

PENGARUH *LEISURE BOREDOM* TERHADAP *PHUBBING* PADA REMAJA DI KOTA PADANG

Winda Diona Putri, Devi Rusli
Universitas Negeri Padang
e-mail: windadionaputri99@gmail.com

Abstract : This Research Entitled The Effect Of Leisure Boredom On Phubbing Among Teenagers In Padang. This research aims to determine the effect of leisure boredom on phubbing among teenagers in Padang, with age ranging from 12 years to 20 years old. The subjects in this research were 100 people from 35 men and 65 women. Data collection was carried out by using a phubbing scale adapted by Jihan (2019) compiled based on factors from Chopitayasunondh and Douglas (2018), namely the Generic Scale of phubbing (GSP), then the leisure boredom scale using a scale adapted by Viviyanti (2019) is arranged based on the dimensions of Iso-Aloha and Wissinger (1990), namely the leisure boredom scale (LBS). The data analysis technique used linear regression analysis, namely simple linear regression analysis. The results showed that there was a significant effect of leisure boredom on phubbing towards teenagers in Padang.

Keyword :Leisure Boredom, Phubbing, Teenager

Abstrak : Penelitian Ini Berjudul Pengaruh *Leisure Boredom* Terhadap *Phubbing* Pada remaja di kota Padang. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh *leisure boredom* terhadap *phubbing* pada remaja di kota Padang, dengan usia remaja yang dimulai dari umur 12 tahun sampai 20 tahun. Subjek dalam penelitian ini adalah 100 orang dari 35 laki-laki dan 65 perempuan. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *phubbing* yang diadaptasi oleh Jihan (2019) disusun berdasarkan faktor dari Chopitayasunondh dan Douglas (2018) yaitu *Generic Scale of phubbing* (GSP), selanjutnya skala *leisure boredom* menggunakan skala yang diadaptasi oleh Viviyanti (2019) disusun berdasarkan dimensi dari Iso-Aloha dan Wissinger (1990) yaitu *leisure boredom scale* (LBS). Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear yaitu analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *leisure boredom* terhadap *phubbing* terhadap remaja kota padang.

Kata Kunci :*Leisure Boredom, Phubbing Dan Remaja*

PENDAHULUAN

Semakin majunya teknologi dan informasi seiring juga dengan berkembangnya zaman yang semakin modern menjadikan cara berkomunikasi individu mengalami perubahan. Hal ini menjadikan individu tidak harus bertemu langsung untuk berkomunikasi langsung namun dapat menggunakan ponsel untuk menyampaikan pesan yang memudahkan individu dalam berkomunikasi. Teknologi ponsel dari tahun ke tahun mengalami perkembangan pesat menjadikan penggunaannya dimanjakan oleh fasilitas yang ada pada ponsel hal ini membuat penggunaannya sulit bahkan tidak bisa lepas dari ponsel.

Untari (2019) menjelaskan bahwa peminat ponsel banyak berasal dari berbagai kalangan terutama dikalangan remaja. Masa peralihan remaja yaitu antara masa anak-anak sampai dewasa biasa diawali dari umur 12 tahun sampai 20 (Alwisol, 2004). Fenomena yang sering terjadi sekarang berdasarkan hasil wawancara beberapa remaja Kota Padang yang ditemui dilapangan mengatakan bahwa mereka tetap membawa ponsel ke sekolah walaupun peraturan sekolah tidak mengizinkan untuk membawa ponsel ke sekolah, kejadian yang didapati berbeda dengan peraturan yang

diterapkan mereka masih secara diam-diam membawa ponsel. Nasution (2017) menyatakan sering terjadi penggunaan ponsel pada jam sekolah seperti kedapatan menggunakan headset untuk mendengarkan musik di saat guru sedang menyampaikan materi pembelajaran sehingga siswa tidak menyimak dan tidak merespon pertanyaan yang di berikan guru.

Menurut Chotpitayasunondh dan Douglas (2016) *phubbing* adalah dimana seorang yang memulai melecehkan dalam situasi sosial dengan memperhatikan *smartphone* sebagai gantinya. Perilaku *phubbing* tindakan yang dilakukan oleh seseorang saat memegang *smartphone* tanpa mengabaikan orang yang ada di sekitar mereka baik teman, pasangan dan keluarga. Beberapa faktor yang mempengaruhi *phubbing* yaitu *nomophobia* (kecemasan dikarenakan berada jauh dari *smartphone*), konflik interpersonal, isolasi diri dan pengakuan masalah yaitu *Phubber* menyadari dan mengakui bahwa individu memiliki masalah yang diakibatkan oleh individu terlalu sering menggunakan ponselnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Hanika (2015) menunjukan bahwa alasan meningkatnya perilaku *phubbing* dikarenakan lawan bicara dianggap tidak menarik

yang menyebabkan responden merasa bosan. Selanjutnya menurut Oduor, Neustaedter, Odom, Tang, Moallem, Tory dan Irani (2016) mengatakan bahwa individu yang rentan terhadap kebosanan lebih cenderung kecanduan internet, ponsel dan juga menggunakan sosial media yang ada di ponsel. Kecanduan ponsel kecanduan internet dan kecanduan media sosial semua frekuensi *phubbing*.

