

**KONTRIBUSI *PARENTAL PHUBBING* TERHADAP RISIKO
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA REMAJA DI
SUMATERA BARAT**



SKRIPSI

**TIARA PABELA
22011089**

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

**KONTRIBUSI *PARENTAL PHUBBING* TERHADAP RISIKO
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA REMAJA DI
SUMATERA BARAT**



SKRIPSI

**TIARA PABELA
22011089**

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tiara Pabela
NIM : 22011089
Departemen : Psikologi
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan
Judul Skripsi : *Kontribusi Parental Phubbing Terhadap Risiko Kecanduan Smartphone Pada Remaja Di Sumatera Barat*

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata dikemudian hari terungkap bahwa penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiasi karya orang lain, maka saya bersedia bertanggungjawab dan menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya tulis dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan dari pihak manapun.

Bukittinggi, 12 Mei 2026
Yang menyatakan



Tiara Pabela
NIM. 22011089

PERSETUJUAN SKRIPSI

KONTRIBUSI *PARENTAL PHUBBING* TERHADAP RISIKO
KECANDUAN *SMARTPHONE* PADA REMAJA DI
SUMATERA BARAT

Nama : Tiara Pabeta
NIM / BP : 22011089/2022
Departemen : Psikologi
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Mengetahui,
Kepala Departemen Psikologi



Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si
NIP. 19770324200641001

Bukittinggi, 12 Mei 2026
Disetujui oleh Pembimbing



Rahmah Rezki Elvika, S.Pd.L., M.Si
NIP. 199311012022032013

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :
Nama : Tiara Pabeli
Nim : 22011089
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Kontribusi *Parental Phubbing* Terhadap Risiko Kecanduan *Smartphone* Pada Remaja Di Sumatera Barat

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing : Rahmah Rezki Elvika, S.Pd.L., M.Si

1. 

Penguji I : Yulivia Inna Aviani, M.Psi., Psikolog

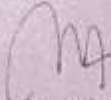
2. 

Penguji II : Zulmi Yusra, M.M., Psikolog

3. 

Ditetapkan di : Bukittinggi
Tanggal : 12 Mei 2026

Mengetahui
Kepala Departemen Psikologi


Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si
NIP. 197703242006041001

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, bersyukur kepada Allah SWT peneliti ucapkan kepada-Nya atas nikmat iman, nikmat kesehatan, dan nikmat kesempatan serta Ridho-Nya yang telah diberikan sehingga peneliti mampu untuk menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Kontribusi *Parental Phubbing* Terhadap Risiko Kecanduan *Smartphone* Pada Remaja di Sumatera Barat”. Shalawat beserta salam senantiasa tercurahkan kepada kekasih Allah SWT panutan seluruh umat yakni Baginda Rasulullah SAW.

Skripsi ini disusun dengan tujuan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang. Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa tidak terlepas dari dukungan, arahan, dan bantuan dari banyak pihak. Ucapan terimakasih yang sedalam-dalamnya saya sampaikan kepada orang-orang hebat yang menemani langkah dan proses saya, tanpa do’a dan kebaikan yang Allah titipkan lewat kehadiran kalian saya tidak akan bisa sampai pada titik ini.

1. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Suryanef, M. Si selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang beserta jajaran Pimpinan FPK.
3. Bapak Dr. Mardianto, S.Ag., M. Si selaku Kepala Departemen Psikologi Universitas Negeri Padang.
4. Terimakasih saya ucapkan kepada Ibu Rahmah Rezki Elvika, S.Pd.i., M. Si selaku Dosen Pembimbing, atas waktu, kesabaran, dan arahan yang Ibu

berikan selama proses penulisan skripsi ini. Tanpa dukungan dan bimbingan dari Ibu, mungkin skripsi ini belum bisa selesai. Terimakasih untuk setiap pengetahuan baru, kemudahan atas setiap proses, kebaikan hati untuk selalu membuka pintu konsultasi, dan memahami kesulitan yang penulis hadapi. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan Kesehatan, keberkahan, serta balasan terbaik untuk setiap kebaikan yang Ibu berikan.

