

Hubungan Antara Boredom Proneness Dan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Di Sidoarjo

Disusun Oleh:

Ruse Erisa Zahrotul Munifa (222030100028)

Dosen Pembimbing :

Effy Wardati Maryam, S.Psi., M.Si.

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

2026



Pendahuluan

- Masa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa.
- Perkembangan sosial remaja memiliki tugas dan tanggung jawab seperti menjalani hubungan sosial dengan lingkungannya, membentuk relasi, membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya serta mencapai peran sosial. Namun, pada kenyataannya remaja memilih mengakses internet seperti media sosial, remaja sibuk dengan smartphonennya dan lebih memilih komunikasi melalui smartphonennya daripada interaksi langsung.

Kajian Teori

Phubbing merupakan perilaku individu yang fokus pada smartphonenya saat berinteraksi dengan orang lain sehingga perilaku tersebut menciptakan jarak dalam komunikasi.

Boredom proneness merupakan kecenderungan merasa bosan yang mencerminkan kesulitan dalam mengatur perhatian serta berpartisipasi dalam aktivitas yang bermakna.

Komunikasi interpersonal merupakan proses pertukaran pesan yang terjadi secara tatap muka antara dua orang atau lebih, dimana komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara bertatap muka yang memungkinkan pesan disampaikan dan ditanggapi secara langsung.

Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

1. Apakah ada hubungan antara *boredom proneness* dengan phubbing pada remaja?
2. Apakah ada hubungan antara komunikasi interpersonal dengan phubbing pada remaja?
3. Apakah ada hubungan antara *boredom proneness* dan komunikasi interpersonal dengan phubbing pada remaja?

Metode

Jenis Pendekatan : Kuantitatif Korelasional

Populasi : Remaja Sidoarjo dari usia 12-21 tahun

Sample : 388 remaja saat pengambilan sampel

Teknik sampling : Accidental sampling

Alat Ukur:

1. Skala Phubbing, 10 aitem dengan nilai reliabilitas 0.722
2. Skala Boredom Proneness, 12 aitem dengan nilai reliabilitas 0.671
3. Skala Komunikasi Interpersonal, 24 aitem dengan nilai reliabilitas 0.740

Teknik Analisis Data:

Korelasi Berganda dengan dibantu software SPSS

Hasil Penelitian

Kategorisasi

Variabel	Kategori	Frekuensi	Presentase
Phubbing	Rendah	50	13%
	Sedang	282	73%
	Tinggi	56	14%
Boredom Proneness	Rendah	56	14%
	Sedang	274	71%
	Tinggi	58	15%
Komunikasi Interpersonal	Rendah	50	13%
	Sedang	256	66%
	Tinggi	82	21%

Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Unstandardized Residual	.039	388	.194	.985	388	.000

Asumsi Multikolinieritas

Model	Coefficients ^a		Std. Error	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients	Standardized Coefficients				Tolerance	VIF
1 (Constant)	14.032		2.949	4.758	.000		
BOREDOM PRONENESS	.479	.436	.051	9.422	.000	.941	1.063
KOMUNIKASI INTERPERSONAL	-.074	-.111	.031	-2.409	.016	.941	1.063

Hasil Penelitian

Uji F (Simultan)

		ANOVA ^a				
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2192.381	2	1096.190	56.107	.000 ^b
	Residual	7521.998	385	19.538		
	Total	9714.379	387			

Koefisiensi Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.475 ^a	.226	.222	4.420

Uji Korelasi

		Correlations		
		PHUBBING	BOREDOM PRONENESS	KOMUNIKASI INTERPERSONAL
PHUBBING	Pearson Correlation	1	.463**	-.217**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	388	388	388
BOREDOM PRONENESS	Pearson Correlation	.463**	1	-.243**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	388	388	388
KOMUNIKASI INTERPERSONAL	Pearson Correlation	-.217**	-.243**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	388	388	388

Pembahasan

- Ditinjau dari variabel boredom proneness, nilai $r = 0.463$ dengan nilai $\text{sig} = 0.000 < 0.05$ menunjukkan adanya hubungan positif signifikan antara boredom proneness dengan phubbing. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi boredom proneness, maka kecenderungan phubbing semakin tinggi pula. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu mengatakan salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya phubbing adalah boredom proneness, yang dimana individu sangat rentan terhadap rasa bosan, mungkin rentan terhadap phubbing karena individu mencari rangsangan dan hiburan yang lebih menarik di smartphone daripada dalam interaksi sosial di sekitar. Ketika seseorang merasa bosan, mereka mungkin merasa tidak tertarik dengan apa yang terjadi di sekitarnya.
- Ditinjau dari variabel komunikasi interpersonal, hasil penelitian menunjukkan nilai $r = -0.217$ dengan nilai $\text{sig} = 0.000 < 0.05$ menunjukkan adanya hubungan negative signifikan dengan phubbing. Hal ini menandakan bahwa semakin baik kualitas komunikasi interpersonal, maka kecenderungan phubbing akan menurun. Penelitian ini selaras dengan penelitian terdahulu menyatakan bahwa terdapat korelasi negative signifikan, jika seseorang memiliki kemampuan berkomunikasi secara langsung yang lebih baik, misalnya dengan mendengarkan, menjaga kontak mata, dan merespons lawan bicara, maka kecenderungan untuk fokus pada smartphone selama interaksi akan lebih rendah. Sebaliknya, individu yang merasa kurang nyaman berkomunikasi dalam situasi sosial cenderung teralihkan oleh ponsel untuk menghindari interaksi, yang meningkatkan perilaku phubbing. Temuan ini menunjukkan bahwa kualitas komunikasi interpersonal berperan sebagai faktor yang berpotensi mengurangi munculnya perilaku phubbing.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara boredom proneness dengan phubbing yang artinya semakin tinggi boredom proneness, maka kecenderungan phubbing semakin tinggi pula. Disisi lain, terdapat hubungan negative atara komunikasi interpersonal dengan phubbing yang artinya semakin baik kualitas komunikasi interpersonal, maka kecenderungan phubbing akan menurun.