Kebosanan pada waktu luang disebut dengan istilah *leisure boredom*. Iso-Ahola dan Weissinger (1990) mengatakan *leisure boredom* ialah persepsi bahwa waktu luang tidak cukup untuk memenuhi kebutuhan secara optimal. Individu yang dapat mengisi waktu luang akan dapat bermanfaat secara psikologis namun akan menjadi membosankan ketika seseorang tidak bisa menggunakan waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat. Leung (2007) menyatakan bertambah tinggi *leisure boredom* pada seseorang, akan bertambah tinggi juga untuk kecanduan terhadap ponsel tersebut. Didukung oleh penelitian Al-saggaf, MacCulloch, Winner (2018) yang melakukan penelitian dengan peserta sebanyak tiga ratus delapan puluh lima orang (385) dengan usia delapan belas tahun (18 tahun) dan menggunakan *smartphone*. peserta berasal dari Australia. Hasil dari

penelitian menemukan bahwa *traitboredom* berfrekuensi untuk perilaku *phubbing*. Berdasarkan informasi dari para ahli disimpulkan bahwa *phubbing* berhubungan dengan *traitboredom*. Sementara peneliti ingin melihat “pengaruh *Leisure Boredom* terhadap *phubbing* pada remaja di kota Padang”.

METODE

Penelitian memakai metode kuantitatif, metode kuantitatif ialah metode penelitian dipakai sebagai meneliti populasi ataupun sampel dimana teknik pengambilan sampel dibuat dengan random, data dikumpulkan dengan membuat instrumen penelitian, analisis data berbentuk kuantitatif/statistik bertujuan sebagai mengujian hipotesis yang telah ditentukam (Sugiyono, 2013). Variabel penelitian ini yaitu *phubbing* sebagai variabel terikat *leisure boredom* sebagai variabel bebas. Subjek dalam penelitian berjumlah sebanyak 100 orang, dengan menggunakan kriteria sebagai berikut

1. Remaja berusia 12-20 tahun
2. Remaja yang memiliki ponsel berjenis *smartphone*.
3. Remaja yang memiliki akun media sosial.

4. Remaja yang menggunakan *smartphone* disaat memiliki waktu luang.

Dalam penelitian, metode yang digunakan untuk pengumpulan data penelitian ini ialah skala. Skala diukur dengan menggunakan skala model likert. Skala yang digunakan yaitu *Leisure Boredom Scale* (LBS) dikembangkan oleh Iso-Ahola dan Weissinger (1990) yang telah diadaptasi oleh Viviyanti, N, K (2019) diperoleh koefisien reliabilitas skala *Leisure Boredom* yaitu $\alpha = 0.773$, LBS memiliki struktur satu dimensi yaitu persepsi individu terhadap waktu luang yang dimilikinya serta memiliki enam belas (16) item dengan respon skala yang terdiri dari SS, S, N, TS, STS. Untuk skala *phubbing* yang digunakan yaitu *generic scale of phubbing* (GSP) dikembangkan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) yang selanjutnya diadaptasi oleh Annisa Jihan (2019) diperoleh koefisien reliabilitas skala *Phubbing* yaitu $\alpha = 0.859$. skala GSP terdiri dari 15 item yang disusun berdasarkan 4 faktor yaitu *nomophobia*, konflik interpersonal, isolasi diri dan pengukuran masalah respon skala yang terdiri dari SS, S, N, TS, STS.

Untuk melihat pengaruh variabel bebas (X) *leisure boredom* dan variabel terikat (Y) *phubbing* analisis data yang digunakan

merupakan analisis regresi sederhana dimana analisis regresi sederhana berguna mengukur besarnya pengaruh variabel independen beserta variabel dependen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek dalam penelitian merupakan remaja yang berdomisili di kota Padang Padang berdasarkan pengelompokan dijelaskan bahwa subjek penelitian yang berada pada usia 12 tahun berjumlah 7 orang (7%). Subjek penelitian yang berusia 13 tahun berjumlah 10 orang (10%). Subjek yang berusia 14 tahun berjumlah 10 orang (10%). Subjek yang berusia 15 tahun berjumlah 17 orang (17 %). Subjek yang berusia 16 tahun berjumlah 11 orang (11%). Subjek yang berumur 17 tahun berjumlah 12 orang (12%). Subjek yang berumur 18 tahun berjumlah 9 orang (9%). Subjek yang berumur 19 tahun berjumlah 11 orang (11%). Dan subjek yang berumur 20 tahun dengan jumlah 13 orang (13%).