5. Terimakasih saya ucapkan kepada Ibu Yolivia Irna Aviani, M. Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran dan masukan sehingga penulisan skripsi ini menjadi lebih baik.
6. Terimakasih saya ucapkan kepada Bapak Zulmi Yusra, M.M., Psikolog selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran dan masukan sehingga penulisan skripsi ini menjadi lebih baik.
7. Bapak dan Ibu Dosen, Staf Pengajar, Tenaga Kependidikan, dan Seluruh Pegawai selingkup Departemen Psikologi yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu telah menjadi tempat peneliti belajar berbagai banyak hal.
8. Terimakasih kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam menyelesaikan penelitian ini dan seluruh orang yang turut membantu menyebarkan kuesioner penelitian ini.
9. Teruntuk Aba saya, Terima kasih atas segala pengorbanan, restu dan setiap usaha yang Aba berikan. Setiap langkah dan pencapaian yang penulis raih, termasuk selesainya skripsi ini, adalah bagian dari do'a dan harapan Beliau.
10. Teruntuk Omak tercinta. Terima kasih atas segala kasih sayang, perhatian, doa dan pengorbanan yang tiada henti. Sehat dan bahagiah selalu Omak.

11. Kepada teman penulis, yang selalu menjadi tempat cerita, menyemangati dan peduli selama proses kuliah. Terimakasih kepada teman masa sekolah penulis Nesya Ilmiati, Lusi Herlina, dan Mualidyati Amni.
12. Teruntuk teman penulis Siti Mardhiah, meski kita baru bertemu di perkuliahan. Terimakasih selalu memberikan semangat, dukungan dan jadi teman yang baik selama penulis berkuliah, yang sangat berarti bagi penulis.
13. Kepada Ananda Tri Suci, Putri Amalia, Adinda Fajarwati, Raisa Syahreni. Terimakasih selalu memberikan semangat, dukungan tiada henti dan bantuan dalam segala hal selama menyelesaikan skripsi ini. Semoga selalu dalam keadaan baik dan dikelilingi hal-hal baik di masa depan.
14. Kepada seluruh teman-teman angkatan 2022 terutama Afifah, Aulia Muslimah, Nurul Okaviani, dan Andini Januarti. Terima Kasih atas segala kebaikan dan kepedulian selama penulis mengerjakan skripsi.
15. Untuk diriku yang tetap memilih bertahan, Terima kasih ya sudah kuat dan tidak menyerah, meski tidak selalu yakin. Semoga ini menjadi bukti bahwa kamu mampu. Penulis berdoa'a semoga langkah mu setelah ini selalu indah, dikelilingi orang-orang baik dan hebat, serta mimpi-mimpimu satu persatu akan terjawab. Aamiin.

Bukittinggi, 12 Mei 2026

Tiara Pabela

ABSTRAK

Kecanduan *smartphone* pada remaja menjadi permasalahan nyata di era digital, salah satu provinsi di Indonesia yaitu Sumatera Barat sebesar 72,1% remaja usia 15-17 tahun teridentifikasi dalam kategori kecanduan. Salah satu faktor yang memengaruhi kondisi ini adalah *parental phubbing*, yaitu ketika orang tua mengabaikan anak karena lebih fokus pada penggunaan *smartphone*. Kebutuhan emosional sangat penting bagi remaja, ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi akibat perilaku tersebut, remaja bisa mencari kompensasi melalui hal lain, dan yang paling mudah adalah melalui penggunaan *smartphone*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kontribusi *parental phubbing* ayah dan ibu, secara parsial dan simultan, terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel berjumlah 360 remaja berusia 15-19 tahun. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner online dengan dua instrumen, yaitu *Smartphone Addiction Scale-Short Version* (SAS-SV) dari Kwon et al (2013) dengan reliabilitas α 0,821, dan *Parental Phubbing Scale* (PPS) dari Pancani et al (2020) yang mengukur *phubbing* ayah dan ibu secara terpisah. Validitas instrumen diuji melalui daya diskriminasi aitem ($r \geq 0,30$) dan analisis data menggunakan regresi linear berganda dengan SPSS versi 25. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *parental phubbing* ayah dan ibu, baik secara parsial maupun simultan, berkontribusi secara positif dan signifikan terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja, dengan kontribusi simultan sebesar 79,7% (Adjusted $R^2 = 0,797$). Kesimpulannya bahwa semakin tinggi *parental phubbing*, semakin besar risiko kecanduan *smartphone* pada remaja.

