

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Harga diri (self-esteem) adalah penilaian individu dibuat oleh diri sendiri mengenai seperti apa individu tersebut menanggapi dirinya dimana penilaian itu didapatkan dari hasil perlakuan orang lain terhadap dirinya serta dari interaksi antara individu dengan lingkungan sekitarnya. Harga diri (self-esteem) merupakan persepsi tentang bagaimana individu menilai dan menghargai dirinya sendiri secara keseluruhan dan diperlihatkan melalui sikap yang positif atau negative terhadap dirinya. Definisi konseptual dari harga diri menurut Coopersmith pada tahun 2021, dijelaskan sebagai bentuk penilaian diri yang diciptakan oleh diri sendiri tentang bagaimana dirinya, dimana hasil penilaian tersebut didapatkan dari interaksi individu dengan orang lain atau lingkungannya serta dari bagaimana perlakuan orang lain kepada dirinya (Amanatillah & Zaldhi, 2022).

Menurut data di Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Provinsi Maluku pasien yang memiliki harga diri rendah, yang pernah dirawat 3 tahun terakhir (2016 – 2018) adalah tahun 2016 sebanyak 20 dengan persentase 35,08%, tahun 2017 sebanyak 25 persentase 43,85%, tahun 2018 sebanyak 12 dengan presentase 21,05%. Dari total kasus harga diri rendah yang terjadi

3 tahun tersebut (2016 - 2018) adalah 57 dengan persentase 99,98%. Harga diri yang tinggi adalah karakteristik penting dari kesejahteraan individu (Kurniawan et al., 2022).

Harga diri mengalami kemunduran pada usia awal remaja, lebih khususnya bagi wanita dimana secara signifikan mengalami tingkat harga diri yang paling rendah (Santrock, 2014). Self esteem cenderung menurun dimasa remaja perempuan usia 12-17 tahun, sebaliknya self esteem meningkat diantara remaja laki-laki dari usia 12 hingga 14 tahun, kemudian menurun hingga usia 16 tahun, meningkat diusia 20-an, mendatar diusia 30-an, dan meningkat di usia 50- 60 tahun kemudian menurun di usai 70 – 80 tahun, disebagian besar usia 15 umumnya laki-laki memperlihatkan self esteem yang lebih tinggi dibandingkan perempuan (Santrock, 2014). Harga diri rendah yang terjadi pada remaja dikarenakan secara psikologis konsep diri remaja belum matang dalam berinteraksi dan bergaul. Harga diri rendah dapat mempengaruhi kemampuan remaja untuk bersosialisasi dengan teman yang lain (Fatimah, Arna, & Wilda, 2014).

Komisi Nasional Perlindungan Anak (2012) menyebutkan bahwa prevalensi kejadian harga diri rendah pada remaja di Indonesia dibanding dengan anak remaja di kawasan Asia, remaja di Indonesia berpeluang mengalami harga diri rendah sebesar 2% (Fatimah, Arna, & Wilda, 2014). Penelitian yang dilakukan Reasoner (dalam Santrock, 2007) menunjukkan 12% individu diindikasikan mengalami penurunan harga diri setelah

memasuki sekolah menengah pertama dan 13% memiliki harga diri yang rendah pada sekolah menengah atas. Sekitar 39% remaja mengalami harga diri rendah dari seluruh remaja di dunia WHO (2016), sedangkan di Indonesia prevalensi remaja yang mengalami harga diri rendah sebanyak 35% dari seluruh remaja di Indonesia. (Kemenkes RI, 2016).

Ciri khas yang menonjol pada remaja adalah masalah yang menyangkut penilaian terhadap dirinya sendiri sehingga mereka terikat dengan adanya penerimaan lingkungannya. Penilaian orang lain terhadap segala atribut yang melekat.. Banyak faktor yang mempengaruhi pembentukan harga diri remaja seperti interaksi sosial, pengalaman masa kecil, persepsi dan kegagalan, kesehatan mental, self efficiency, penilaian sosial, kebutuhan akan pengakuan dan penerimaan, persepsi diri, pengaruh media dan budaya serta perilaku *phubbing* (Booree, 2016). Faktor lainnya ada faktor eksternal yang mempengaruhi harga diri remaja adalah faktor sosial. Hal ini merupakan hasil proses lingkungan, penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain kepadanya (Indriani, Rosra, & Andriyanto, 2019).