Peneliti membagi menjadi 2 kelompok remaja yaitu usia laki-laki dan perempuan. Berdasarkan pengelompokan dijelaskan bahwa subjek laki-laki sebanyak 65 subjek dengan persentasi (65%). Dan subjek yang berjenis kelamin perempuan berjumlah umur 20 tahun dengan jumlah 13 orang (13%). Subjek dalam penelitian ini terdiri dari

bangku SD SMP SMA dan Mahasiswa yang berasal dari kota Padang.

Pengujian normalitas sebaran data penelitian ini memakai *One Sampel Test* dari *Kolmogorof Smirnov*. Hasil uji normalitas dari sebaran skor *phubbing* serta *leisure boredom* dijelaskan hasil normalitas bahwa *leisure boredom* didapat nilai $K-SZ = 1,032$ dan nilai $Asym.Sig (2-tailed) = 0,237$ selanjutnya variabel *phubbing* diperoleh nilai $K-SZ = 0,649$ dan nilai $Asym. Sig (2-tailed) = 0,794$. Berdasarkan data yang telah diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa hasil normalitas menunjukan kedua variabel

dalam penelitian ini terdistribusi normal sehingga uji normalitas terpenuhi.

Model statistik untuk menjelaskan linearitas variabel tersebut pada *F-linearity* dianalisis memakai SPSS. Pada uji linearitas Berdasarkan hasil pengolahan data nilai linearitas pada *phubbing* dan *leisure boredom* yaitu $F = 1,348$ mempunyai nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) disimpulkan bahwa asumsi linear telah terpenuhi dalam penelitian ini.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis Sebaran Variabel *Leisure Boredom* Dan *Phubbing* ($N=100$)

Variabel	R	R ²	F	Sig.
<i>Leisure boredom</i> terhadap <i>phubbing</i>	0,408	0,166	19,564	0,000

Dari hasil analisis statistik yang telah dilakukan diperoleh nilai F sebesar 19,564 dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Menunjukan *leisure boredom* memberikan pengaruh terhadap *phubbing*. Selain itu nilai koefisien determinasi (R²) diperoleh 0,166. Berdasarkan nilai (R²) dapat

diketahui bahwa besar pengaruh *leisure boredom* terhadap *phubbing* dengan nilai 16,6% sedangkan sisanya 83,4% dipengaruhi faktor lain yang ungkap oleh penelitian.

Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh *leisure boredom* terhadap *phubbing* pada remaja kota Padang, *leisure boredom* merupakan Ketika seseorang mempunyai waktu luang namun tidak mempunyai kegiatan untuk mengisi waktu luang tersebut seseorang tidak mampu memuaskan secara psikologis untuk mengisi waktu luang. Untuk menghilangkan rasa bosan ketika waktu luang atau senggang seringkali remaja mencari kenyamanan, kesenangan dan kepuasan dengan menggunakan ponsel mereka yang semakin lama akan membuat remaja menjadi ketergantungan dan apatis terhadap lingkungan mereka, remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa biasa dimulai pada umur 12 tahun dan berakhir pada usia 20 tahun pada fase ini remaja sibuk pada dirinya sendiri, dilatar belakangi oleh pubertas yang dapat menimbulkan konflik yang berhubungan dengan seks, pekerjaan, keyakinan diri dan filsafat hidup (Alwisol, 2004)

Berdasarkan hasil dari penelitian dinyatakan bahwa *leisure boredom* berpengaruh signifikan terhadap *phubbing* pada remaja kota Padang. Selanjutnya berdasarkan dari hasil statistik deskriptif yang sudah dilakukan penelitian ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh *leisure boredom* terhadap *phubbing* pada remaja kota Padang dalam hasil penelitian memperlihatkan bahwa *leisure boredom* pada remaja kota padang tergolong tinggi dan hasil penelitian *phubbing* pada remaja kota padang tergolong tinggi juga. Hal ini menunjukan bahwa semakin tinggi *leisure boredom* pada remaja kota Padang maka akan semakin tinggi *phubbing* remaja kota Padang, namun sebaliknya semakin rendah *leisure boredom* semakin rendah pula *phubbing* pada remaja kota Padang. Untuk menghilangkan rasa bosan ketika waktu luang atau senggang seringkali remaja mencari kenyamanan, kesenangan dan kepuasan dengan menggunakan ponsel mereka yang semakin lama akan membuat remaja

menjadi ketergantungan dan apatis terhadap lingkungan mereka.

