbingan dan konseling

Angkatan 2024 yang ditunjukkan pada tabel 3. Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui dapat diketahui bahwa dari 109 mahasiswa terdapat 13 atau 12% mahasiswa dengan kualitas komunikasi interpersonal yang tergolong sangat tinggi, selanjutnya terdapat 38 atau 35% mahasiswa tergolong dalam kategori tinggi, dan terdapat 53 atau 49% mahasiswa tergolong dalam kategori rendah, dan didapati pula bahwa 5 atau 5% mahasiswa tergolong dalam kategori sangat rendah.

Tabel 3. Persentase Kategori Komunikasi Interpersonal

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	13	12%
Tinggi	38	35%
Rendah	53	49%
Sangat Rendah	5	5%
Total	109	100

Hasil uji normalitas penelitian ini dengan menggunakan alat bantu SPSS 27 *for windows* untuk mengetahui apakah data populasi terdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan rumus uji *Kolmogrov-Smirnov* dengan taraf signifikansi 95% (0.05). Adapun hasilnya dapat dilihat pada tabel 4. Pada tabel 4 menunjukkan bahwa Uji normalitas *Kolmogrov-Smirnov* yang telah dilakukan menunjukkan bahwa nilai signifikansi variabel *phubbing* adalah $0.111 > 0.05$, dan nilai signifikansi variabel komunikasi interpersonal adalah $0.060 > 0.05$. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

<i>Kolmogrov-Smirnov</i>			
Variabel	Tingkat signifikan	Kriteria uji	Keterangan
<i>Phubbing</i>	0.111	0.05	Normal
Komunikasi Interpersonal	0.060	0.05	Normal

Hasil uji linearitas penelitian ini dengan menggunakan alat bantu SPSS 27 *for windows* untuk mengetahui hubungan linear antara variabel independent (*phubbing*) dan variabel dependent (komunikasi interpersonal) dapat dilihat pada tabel 5. Hasil uji linearitas pada tabel 5 menunjukkan bahwa nilai signifikansi *deviation from linearity* adalah 0.683. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi $0.683 > 0.05$, maka dapat diasumsikan bahwa terdapat hubungan yang linear antara perilaku *phubbing* dengan komunikasi interpersonal.

Tabel 5. Hasil Uji linearitas

Variabel		F	Signifikansi	Keterangan
<i>Phubbing</i> dan komunikasi interpersonal	<i>Deviation from Linearity</i>	0.815	0.683	Linear

Lebih lanjut, data hasil uji hipotesis penelitian menggunakan Uji Korelasi *Pearson Product Moment* dan dinyatakan signifikan apabila $p(\text{sig}) < 0.05$. Dapat dilihat pada tabel 6 perhitungan melalui program SPSS 27 *for windows* dengan taraf signifikansi 5% diperoleh nilai $p(\text{sig}) = 0.000$ yang menunjukkan bahwa $p(\text{sig}) < 0.05$, nilai korelasi *Pearson* (r_{hitung}) kedua variabel adalah -0.369. Koefisien dari hasil hitung menunjukkan adanya minus (-) mengartikan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara perilaku *phubbing* dengan komunikasi interpersonal.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis

Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>		
Hipotesis Penelitian	Koefisien Pearson	Signifikansi
<i>Phubbing</i> *Komunikasi Interpersonal	-.369	0.000

Selanjutnya, untuk mengetahui apakah hipotesis nol (H_0) diterima atau tidak, maka akan dilakukan perbandingan antara r_{hitung} dan r_{tabel} menggunakan tabel harga kritik *Product Moment* dengan $N = 109$ pada taraf signifikan 95% ($\alpha = 0.05$), maka diketahui r_{tabel} adalah 0.188. Dengan demikian $r_h > r_t$ atau $0.369 > 0.188$, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *phubbing* dengan komunikasi interpersonal dikalangan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2024, dengan tingkat

rendah dan bersifat negatif.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *phubbing* dikalangan mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2024 berada pada kategori sangat tinggi diperoleh 6% dengan jumlah mahasiswa 7 orang, kategori tinggi sebanyak 39% dengan jumlah mahasiswa 43 orang, kategori rendah sebanyak 36% dengan jumlah mahasiswa 39 orang, dan kategori sangat rendah sebanyak 18% dengan jumlah mahasiswa 20 orang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2024 berada pada tingkat *phubbing* tinggi berdasarkan pada jawaban responden pada aspek fokus terhadap *smartphone*, ketergantungan *smartphone*, dan pemutusan hubungan sosial. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Roberts dalam (Tiwi, L. & Apriliana, 2025) bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan yang lebih sederhana dan mudah ditemui adalah ketika individu lebih fokus dengan *smartphonenya* menyebabkan dirinya mengacukan orang disekitarnya.