Harga diri rendah menyebabkan remaja merasa tidak aman dan tidak bebas bertindak, cenderung tidak konsisten dalam mengambil keputusan, memiliki perasaan tidak percaya diri dan menurunkan kemauan melakukan resiliensi dengan masyarakat (Skinner, 2012). Akibat harga diri yang rendah remaja kurang memiliki nilai dan sikap yang demokratis serta orientasi yang kurang realistis sehingga remaja mudah dibujuk dan dipengaruhi oleh teman-

temannya agar dapat diterima dan mendapatkan pengakuan dari kelompoknya. Perilaku phubbing adalah kondisi dua orang atau lebih dalam suatu lingkungan tetapi mereka lebih asik dengan *smartphone* nya (Chotpitayasunondh, V. and Douglas, 2016).

Munculnya fenomena perilaku *phubbing* ini terjadi karena adanya pemakaian *smartphone* yang berlebihan. Pemakaian *smartphone* semakin hari semakin meningkat yang mana hubungan secara langsung antar individu akan mengalami perubahan. Pada saat seseorang berinteraksi dan ternyata seseorang tersebut lebih fokus pada *smartphone*-nya bukan tidak mungkin mereka tidak dapat menyerap informasi maksimal dan sebagai akibatnya lawan bicara akan mengulang pembicaraan tersebut (Sparks, 2013).

Indonesia menjadi urutan 11 sebagai negara dengan jumlah *phubbing* terbanyak di dunia yaitu 3.706.811. Salah satu penyebabnya yaitu penggunaan internet dari *smartphone* (Ariyanti et al., 2022). Kejadian *phubbing* juga terjadi pada remaja kota Padang yang masuk pada kategori tinggi, yang artinya memiliki perilaku *phubbing* dimana banyak remaja menggunakan *smartphone* saat berinteraksi dengan orang lain (Putri & Rusli, 2021).

Tahun 2020, Newzoo mempublikasikan bahwa penggunaan ponsel pintar (*smartphone*) terbesar berada di Tiongkok, dengan jumlahnya yang mencapai 953,55 juta pengguna, lalu diposisi kedua disusul oleh India dengan 492,78 juta pengguna *smartphone*. Diurutan ketiga terdapat negara Amerika Serikat dengan 273,76 juta pengguna. Kemudian, Indonesia menempati urutan

keempat dengan 170,43 juta pengguna *smartphone*. Diurutan berikutnya ada Brazil dengan 118,53 juta jumlah pengguna. Newzoo mengatakan jumlah pengguna *smartphone* pada tahun 2020 di dunia mencapai 3,6 miliar, yang artinya jumlah itu meningkat dari hasil survey pada tahun sebelumnya yang hanya sebesar 3,4 miliar pengguna. Dan jumlah pengguna *smartphone* ini diprediksi akan terus meningkat dari tahun ke tahun. (Databoks,2020).

Indonesia mengalami peningkatan disetiap tahunnya. Pada tahun 2016 terdapat 132,7 juta pengguna, ditahun 2017 terdapat 143,26 juta pengguna, ditahun 2018 juga terdapat peningkatan sebanyak 171,17 juta pengguna, dan angka penggunaan *smartphone* ini juga terus meningkat ditahun 2019-2020 yaitu mencapai 196,7 juta pengguna. Dilihat berdasarkan provinsi, Sumatera Barat berada di peringkat ketiga pengguna *smartphone* terbanyak di Indonesia yaitu dengan jumlah mencapai 6.950.709 pengguna. (APJII, 2020).

Badan Pusat Statistik (2020) mempublikasikan remaja usia 13-18 tahun yang menggunakan *smartphone* di Indonesia berjumlah 34,63%, sedangkan di Sumatera Barat sendiri, remaja yang menggunakan *smartphone* berjumlah 56,95% dan ini meningkat dari tahun sebelumnya yang berjumlah 52,88%. Pengguna *smartphone* terbanyak menurut jenjang pendidikan yang sedang ditempuh oleh remaja di provinsi Sumatera Barat yaitu remaja yang sedang menduduki bangku SMA dengan persentase 39,28% (BPS, 2020).

Phubbing dapat di pengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu kecanduan pemakaian *smartphone*, kecanduan internet, kecanduan media sosial dan

kecanduan permainan (Karadag, 2015). Selain itu perilaku *phubbing* juga dipengaruhi oleh FOMO (Fear of missing out), dan perilaku kontrol diri (Douglas, 2016). Tingginya pemakaian *smartphone* maka semakin tinggi pula tingkat perilaku *phubbing*, dan sebaliknya jika semakin rendah pemakaian *smartphone* maka akan semakin rendah pula *phubbing* (Safitri, 2021).