Berdasarkan hasil data yang diperoleh dari uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana didapatkan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,005$) dalam artian bahwa *leisure boredom* terhadap *phubbing* pada remaja kota Padang memiliki pengaruh, artinya H_a diterima dan H_o ditolak.

Penyebab *leisure boredom* berpengaruh terhadap *phubbing*, adalah kemungkinan tidak adanya kegiatan yang bermanfaat disaat remaja memiliki waktu senggang, disaat penelitian beberapa remaja juga mengatakan kepada peneliti bahwa disaat waktu senggang remaja tidak tahu untuk mengisi waktu luang hal ini menyebabkan remaja menggunakan ponsel mereka untuk menghilangkan rasa bosan.

Selain itu, *leisure boredom* berpengaruh secara signifikan terhadap *phubbing*. hal tersebut mendukung hasil penelitian pertama tentang *boredom* terhadap *phubbing* yang dilakukan oleh Al-saggaf,

MacCulloch, Winner (2018) dimana *trait boredom* memprediksi frekuensi *phubbing*, menurutnya tingkat *trait boredom* yang tinggi yang dihubungkan langsung dengan perilaku *phubbing* yang tinggi. Dan sebaliknya, orang yang memiliki *boredom* yang rendah cenderung memiliki gairah kerja yang tinggi, dapat menstimulasi diri untuk mengurangi rasa *boredom*, dan dapat melakukan aktifitas dan memiki tantangan.

Ling dan Chiang (2017) mengatakan bahwa *leisure boredom* merupakan atribut psikologis yang secara positif dapat mempengaruhi gejala kecanduan *smartphone* pada remaja. Leung (2007) mengatakan bahwa apabila semakin tinggi *leisure boredom* yang ada pada individu maka akan semakin tinggi pula kemungkinan individu menjadi kecanduan *smartphone*. Penelitian yang dilakukan oleh Viviyanti (2019) penelitiannya adalah pengaruh *self control*, *leisure boredom* dan *smartphone usage* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja hasil dari penelitian

menyatakan bahwa *leisure boredom* dapat mempengaruhi kecanduan *smartphone*. Oduor , Neustaedter, Odom, Tang, Moallem, Tory dan Irani (2006) menyatakan bahwa individu mudah merasa bosan akan lebih beresiko untuk kecanduan ponsel, kecanduan ponsel merupakan frekuensi dari perilaku *phubbing*.

Didukung oleh penelitian Chotpitayasunond dan Dougl's (2016) dari hasil penelitiannya menjelaskan bahwa individu yang telah kecanduan terhadap ponsel dapat menjadikan alasan seseorang menjadi *phubber*. Karadag (2015) dalam penelitiannya mengatakan bahwa perilaku *phubbing* memiliki hubungan dengan kecanduan ponsel, sms, kecanduan media sosial dan internet. Individu dengan *leisure boredom* yang tinggi dan rentan untuk merasakan kebosanan akan maka individu akan lebih cenderung untuk kecanduan *smartphone* dimana kecanduan *smartphone* menjadikan individu menjadi seorang *phubber* kecanduan ponsel juga merupakan frekuensi dari perilaku *phubbing*.

Kelemahan terhadap penelitian ini terkait dengan karakteristik sampel dalam penelitian ini tidak dikontrol disaat penelitian disaat melaksanakan penelitian ketika menyebarkan angket peneliti tidak mengontrol subjek disaat subjek mengisi kuesioner yang diberikan oleh peneliti, dikarenakan disaat penyebaran angket yang diberikan langsung oleh peneliti kepada subjek secara menyeluruh tanpa memperhatikan subjek satu persatu saat pengisian kuesioner tersebut.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pada umumnya gambaran *leisure boredom* pada remaja kota Padang berada pada kategori yang tinggi yang artinya remaja kota Padang memiliki *leisure boredom* yang tinggi namun remaja kota Padang tidak bisa menggunakan waktu luang bersama aktifitas yang bermanfaat. *Phubbing* pada remaja kota Padang berada dalam kategori tinggi, yang artinya remaja kota Padang memiliki perilaku *phubbing* dimana banyak

remaja menggunakan ponsel saat berinteraksi dengan orang lain. Selanjutnya berdasarkan hasil uji hipotesis terdapat pengaruh *leisure boredom* terhadap *phubbing* pada remaja kota Padang dimana *leisure boredom* mempengaruhi *phubbing* sebanyak 16,6% dan sebanyak 83,4% dipengaruhi oleh variabel lain.