Mahasiswa yang memiliki kecenderungan perilaku *phubbing* yang tinggi dapat membuat individu itu sendiri kurang fokus dalam berinteraksi secara nyata, dikarenakan sering kali saat sedang berkomunikasi atau berinteraksi, lawan bicara mengecek *smartphone* ditengah diskusi. Sedangkan mahasiswa yang memiliki perilaku *phubbing* yang rendah akan menjalin interaksi yang baik dan lebih menghargai lawan bicaranya. Hal ini sejalan dengan penelitian (Lestari et al., 2022) yang menyatakan bahwa mahasiswa dengan perilaku *phubbing* yang tinggi maka akan terjadi perubahan perilaku seseorang dalam berinteraksi serta gangguan komunikasi verbal baik secara langsung maupun tidak.

Berdasarkan hasil Analisis deskriptif dari variabel komunikasi interpersonal dikalangan mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2024 berada pada kategori sangat tinggi diperoleh 12% dengan jumlah mahasiswa 13 orang, kategori tinggi sebanyak 35% dengan jumlah mahasiswa 38 orang, kategori rendah sebanyak 49% dengan jumlah mahasiswa 53 orang, dan kategori sangat rendah sebanyak 5% dengan jumlah mahasiswa 5 orang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2024 berada pada tingkat komunikasi interpersonal rendah. berdasarkan pada jawaban responden pada aspek keterbukaan (*openness*), empati (*empty*), sikap mendukung (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas sampel memiliki tingkat komunikasi interpersonal rendah yang berarti hubungan *phubbing* dengan

komunikasi interpersonal bersifat negatif, dimana mahasiswa tidak mampu mengontrol diri untuk tidak menggunakan *smartphone* pada saat sedang berkomunikasi atau berinteraksi dengan orang lain.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hafizah et al., 2021) Penelitian mereka menemukan bahwa terdapat beberapa faktor penyebab penggunaan *smartphone* yang bermasalah, salah satunya disebabkan karena kurangnya kontrol impuls dalam penggunaan *smartphone* dimana individu merasa kesulitan mengendalikan stimulus yang ada sehingga dapat memicu perasaan cemas jika tidak berada dekat *smartphone* serta karena individu ingin menghindari komunikasi yang tidak menyenangkan. Tingginya aktivitas *phubbing* berkaitan dengan kesulitan berkomunikasi secara interpersonal yang dapat mengakibatkan penurunan kualitas komunikasi.

Hasil uji hipotesis menemukan bahwa *phubbing* memiliki hubungan yang berbanding terbalik dengan komunikasi interpersonal, yang artinya tinggi atau rendahnya komunikasi interpersonal berkaitan dengan *phubbing* pada mahasiswa, sehingga dapat diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara *phubbing* dan komunikasi interpersonal pada mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2024. Artinya mahasiswa yang mengalami perilaku *phubbing* tinggi berkemungkinan untuk mengabaikan lawan bicaranya pada saat berkomunikasi. Begitu juga sebaliknya, jika individu dengan perilaku *phubbing* rendah berpotensi memiliki kualitas komunikasi verbal yang baik. Penjelasan diatas membuktikan bahwa hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriana & Dewi (2025) hasil riset menunjukkan terdapat korelasi yang negatif antara kedua variabel.