Kata Kunci: Kecanduan *smartphone*, *Parental Phubbing*, Remaja, Orang tua

The Contribution of Parental Phubbing to Smartphone Addiction Risk Among Adolescents in West Sumatra

Tiara Pabela¹, Rahmah Rezki Elvika²

Email: tiara.fabella@gmail.com

ABSTRAK

The addiction to smartphones among teenagers has become a real problem in the digital age; in West Sumatra, a province in Indonesia, 72.1% of teenagers aged 15-17 have been identified as addicted. One factor contributing to this situation is “parental phubbing,” which occurs when parents neglect their children because they are too focused on using their smartphones. Emotional needs are crucial for adolescents; when these needs go unmet due to such behavior, adolescents may seek compensation through other means, and the easiest way is through smartphone use. This study aims to analyze the contribution of parental phubbing by fathers and mothers, both partially and simultaneously, to the risk of smartphone addiction among adolescents in West Sumatra. This study employs a quantitative approach. The sample consisted of 360 adolescents aged 15-19 years. Data collection was conducted via an online questionnaire using two instruments: the Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV) by Kwon et al. (2013) with a reliability coefficient (α) of 0.821, and the Parental Phubbing Scale (PPS) by Pancani et al. (2020), which measures phubbing by fathers and mothers separately. The validity of the instrument was tested using item discrimination ($r \geq 0.30$), and data analysis was conducted using multiple linear regression with SPSS version 25. The results of the study indicate that parental phubbing by both fathers and mothers, both partially and simultaneously, contributes positively and significantly to the risk of smartphone addiction among adolescents, with a simultaneous contribution of 79.7% (Adjusted $R^2 = 0.797$). In conclusion, the higher the level of parental phubbing, the greater the risk of smartphone addiction among adolescents.

Keywords: Smartphone addiction, Parental phubbing, Adolescents, Parents

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iv
ABSTRAK.....	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Rumusan Masalah.....	12
D. Tujuan Penelitian	12
E. Manfaat Penelitian	13
F. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya	14
BAB II KAJIAN TEORI	18
A. Kecanduan Smartphone.....	18
1. Definisi Kecanduan <i>Smartphone</i>	18
2. Aspek-aspek Kecanduan <i>Smartphone</i>	20
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kecanduan <i>Smartphone</i>	24
B. <i>Parental Phubbing</i>	26
1. Definisi <i>Parental Phubbing</i>	26
2. Dimensi <i>Parental Phubbing</i>	28
C. Dinamika Hubungan <i>Parental Phubbing</i> Dan Kecanduan <i>Smartphone</i>	30
D. Kerangka Konseptual	32
E. Hipotesis.....	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	34
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	35
D. Populasi dan Sampel Penelitian	36
E. Teknik Pengumpulan Data.	40
F. Validitas, Reliabilitas, dan Daya Diskriminasi Aitem.....	43
G. Prosedur Penelitian	46
H. Analisis Data	47

BAB IV HASIL PENELITIAN	50
A. Deskripsi Subjek Penelitian	50
B. Pelaksanaan Penelitian	52
C. Hasil Penelitian	52
D. Pembahasan.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA	78

