



## **Analisis Perilaku *Phubbing* (*Phone Snubbing*) dan Penanganannya**

**Rismiyana<sup>\*1</sup>, Sahril Buchori<sup>2</sup> Nur Fadhillah Umar<sup>3</sup>**

<sup>123</sup> Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

<sup>\*</sup>Coresponding author, E-mail: [nurfadhillahumar@unm.ac.id](mailto:nurfadhillahumar@unm.ac.id)

**Abstrak.** Tujuan penelitian untuk mengetahui 1) Deskripsi perilaku *phubbing* pada JN di SMAN 3 Makassar, 2) Penyebab *phubbing* JN, 3) Penanganan *phubbing* pada subjek JN. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian ini adalah studi kasus klinis. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan studi dokumentasi serta menggunakan analisis kualitatif dari Model Miles & Huberman, yaitu reduksi data, presentasi data, dan penarikan kesimpulan. Hasilnya adalah 1) Deskripsi perilaku *phubbing* JN adalah bermain smartphone saat guru mengajar, kurang bersosialisasi, melihat smartphone saat berinteraksi. 2) Faktor penyebab terdiri dari faktor internal: kurangnya kontrol diri, kebiasaan, kecenderungan bosan. Faktor eksternal: mengikuti dan diabaikan oleh teman. 3) Penanganannya, peneliti menerapkan teknik kontrak perilaku untuk mengurangi perilaku. Setelah penanganan, subjek JN dapat mengurangi *phubbing*-nya.

**Kata Kunci:** Perilaku Phubbing, Kontrak Perilaku, Smartphone

**Abstract.** The aim of the research is to find out 1) The description of phubbing behavior on JN at SMAN 3 Makassar, 2) The cause of JN's phubbing, 3) Handling phubbing on the subject of JN. This research uses a qualitative approach. the type of research is a clinical case study. Data collection through interviews, observations and documentation studies and using qualitative analysis of the Miles & Huberman model, namely data reduction, data presentation and conclusion drawing. The results 1) The description of JN's phubbing behavior is playing smartphones when the teacher teaches, less socializing, looking at smartphones when interacting 2) The causative factors are internal factors: lack of self-control, habits, boredom proneness. External factors: Following and being ignored by friends. 3) The handling, researchers apply behavior contract techniques to reduce behavior. After handling, subject JN can reduce his phubbing.

**Keywords:** Phubbing Behavior, Behavior Contract, Smartphone



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2024 by author.

## **Pendahuluan**

Penggunaan *smartphone* di Indonesia semakin tidak terbendung. Menurut laporan firma riset data.ai 2023 mengungkapkan bahwa Indonesia menjadi pengguna tertinggi yang menghabiskan dari 5 jam setiap hari untuk bermain *smartphone* (Dewi, 2023). Pada awalnya *smartphone* digunakan hanya untuk berkomunikasi. Namun, seiring berkembangnya zaman, *smartphone* digunakan dalam berbagai hal seperti, berkomunikasi secara *online*, berbelanja *online*, bermain *game* dan lainnya. Hal tersebut membuat masyarakat semakin ketergantungan untuk menggunakannya. *Smartphone* sekarang ini telah digunakan pada berbagai kalangan termasuk pada usia remaja. *Markplus Insight* Indonesia serta Kementerian Komunikasi dan Informatika mencatat bahwa pengguna gawai terbanyak dengan persentase 39% di Indonesia adalah remaja berusia 15-21 tahun (Setianto et al., 2023).