Saran

Bagi remaja diharapkan penelitian dapat memberikan informasi pada bidang psikologis mengenai perilaku *phubbing*, setelah mengetahui informasi tentang perilaku *phubbing* diharapkan dapat mengurangi perilaku *phubbing* yang ada dalam diri. Lebih

bijak untuk menggunakan ponsel gunakan lah ponsel sesuai dengan kebutuhan. Bagi remaja yang memiliki waktu luang agar dapat mengisi waktu luang dengan kegiatan atau aktifitas yang bermanfaat. Mengatur waktu luang supaya remaja tidak banyak menggunakan ponsel sebagai pelampiasan untuk mengisi waktu luang agar dapat menghindari perilaku *phubbing*. Bagi peneliti ingin meneliti mengenai *leisure boredom* terhadap *phubbing*, diharapkan penelitian bisa dijadikan pedoman referensi, agar lebih baiknya bisa mengontrol faktor gender dan faktor status pendidikannya yang dapat mempengaruhi *phubbing* selain dari faktor *leisure boredom*.

DAFTAR PUSTAKA

Alwisol. (2004). Psikologi kepribadian. Malang. Universitas Muhammadiyah Malang.

Al- saggaf., Rachel, MacCulloch., Karl, Wiener. (2018). Trait boredom is a predictor of phubbing frequency. *Journal of technology in behavioral science*. Doi: <https://doi.org/1007/sb1347-018-0080-4>

Chotpitayasunondh, Varoth & Douglas, mKaren, M. (2016). How “Phubbing” Becomes The Norm: The

Antecedents and Consequences of Snubbing Via Ponsel. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. doi: 10.1016/j.chb.2016.05.018.

Hanika, I. M. (2015). Fenomena phubbing di era milenial. *Jurnal Interaksi*, 4(1), 42-51.

- Iso-Ahola, SE, & Weissinger, E. (1990). Perceptions of boredom in leisure: Conceptualization, reliability and validity of the leisure boredom scale. *Journal of Leisure Research*, 22(1), 1–17.
- Jihan, A. (2019). Pengaruh faktor kepribadian terhadap *phubbing* pada generasi milenial di Sumatera Barat. Universitas Negeri Padang
- Karadag, Engin., Tosuntas, Sule Bentul., Erzen, Evren., Duru, Pinar., Bostan, Nalan., Mizrak Sahin, Berrak., Culha, Culha, Ilkay dan Babandag, Burcu. (2015). Determinants of *phubbing*, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Jornal ofmBehavior Addictions* 4(2), pp. 60-74. doi:10.1556/2006.4.2015.005.
- Leung, L. (2007). Leisure boredom, sensation seeking, self-esteem, addictionsymptoms and patterns of mobile phone use. In E. Korini, S. Utz, M. Tanis, & S. Barnes (Eds.), *Mediated interpersonal communication*. New York: Routledge.
- Lin, T. T. C., & Chiang, Y. H. (2017). Investigating predictors of smartphone dependency symptoms and effects on academic performance, improper phoneuse and perceived sociability. *International Journal of Mobile Communications*, 15(6), 655. doi:10.1504/ijmc.2017.086881
- Nasution, J, Aini., Neviyarni, S., Alizaimar. (2017). Motif siswa memiliki *smartphone* dan penggunaanya. *Jurnal pendidikan Indonesia*. Vol.3(2) 15-29. Doi:<https://doi.org/10.29210/02017114>.
- smartphone* dan penggunaanya. *Jurnal pendidikan Indonesia*. Vol.3(2) 15-29. Doi:<https://doi.org/10.29210/02017114>.
- Oduor, E., Neustaedter, C., Odom, W., Tang, A., Moallem, N ., Tory, M., & Irani, P. (2016). The frustrations and benefits of mobile device usage in the home when co-present with family members. *Proceedings of the 2016 ACM Conference on designing Interactive Systems - DIS '16*, 16, 1315–1327.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif danmKualitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta.
- Viviyanti, N, K. (2019). Pengaruh self control, leisure boredom dan smartphone usage terhadap kecanduan smartphone pada remaja. Skripsi. Univesitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Untari, P, H. (2019). 2018 pengguna internet Indonesia paling banyak di usia 15-19 tahun. Okezone diunduh dari <https://techno.okezone.com/read/201905/21/207/2058544/2018-pengguna-internet-indonesia-paling-banyak-di-usia-15-19-tahun>.