Phubbing dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti obsesi dan pemakaian *smartphone* yang berlebihan, dan faktor eksternal seperti lingkungan. Dampak *phubbing* adalah memunculkan perasaan diabaikan, tak dihargai dalam berkomunikasi dan memunculkan perasaan negatif (Vetsera et al., 2019). *Phubbing* dapat mempengaruhi interaksi sosial, di mana seseorang menjadi dekat dan orang yang dekat terasa menjadi jauh. Kemunculan *phubbing* sebagai indikasi kecanduan menjadikan seorang remaja rela menyakiti orang lain di sekitarnya dengan bersikap acuh (Yonarti et al., 2018). Dampak dari *phubbing* bisa berpengaruh pada fisik dan mental bagi diri sendiri dan orang sekitar. Dampak mental *phubbing* menimbulkan rasa iri, sedih karena melihat keindahan hidup orang lain dan membandingkannya dengan kondisi diri sendiri. (Amelia et al., 2019).

Harga diri individu memiliki hubungan yang kuat dengan fenomena *phubbing* atau perilaku mengabaikan demi fokus pada *smartphonenya*. Pengalaman sosial yang baik berbanding lurus dengan harga diri yang positif, sehingga menimbulkan kesejahteraan mental. Individu dengan harga diri yang rendah cenderung lebih rentan terhadap dampak negatif. Ketika mereka

mengalami *phubbing*, mereka mungkin merasakan penolakan dan merasa bahwa interaksi dengan *smartphone* lebih bernilai dari pada diri mereka sendiri. Hal ini bisa memperdalam perasaan tidak dihargai (Branden, 2010).

Individu dengan harga diri yang tinggi mungkin lebih tahan terhadap efek *phubbing*, tetapi bukan berarti mereka tidak terpengaruh sama sekali. Meskipun mereka mungkin memiliki ketahanan emosional yang lebih baik, *phubbing* masih dapat memengaruhi harga diri mereka dalam beberapa cara. Terus-menerus mengalami *phubbing* dapat membuat mereka merasa frustrasi atau meragukan diri sendiri, bahkan jika secara keseluruhan mereka memiliki pandangan positif tentang diri mereka (Branden, 2010).

Dampak jangka panjang pengalaman *phubbing* yang berulang-ulang dapat membentuk persepsi individu tentang bagaimana mereka diperlakukan oleh orang lain dan seberapa penting kehadiran mereka dalam berinteraksi. Ini dapat membentuk pandangan mereka tentang diri sendiri dan mempengaruhi harga diri dalam jangka panjang. Orang yang terus-menerus menjadi korban *phubbing* mungkin merasa diri mereka tidak memiliki daya tarik sosial atau kurang berharga secara umum (Srisayekti & Setiady, 2015).

Dari hasil studi pendahuluan oleh Safitri (2021) peneliti melakukan observasi pada kegiatan Magang II di SMKN 5 Kota Bengkulu, peneliti melihat ada perilaku *phubbing* yang terjadi pada kalangan remaja saat ini. Dalam observasi yang peneliti lakukan di SMKN 5 Kota Bengkulu, siswa lebih cenderung memperhatikan *smartphonenya* dari pada guru yang sedang

menjelaskan pelajaran di dalam kelas, serta kurang menghargai jika ada seorang guru yang berada di depannya untuk memberi salam atau bertegur sapa karena sibuk memperhatikan *smartphone*. Beberapa dampak yang dirasakan akibat perilaku *phubbing* oleh siswa-siswi di SMKN 5 Kota Bengkulu yaitu nilai akademik menurun, dan beberapa diantaranya merasakan mata mulai terasa sakit akibat lelah menatap layar ponsel dalam waktu lama disetiap harinya. Berdasarkan dari observasi dilapangan tentu sangat berpengaruh besar pada sikap saling menghargai baik kepada orang tua, guru, teman dan lingkungan.