*Smartphone* merupakan alat komunikasi yang memiliki banyak manfaat. Namun sayangnya, penggunaan *smartphone* yang berlebihan membuat masyarakat khususnya remaja menjadi ketergantungan dan tidak memperhatikan interaksinya di dunia nyata. Sekarang ini telah banyak ditemui remaja yang tidak beretika dalam berkomunikasi dengan lawan bicaranya karena terlalu sibuk dengan *smartphone*-nya. Hal tersebut biasa disebut dengan istilah *phubbing*. *Phubbing* sendiri merupakan suatu sikap menolak, mengabaikan, atau mengucilkan kehidupan sosialisasi atau interaksi interpersonal dengan memakai gawai secara berlebihan (Aditia, 2021). Selain itu, menurut Kelly et al., (2019) bahwa *phubbing* merupakan perilaku seseorang yang mengacuhkan orang lain (*relational partner*) dengan menggunakan ponsel di hadapannya. Dengan kata lain, perilaku *phubbing* dilakukan dengan mengalihkan perhatian pada *smartphone* dan mengabaikan orang atau interaksi yang sedang terjadi di sekitarnya. Adapun *Phubbing* biasanya disebabkan karena kurangnya kontrol diri dalam menggunakan *smartphone*, faktor kebiasaan menggunakan ponsel, atau karena ingin menghindari komunikasi interpersonal yang tidak menyenangkan bagi dirinya (Hafizah et al., 2021).

Dalam dunia pendidikan, pelajar pada tingkat menengah atas termasuk pada usia remaja atau generasi Z dimana kemungkinan kecanduan atau ketergantungan pada *smartphone* rawan terjadi (Youarti & Hidayah, 2018). Berdasarkan pengumpulan data awal yang dilakukan peneliti di SMAN 3 Makassar pada tanggal 28 Februari 2023 ditemukan data dari wawancara yang dilakukan dengan guru BK bahwa terdapat siswa yang berlebihan dalam menggunakan *smartphone* di lingkungan SMA Negeri 3 Makassar yang berinisial JN. Disebutkan bahwa siswa (JN) sering bermain *smartphone* pada saat guru sementara mengajar atau berbicara di depan kelas, selalu membawa dan mengecek *smartphone* kapan pun dan di mana pun. Selain itu, data yang ditemukan dari observasi yang dilakukan peneliti pada tanggal 28 Februari dan 1 Maret 2023 juga menunjukkan bahwa siswa (JN) tampak lebih sering menggunakan *smartphone*-nya daripada berinteraksi dengan teman-temannya di kelas. Perilaku yang ditunjukkan oleh siswa (JN) termasuk pada indikator *phubbing* yaitu lebih tertarik dengan *smartphone* daripada interaksi yang terjadi disekitarnya. Hal ini menunjukkan bahwa siswa berinisial (JN) teridentifikasi berperilaku *phubbing* di lingkungan sekolah.

Perilaku *phubbing* yang dilakukan siswa (JN) di sekolahnya tentu akan merusak hubungan interpersonalnya dengan teman-teman atau dengan gurunya di sekolah. Sedangkan, diketahui bahwa seorang remaja seharusnya memiliki interaksi sosial yang baik dengan lingkungannya (Raharjo, 2021). Melihat adanya siswa yang teridentifikasi berperilaku *phubbing* di SMAN 3 Makassar, maka peneliti terdorong untuk menggali lebih dalam terkait masalah ini dan kemudian membantu siswa untuk mengatasi masalahnya. Oleh karena itu, peneliti berupaya mengatasi masalah *phubbing* siswa dengan menerapkan salah satu teknik behavioral yaitu *behavior contract*. *Behaviour Contract* adalah salah satu teknik konseling behavioral yang digunakan untuk menghilangkan perilaku maladaptif dan membentuk perilaku adaptif baru (Indari, 2023). Selain itu, Wahyuni dalam (Ilmiah et al., 2022) kontrak perilaku merupakan perjanjian dua orang ataupun lebih untuk mengubah atau mengurangi perilaku dengan cara tertentu dan untuk mendapatkan hadiah bagi perilaku itu. Artinya, *behavior contract* digunakan peneliti untuk mengurangi perilaku maladaptif siswa yaitu (*phubbing*) dengan melakukan kontrak atau perjanjian terlebih dahulu dan kemudian siswa diberikan hadiah ketika siswa berhasil menunjukkan perubahan perilaku sesuai dengan kontrak yang dilakukan.