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Kecanduan <i>Smartphone</i>	42
Tabel 3. 2 Skala <i>Parental Phubbing</i>	43
Tabel 3. 3 Nilai <i>Cronbach Alpha</i> Uji Coba Skala	45
Tabel 3. 4 Nilai <i>Cronbach Alpha</i> Uji Coba Skala <i>Parental Phubbing</i>	45
Tabel 4. 1 Data Usia	50
Tabel 4. 2 Data Jenis Kelamin	50
Tabel 4. 3 Data Domisili	51
Tabel 4. 4 Data Deskriptif <i>Parental Phubbing</i>	52
Tabel 4. 5 Data Deskriptif Risiko Kecanduan <i>Smartphone</i>	53
Tabel 4. 6 Deskriptif Item <i>Parental Phubbing</i> Ayah	54
Tabel 4. 7 Deskriptif Item <i>Parental Phubbing</i> Ibu	55
Tabel 4. 8 Kategorisasi <i>Parental Phubbing</i> Ayah	56
Tabel 4. 9 Kategorisasi <i>Parental Phubbing</i> Ibu	56
Tabel 4. 10 Kategori Tingkat Risiko Kecanduan <i>Smartphone</i>	57
Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas <i>One Sample Kolmogorov-Smirnov</i>	58
Tabel 4. 12 Uji Linearitas <i>Parental Phubbing</i> Ayah Terhadap Risiko Kecanduan <i>Smartphone</i>	58
Tabel 4. 13 Uji Linearitas <i>Parental Phubbing</i> Ibu Terhadap Risiko Kecanduan <i>Smartphone</i>	59
Tabel 4. 14 Hasil Uji Heteroskedastisitas (<i>Uji Glejser</i>)	60
Tabel 4. 15 Uji Hipotesis Parsial	60
Tabel 4. 16 Uji Hipotesis Simultan	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual <i>Parental Phubbing</i> dan <i>Smartphone Addiction</i>	33
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Data Awal	91
Lampiran 2. Data Hasil Kuesioner Survei Awal Penelitian.....	94
Lampiran 3. Try Out Alat Ukur <i>Parental Phubbing</i> dan Kecanduan <i>Smartphone</i>	95
Lampiran 4. Tabulasi Data Try Out Alat Ukur <i>Parental Phubbing</i> (X) dan Kecanduan <i>Smartphone</i> (Y).....	104
Lampiran 5. Inform Consent.....	107
Lampiran 6. Tabulasi Data <i>Parental Phubbing</i> Ayah (X1) dan Ibu (X2)	108
Lampiran 7. Tabulasi Data Kecanduan <i>Smartphone</i> (Y)	129
Lampiran 8. Uji Coba Alat Ukur	150
Lampiran 9. Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Aitem Skala <i>Parental Phubbing</i>	153
Lampiran 10. Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Aitem Skala Kecanduan <i>Smartphone</i>	155
Lampiran 11. Uji Normalitas	156
Lampiran 12. Uji Linearitas	157
Lampiran 13. Uji Heteroskedastisitas.....	158
Lampiran 14. Uji Hipotesis	159
Lampiran 15 Data Deskriptif Aitem	160

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era digital saat ini, teknologi berkembang dengan sangat pesat. Salah satunya ialah alat komunikasi berupa ponsel pintar atau yang biasa disebut dengan *smartphone*. *Smartphone* merupakan versi canggih dari handphone yang bersifat multifungsi dan dilengkapi dengan sistem operasi Android atau iOS (Widyacahya, 2024). Penggunaannya meliputi komunikasi, hiburan, pembelajaran, pelayanan digital, serta mendukung berbagai aktivitas seperti belajar dan bekerja (Wang et al., 2017; Ding et al., 2023; Shokeen, 2024). Sebaliknya, penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti kecanduan, gangguan konsentrasi, penurunan perhatian terhadap lingkungan sosial, melemahnya interaksi tatap muka, serta penurunan kualitas hubungan interpersonal (Kwon, 2013; Yang et al., 2023).

Pada tahun 2025, jumlah pengguna *smartphone* mencapai 4,6 miliar atau sekitar 72% penduduk dunia (Statista, 2025). Menurut GoodStats (2025), Indonesia menempati urutan keempat sebagai negara dengan jumlah pengguna *smartphone* terbanyak setelah Tiongkok, India, dan Amerika Serikat. Di Tiongkok, sebagian besar pengguna *smartphone* berasal dari kelompok anak dan remaja usia 6-19 tahun (China Internet Networking Information Center, 2023). Sementara itu di India prevalensi tertinggi masalah penggunaan *smartphone* adalah usia remaja 17-19 tahun (Sohn et al., 2019). Lebih lanjut,

Yogesh (2024) menemukan bahwa Remaja usia 15-19 diketahui memiliki akses teknologi yang luas karena telah memiliki *smartphone* pribadi, koneksi internet dan akun media sosial sendiri (Yogesh, 2024). Selain itu Yogesh (2024) menemukan bahwa remaja yang menggunakan *smartphone* lebih dari 2 jam per hari meningkatkan risiko kecanduan *smartphone* 2,6 kali lebih tinggi dibandingkan pengguna dibawah dua jam. Secara global, durasi rata-rata penggunaan *smartphone* mencapai 4 jam 37 menit per hari, dengan frekuensi pengecekan mencapai 58 kali (Duarte, 2025).