Dari hasil penelitian oleh Safira (2021) pada 67 orang yang memiliki *smartphone* baik yang mengetahui *phubbing* maupun tidak mengetahui, bahwa 85.1% secara sadar pernah melakukan perilaku *phubbing* dengan sasaran tertinggi *phubbing* yaitu teman 88.1% disusul oleh pasangan dan keluarga. Sedangkan orang yang diperbolehkan berbuat *phubbing* terhadap dirinya yaitu orang tua 61.2%, disusul oleh teman dan atasan. Mereka yang merasa biasa saja saat dirinya menjadi korban *phubbing* sejumlah 74.6% sisanya merasa tersinggung dan kecewa atas perilaku tersebut. kemudian hanya ada 3.2% dari mereka mengaku selalu dapat mengendalikan dirinya untuk tidak *phubbing*. Dalam seharinya mereka yang melakukan *phubbing* dapat menghabiskan waktu bermain *smartphone* sebanyak 8-16 jam.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada 17 Juni 2023 di SMAN 3 Kota Padang pada 20 siswa didaptkan hasil bahwa 20

siswa tersebut semuanya memiliki *smartphone* dan membawa *smartphone* ke sekolah. Dari 20 siswa, 15 diantaranya menggunakan *smartphone* dalam jangka waktu 12-15 jam, dan 5 siswa lainnya menggunakan *smartphone* dalam jangka waktu kurang dari 10 jam. Dari 20 siswa, 17 diantaranya menggunakan *smartphone* untuk media sosial (tik-tok, instagram, facebook, whatsapp), dan 3 siswa lainnya mengatakan bahwa menggunakan *smartphone* untuk keperluan belajar saja. Pada saat dilakukan studi pendahuluan siswa tersebut tampak asik dengan *smartphone* nya sendiri tanpa memperhatikan lawan bicaranya. Dari 20 siswa, 14 siswa lebih memilih bermain *smartphone* pada saat jam istirahat dari pada dengan temannya, 6 diantaranya dapat menyesuaikan waktu bermain *smartphone* dan bermain bersama temannya.

Berdasarkan data yang sudah dipaparkan diatas dapat dilihat *phubbing* mampu *mengancam* terganggunya hubungan dalam lingkungan dan juga perilaku *phubbing* yang tidak memedulikan orang lain ini akan mengancam ketidakpercayaan orang terhadapnya serta mengakibatkan terganggunya hubungan antar sosial yang cukup parah. Meskipun sangat sedikit yang diketahui tentang apa yang menyebabkan *phubbing* dan bagaimana itu telah menjadi fitur yang berkembang dalam komunikasi modern. Peneliti memanfaatkan temuan yang ada untuk memahami hubungan pemakaian *smartphone* terhadap perilaku *phubbing*. Berdasarkan penjelasan diatas peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja di SMAN 3 Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Perkembangan teknologi seharusnya mempermudah penggunanya melakukan apapun dengan berbagai fitur yang disajikan, tetapi tak sedikit pula membuat banyak penggunanya mengalami perubahan perilaku yang dikenal dengan istilah *phubbing* atau tindakan mengabaikan seseorang selama interaksi karena seseorang lebih asik dengan penggunaan *smartphone*.

Phubbing disebabkan karena beberapa hal, seperti faktor lingkungan yang terpengaruh dari kelompok teman sebaya dalam penggunaan media sosial dan budaya dunia digital. Tetapi belum diketahui angka kejadian perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 3 Kota Padang, sehingga penulis ingin melakukan penelitian mengenai angka kejadian perilaku *phubbing* pada siswa SMAN 3 Kota Padang.

Beberapa dampak dari perilaku *phubbing* bisa memunculkan perasaan diabaikan, tak dihargai dalam berkomunikasi dan memunculkan perasaan negatif, dan juga berdampak ke interaksi sosial. Kemunculan *phubbing* sebagai indikasi kecanduan menjadikan seorang remaja rela menyakiti orang lain di sekitarnya dengan bersikap acuh. Dilihat dari dampak yang ditimbulkan dari penelitian sebelumnya dan karena belum ada data mengenai *phubbing* pada siswa SMAN 3 Kota Padang. Sehingga penulis tertarik untuk mengangkat tema hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja di SMAN 3 Kota Padang

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja di SMAN 3 Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui angka kejadian hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja di SMAN 3 Kota Padang
- b. Mengetahui distribusi frekuensi *phubbing* dan tingkat keparahannya

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Keilmuan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi mengenai hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja dan memberikan kontribusi kemajuan bidang penelitian ilmiah.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi mengenai hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja dan juga dapat digunakan menjadi bahan evaluasi untuk meningkatkan pelayanan kesehatan yang sudah ada, terkhusus pada promosi kesehatan dalam mengembangkan pelayanannya.

3. Bagi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja untuk pengembangan ilmu keperawatan terkhususnya pada keperawatan jiwa. Dengan adanya penelitian ini bisa mengetahui hubungan perilaku *phubbing* dengan harga diri pada remaja di SMAN 3 Kota Padang.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini bisa dijadikan referensi, data dasar dan pembanding untuk penelitian selanjutnya terkait perilaku *phubbing*.