## Metode

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus klinis yang bertujuan untuk analisis secara mendalam terhadap suatu peristiwa/kasus tertentu. Menurut Raharjo (2021) studi kasus merupakan serangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci dan mendalam tentang suatu fenomena, peristiwa, gejala dan aktivitas, baik pada lingkup perorangan, sekelompok orang, organisasi atau lembaga untuk memperoleh pengetahuan yang mendalam tentang peristiwa dan mengungkapkan sesuatu hal dari situasi dan peristiwa yang diteliti. Selain itu, studi kasus sangat baik untuk menyajikan pandangan subjek penelitian secara mendalam, dan juga dapat membongkar realitas dibalik suatu fenomena atau peristiwa (Tohirin, 2016). Oleh karena itu, peneliti menggunakan metode *case study* dalam penelitian ini.

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 3 Oktober sampai dengan tanggal 3 November 2023 di SMA Negeri 3 Makassar. Adapun pemilihan lokasi penelitian ini karena berdasarkan observasi awal yang telah dilakukan peneliti terdapat siswa yang teridentifikasi melakukan perilaku *phubbing*. Adapun Subjek dalam penelitian ini adalah seorang siswa berinisial JN yang teridentifikasi berperilaku *phubbing*. Hal ini ditandai dengan perilakunya yang sering bermain *smartphone* ketika guru sedang mengajar di kelas dan ketika bersama dengan teman-temannya di lingkungan sekolahnya. Adapun pemilihan subjek penelitian

ini dilakukan berdasarkan observasi sebelumnya yang dilakukan di sekolah dan berdasarkan informasi yang disampaikan oleh guru BK dan teman subjek.

Dalam pelaksanaannya, Peneliti melakukan identifikasi kasus terlebih dahulu dengan melakukan pengumpulan data awal. Kemudian peneliti melakukan penelitian dengan cara observasi kembali, wawancara dan dokumentasi. Setelah itu, peneliti melakukan diagnosis faktor penyebab yang kemudian melakukan atau menetapkan penanganan masalah dan terakhir melaksanakan treatment atau tindakan pemecahan masalah. Selanjutnya dilakukan analisis data. Sugiyono (2017) menyebutkan bahwa analisis data merupakan proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang didapatkan dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi, dengan cara mengorganisasikan data ke dalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari, dan membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain. Adapun analisis data yang digunakan yaitu model Miles dan Huberman dengan 3 tahapan yaitu, (1) *Data Reduction*, yaitu merangkum, memilih hal-hal pokok dari data, mencari tema dan polanya dengan merujuk pada instrumen-instrumen yang telah dibuat sebelumnya serta membuang data yang tidak diperlukan. (2) *Data display*, yaitu menyajikan data. (3) *Conclusion drawing/verification* yaitu melakukan penarikan kesimpulan.

## Hasil dan Kesimpulan

Temuan penelitian ini terbagi atas tiga dengan merujuk pada rumusan masalah yang ada yaitu bagaimana gambaran perilaku *phubbing* pada subjek JN di SMAN 3 Makassar, apa saja faktor penyebab terjadinya perilaku *phubbing* pada subjek JN di SMAN 3 Makassar, dan bagaimana bentuk penanganan yang tepat untuk meminimalisir perilaku *phubbing* pada subjek JN di SMAN 3 Makassar.

### Gambaran Perilaku *Phubbing* pada Subjek JN di SMAN 3 Makassar

Berdasarkan wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti ditemukan data bahwa konseli (JN) sering berperilaku *phubbing* di lingkungan sekolah. Berdasarkan wawancara yang dilakukan terhadap beberapa informan dan observasi yang dilakukan di sekolah diketahui bahwa konseli (JN) menunjukkan beberapa perilaku seperti, (1) Tidak fokus memperhatikan guru yang mengajar karena bermain *smartphone*. (2) Kurang bersosialisasi/ berinteraksi dengan teman-teman. (3) Perhatian selalu teralihkan ke *smartphone* ketika melakukan interaksi. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yakub dan Mardes (2023) yang menyebutkan bahwa siswa yang teridentifikasi melakukan *phubbing* biasanya sering diam-diam membuka *smartphone* yang dimilikinya saat jam pelajaran berlangsung, sehingga mengabaikan penjelasan materi yang diberikan gurunya. Selain itu, Gempita et al., (2023) menjelaskan bahwa siswa yang melakukan *phubbing* cenderung lebih memperhatikan *smartphone* dari pada berinteraksi langsung dengan temannya. Sejalan dengan hal tersebut, asmara dalam (Kartikasari et al., 2023) pada penelitiannya juga menyatakan bahwa beberapa masalah perilaku *phubbing* ditandai dengan tidak mendengarkan pembicaraan atau berbicara sambil bermain *smartphone*.

### Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Perilaku *Phubbing* pada Subjek (JN) di SMAN 3 Makassar

Perilaku *phubbing* biasanya dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal pelaku. Begitu juga yang terjadi pada siswa (JN). Berdasarkan hasil penelitian dengan melakukan wawancara terhadap (JN) diketahui bahwa JN melakukan perilaku *phubbing* disebabkan karena faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang menyebabkan JN berperilaku *phubbing* yaitu, (1) Kurangnya kontrol diri. Disebutkan bahwa JN tidak bisa menahan dirinya untuk membuka *smartphone* sehingga terkadang bermain *smartphone* ketika dikelas maupun ketika bersama temannya. Sebagaimana pendapat Fadilah dalam (Laili et al., 2024) bahwa salah satu faktor internal yaitu kontrol diri juga berpengaruh terhadap *phubbing*. (2) Kebiasaan menggunakan *smartphone*. JN mengatakan bahwa kemungkinan karena dirinya terbiasa menggunakan *smartphone* sehingga membuatnya tidak bisa terlepas dari *smartphone*-nya. (3) *Boredom proneness* (kecenderungan merasa bosan dalam berinteraksi). JN mengakui sering menggunakan *smartphone* ketika pembelajaran masih berlangsung ketika dirinya merasa bosan dengan penjelasan guru. Selain itu, disebutkan juga bahwa dirinya sering bosan jika lawan bicaranya membahas hal yang kurang menarik sehingga membuatnya tidak tertarik mendengarkan dan memilih untuk menggunakan *smartphone*-nya. Hal ini sejalan dengan pendapat Amelia et al. (2019) yang menyebutkan bahwa seseorang yang menggunakan *smartphone* dengan durasi penggunaan yang tinggi akan mempengaruhi perilaku *phubbing* dalam kesehariannya. Selain itu, prediktor lain penyebab *phubbing* dalam interaksi sosial adalah *boredom proneness* atau kecenderungan kebosanan yang timbul ketika berinteraksi (Saloom & Veriantari, 2021).

Adapun faktor eksternal yang menyebabkan JN berperilaku *phubbing* yaitu adanya pengaruh dari teman-temannya di sekolah. JN menyebutkan bahwa terkadang dirinya juga menggunakan *smartphone* di lingkungan sekolah dikarenakan terpengaruh oleh teman-temannya yang juga melakukan hal yang sama. Selain itu, diketahui bahwa JN pernah dicuekkan temannya ketika berbicara sehingga membuatnya lebih

memilih tidak berbicara dan menggunakan *smartphone*-nya. Hal tersebut sesuai dengan penelitian Sidik et al., (2022) yang menjelaskan bahwa ketika siswa sedang berada di lingkungan pengguna *smartphone* lainnya ia akan mulai mengikuti perilaku tersebut. Selain itu, seseorang menggunakan *smartphone*-nya untuk mendapatkan identitas dan menghindari celaan dan pengabaian dari teman-teman mereka.