Hal ini berdasarkan pada hasil perhitungan korelasi *product moment*, dimana nilai $r = -0,369$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0.05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *phubbing* dengan komunikasi interpersonal dikalangan Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2024, dengan tingkat rendah dan bersifat negatif. Maknanya Semakin tinggi tingkat *phubbing* maka semakin rendah tingkat komunikasi interpersonal. Sebaliknya semakin rendah tingkat *phubbing* maka semakin tinggi tingkat komunikasi interpersonal. Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa *phubbing* memiliki korelasi negatif dengan kualitas komunikasi interpersonal mahasiswa Bimbingan dan Konseling. Temuan ini menyiratkan pentingnya peningkatan kesadaran dan kontrol diri dalam penggunaan gawai saat berinteraksi sosial,

terutama bagi calon konselor yang menjadikan keterampilan komunikasi sebagai kompetensi utamanya.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil berdasarkan pembahasan dan analisis data diatas terkait hubungan antara *phubbing* dan komunikasi interpersonal dikalangan mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2024, Perilaku *phubbing* pada mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2024 berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata 46.31. Mahasiswa dengan tingkat *phubbing* pada kategori sangat tinggi sebanyak 7 orang atau 6%, kategori tinggi sebanyak 43 orang atau 39%, kategori rendah sebanyak 39 orang atau 36% dan kategori sangat rendah sebanyak 20 orang atau 18%.

Kualitas komunikasi interpersonal pada mahasiswa bimbingan dan konseling berada pada kategori rendah dengan rata-rata 44.91. Mahasiswa dengan kualitas komunikasi interpersonal pada kategori sangat tinggi sebanyak 13 orang atau 12%, pada kategori tinggi sebanyak 38 orang atau 35%, pada kategori rendah sebanyak 53 orang atau 49%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 5 orang atau 5%. Terdapat hubungan antara perilaku *phubbing* dengan komunikasi interpersonal pada mahasiswa bimbingan dan konseling Angkatan 2024, dengan tingkat hubungan rendah dan bersifat negatif. Maknanya semakin tinggi tingkat *phubbing* maka komunikasi interpersonal akan semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah tingkat *phubbing* maka komunikasi interpersonal akan semakin tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amrullah, M. A., Kriyantono, R., & Riani, Y. A. (2024). *Komunikasi Interpersonal Dosen dan Mahasiswa Perguruan Tinggi Vokasi di Jurusan Teknik Mesin Politeknik Negeri Malang Abstrak*. 5(3), 2496–2509.
- Chi, L. C., Tang, T. C., & Tang, E. (2022). The phubbing phenomenon: a cross-sectional study on the relationships among social media addiction, fear of missing out, personality traits, and phubbing behavior. *Current Psychology*, 41(2), 1112–1123. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02468-y>.
- Dwi Atmaja, B. S., & Alvin, S. (2023). Phubbing By Gen-Z And Gen-Y: Exploring Smartphone Usage And Its Implications On Interpersonal Communication In The Workplace. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*, 4(8), 908–918.

<https://doi.org/10.59141/jist.v4i8.665>.

- Farkhah, L., Saptiyani, P. M., Syamsiah, R. I., & Ginanjar T., H. (2023). Dampak Perilaku Phubbing: Literatur review. *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic*, 1(2), 1–18. <https://journalhadhe.com/index.php/jkkhc/article/download/12/10>
- Fitriana, S., & Dewi, R. S. (2025). Hubungan Perilaku Phubbing dan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 15(2).
- Hafizah, N., Adriansyah, M. A., & Permatasari, R. F. (2021). Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 630. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6504>
- Lestari, D. A., Thuba, A., & Priyanggasari, S. (2022). Hubungan Perilaku Phubbing dengan Interaksi Sosial pada Mahasiswa di Kota Malang. *Seminar Nasional Sistem Informasi (SENASIF)*, 6, 3634–3644. <https://jurnalfti.unmer.ac.id/index.php/senasif/article/view/445>
- Silmi, A., & Novita, E. (2022). Dampak Psikologis Perilaku Phubbing Dalam Berinteraksi Sosial Pada Mahasiswa. *Jouska: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 25–32. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1096>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Syifa, A. (2020). Intensitas penggunaan smartphone, prokrastinasi akademik, dan perilaku phubbing Mahasiswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10(1), 83. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.6309>
- Tiwi, L. P., Upa, M. D. P., & Apriliana, I. P. A. (2025). Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Phubbing dikalangan Mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 3(1), 39–46. <https://doi.org/10.35508/jbkf.v3i1.20471>
- Zia, T. H. (2024). *Pengaruh Perilaku Phubbing Terhadap Kualitas Komunikasi Interpersonal Antar Teman Di Kalangan Mahasiswa KPI Angkatan 2020 Universitas Islam Negeri Salatiga*.