### Upaya Penanganan Perilaku *phubbing* pada Subjek (JN) di SMAN 3 Makassar

Sekolah dan Guru BK merupakan pihak yang berwenang penuh dalam memantau dan membantu perkembangan siswa disekolah. Dalam hal mengatasi perilaku *phubbing* JN pihak sekolah dan guru BK telah melakukan upaya berupa teguran dan memberikan nasihat kepada JN untuk memberikan efek jera agar perilakunya tidak diulangi. Namun, kenyataannya JN tetap melakukan perilaku *phubbing* di lingkungan sekolahnya. Dalam membantu siswa untuk keluar dari masalahnya perlu untuk mencari faktor penyebabnya terlebih dahulu. Berdasarkan hasil penelitian dengan melakukan wawancara kepada (JN) diketahui bahwa faktor penyebab terjadinya perilaku *phubbing* yaitu kurangnya kontrol diri, kebiasaan menggunakan *smartphone*, kebosanan berinteraksi, dan pengaruh temannya. Oleh karena itu, peneliti memberikan penanganan berupa teknik *behavior contract* dengan tujuan untuk mengatur dan mengarahkan siswa agar menampilkan perilaku yang diinginkan serta membantu siswa agar dapat mengontrol dirinya melalui perjanjian/kontrak yang telah di setujui bersama.

Proses penanganan yang dilakukan peneliti melalui 5 tahap, yaitu (1) Perkenalan dan rasionalisasi kegiatan, tahap ini peneliti menjelaskan penanganan yang akan diberikan dan meminta kesediaan konseli (JN) untuk melakukannya. (2) Identifikasi tingkah laku yang akan diubah dengan analisis ABC, pada tahap ini peneliti bersama konseli (JN) menentukan secara spesifik tingkah laku yang akan diubah. (3) Menentukan penguatan yang digunakan dan menulis kontrak, pada tahap ini peneliti mengarahkan konseli (JN) untuk membuat rencana aksi, menentukan penguatan (*reinforcement*) yang akan digunakan serta menulis kontrak. (4) Pemberian *reinforcement*, adapun pada tahap ini peneliti terlebih dahulu mengecek apakah konseli (JN) benar-benar melakukan kontraknya. Setelah mengecek, ditemukan bahwa (JN) melakukan kontraknya dengan baik. Oleh karena itu, peneliti kemudian memberikan hadiah kepada (JN). (5) Melakukan evaluasi dan tindak lanjut, tahap ini peneliti mengevaluasi apa yang telah didapatkan atau dicapai oleh konseli selama proses konseling dan perubahan apa saja yang dirasakan.

Adapun hasil evaluasi yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa perilaku *phubbing* pada konseli (JN) berkurang. Hal ini ditunjukkan dengan respon konseli (JN) yang menyatakan bahwa dirinya merasakan perubahan pada saat penanganan berlangsung maupun setelah proses kontraknya berakhir. Hal ini diperkuat dengan respon dan pernyataan dari teman-teman (JN) dan guru yang mengatakan bahwa (JN) sudah lebih baik dari sebelumnya. Adapun perubahan pada konseli (JN) yaitu (1) Tidak bermain *smartphone* dan fokus mendengarkan guru menjelaskan, (2) Mulai berinteraksi dan bersosialisasi dengan teman-temannya, (3) Terlihat sudah bisa mengurangi melihat *smartphone* dan fokus mendengarkan atau menyimak lawan bicaranya dengan baik ketika sedang berbicara. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik *behavior contract* dapat dijadikan upaya dalam menangani perilaku *phubbing*.

## Simpulan

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* yang ditunjukkan oleh subjek (JN) di SMAN 3 Makassar mencakup tidak fokus pada pembelajaran, kurangnya interaksi sosial dengan teman-teman, dan perhatian yang selalu teralihkan pada *smartphone* saat berinteraksi. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku *phubbing* JN termasuk kurangnya kontrol diri, kebiasaan menggunakan *smartphone*, kecenderungan merasa bosan dalam berinteraksi, serta pengaruh eksternal seperti ikut-ikutan dan perasaan diabaikan oleh teman-teman. Upaya penanganan perilaku *phubbing* dilakukan teknik kontrak perilaku dengan lima tahapan, yang melibatkan perkenalan dan rasionalisasi kegiatan, identifikasi tingkah laku yang akan diubah, penentuan penguatan dan penulisan kontrak, pemberian *reinforcement*, serta evaluasi dan tindak lanjut. Hasilnya, setelah intervensi subjek JN mengalami perubahan perilaku yang didukung oleh respon dari teman-teman dan guru.

## Daftar Rujukan

- Aditia, R. (2021). *Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial*. 2(April), 8–14.
- Amelia, T., Despitari, M., Sari, K., Putri, D. S. K., Oktamianti, P., & Agustina, A. (2019). Phubbing, Penyebab Dan Dampaknya Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia. *Jurnal Ekologi Kesehatan*, 18(2), 122–134.

- Dewi, I. R. (2023). *Warga RI Sudah Candu Parah, Nomor Satu di Dunia*. Cnbcindonesia.Com. <https://www.cnbcindonesia.com/tech/20230112172038-37-405066/warga-ri-sudah-candu-parah-nomor-satu-di-dunia>
- Gempita, S. P., Dharmayana, I. W., & Mishbahuddin, A. (2023). *Pengaruh layanan penguasaan konten berbantuan media video untuk mengurangi perilaku*. 6, 1–9.
- Hafizah, N., Adriansyah, M. A., & Permatasari, R. F. (2021). *Kontrol Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Perilaku Phubbing*. 9(3), 630–645. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Ilmiah, J. P., Najah, M., Malik, A. F., & Rachmi, I. (2022). *Perilaku Phone Snubbing (Phubbing) Pada Generasi X, Y Dan Z*. 14(2), 25–38.
- Indari, T. (2023). *Konseling Individu Teknik Behavior Contract untuk Mengurangi Perilaku Membolos Sekolah di SMK*. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, 3(1), 12–21. <https://doi.org/10.17977/um065v3i12023p12-21>
- Kartikasari, W. A., Firman, F., & Afdal, A. (2023). *Kontrol Diri dan Perilaku Phubbing Dilingkungan Siswa*. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 5(1), 40–46. <https://doi.org/10.32939/ijcd.v5i1.1853>
- Kelly, L., Miller-Ott, A. E., & Duran, R. L. (2019). *Phubbing friends: Understanding face threats from, and responses to, friends' cell phone usage through the lens of politeness theory*. *Communication Quarterly*, 67(5), 540–559.
- Laili, U., Putri, N., Pratitis, N. T., Arifiana, I. Y., & Psikologi, F. (2024). *Phone snubbing pada dewasa awal: Bagaimana peranan kontrol diri?* *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(4), 571–585.
- Raharjo, D. P. (2021). *Intensitas Mengakses Internet dengan Perilaku Phubbing*. 9(1), 1–11. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Saloom, G., & Veriantari, G. (2021). *Faktor-Faktor Psikologis Perilaku Phubbing*. 9(2), 152–167. <https://doi.org/10.18592/jsi.v9i2.4517>
- Setianto, Y., Muryati, M., & Abrillian, M. (2023). *Jangan Ada Phubbing di Antara Kita: Studi Personifikasi Perempuan dalam Amsal 8-9 bagi Pemanfaatan Gawai*. 10(1), 27–40.
- Sidik, D. J., Kurjono, K., Arief, M., & Santoso, B. (2022). *Efek Mediasi Sense Of Control Pada Pengaruh Smartphone Addiction Terhadap Academic Procrastination (Studi Pada Siswa SMK Jurusan Akuntansi Pasundan 1 Cianjur)*. *OIKOS: Jurnal Kajian Pendidikan Ekonomi Dan Ilmu Ekonomi*, 6(1), 44–61.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kombinasi*. ALFABETA.
- Tohirin. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling: Pendekatan Praktis untuk Peneliti Pemula dan Dilengkapi dengan Contoh Transkrip Hasil Wawancara Serta Model Penyajian Data*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Yakub, E., & Mardes, S. (2023). *Analisis perilaku Phubbing dan faktor penyebabnya*. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(21), 723–735.
- Youarti, I. E., & Hidayah, N. (2018). *Perilaku Phubbing Sebagai Karakter Remaja Generasi Z*. 4(1), 143–152.