Menurut laporan CNBC, rata-rata masyarakat Indonesia menggunakan *smartphone* selama 7 jam 22 menit per hari, melebihi rata-rata global (Nadira, 2025). Data APJII (2025) menunjukkan tingkat penetrasi internet pada remaja dan dewasa usia 13-28 tahun mencapai 87,80%, dan mayoritas mengakses melalui *smartphone*. Sementara itu, Komidigi (2025) mencatat bahwa kelompok usia 28-43 tahun merupakan kelompok pengguna *smartphone* terbanyak, diikuti oleh kelompok usia 13-28 tahun. Berdasarkan rekomendasi Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), penggunaan gadget pada remaja sebaiknya tidak lebih dari 3-4 jam per hari, karena penggunaan lebih dari 4 jam dikategorikan berlebihan dan dapat mengganggu fungsi sosial, akademik, serta kualitas tidur (IDAI, 2020). Selain itu, survei APJII (2023) terhadap 34 provinsi di Indonesia menemukan bahwa tingkat penetrasi penggunaan internet melalui *smartphone* dengan rincian di Jawa Barat 82,73 persen, kepulauan Bangka Belitung dengan 82,66 persen, Jawa Timur 81,26 persen, Bali 80,88 persen, Jambi 80,48 persen, dan Sumatera Barat 80, 31 persen.

Tingginya pengguna *smartphone* di Indonesia, memunculkan bentuk gangguan perilaku baru di luar narkoba berupa kecanduan *smartphone* (Kwon et al, 2013). Kecanduan *smartphone* dikategorikan sebagai bentuk kecanduan perilaku, di mana individu mengalami gangguan fungsi fisik, psikologis, maupun sosial akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan (Liu et al., 2020). Menurut Young (2010) individu dengan perilaku adiktif umumnya menghabiskan waktu online yang sangat lama, yaitu 40-80 jam per minggu, disertai gangguan tidur dan fungsi harian. Sementara itu, durasi penggunaan *smartphone* >2 jam per hari digunakan sebagai indikator meningkatnya risiko kecanduan *smartphone* di luar keperluan belajar atau bekerja (Knebel et al., 2021). Sejalan dengan Kwon et al (2013), kecanduan *smartphone* adalah perilaku keterikatan atau ketergantungan terhadap ponsel yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan *control impuls* terhadap diri seseorang.

Menurut Hurlock (1997) usia remaja tengah dan akhir (15-19) tahun rentan terhadap pengaruh luar termasuk media digital. Primadiana et al (2019) menunjukkan bahwa pada kelompok usia 15-18 tahun respondenya yang merupakan pengguna *smartphone* menghabiskan waktu lebih dari 6 jam per hari. Bahkan data pada penelitain tersebut menunjukkan sebanyak 53% dari 289 siswa kelas 10-11 mengalami tingkat Kecanduan *smartphone* sedang hingga tinggi. Sejalan denga Putri (2024) menunjukkan bahwa pada kelompok usia 15-18 tahun respondenya mengarah pada risiko kecanduan *smartphone* sedang

hingga tinggi. Bahkan data pada penelitian tersebut menunjukkan sekitar 19% remaja Indonesia mengalami gangguan konsentrasi, motivasi belajar rendah dan menurunnya prestasi akademik karena penggunaan gawai (Putri, 2024). Berdasarkan survei Kementerian Komunikasi dan Digital Republik Indonesia (2025) melaporkan bahwa 98% anak dan remaja mengenal internet, dan 79,5% di antaranya merupakan pengguna *smartphone* aktif.

Remaja yang mengalami kecanduan selalu gagal dalam mengontrol penggunaan *smartphone* dan mengalami kecemasan sosial, gangguan tidur, serta penurunan kemampuan interaksi sosial langsung (Schweizer, 2017). Temuan serupa oleh Muflih et al (2017) menemukan tingkat ketergantungan *smartphone* sebesar 45,9% pada siswa SMA yang menyebabkan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial dan menurunnya empati terhadap orang lain. Sementara itu, Sarfika (2024) melaporkan bahwa 72,1% dari 283 remaja berusia 15-17 tahun di Sumatera Barat termasuk dalam kategori kecanduan. Penggunaan *smartphone* lebih dari 6 jam per hari menyebabkan gangguan tidur, cemas ketika tidak menggunakan, dan kehilangan kontrol. Temuan ini memperkuat bahwa penggunaan *smartphone* berlebihan telah menjadi fenomena yang serius di kalangan remaja Indonesia.

Berdasarkan survei awal terhadap 66 remaja dalam penelitian ini menunjukkan adanya kecenderungan kecanduan *smartphone*. Sebanyak 63,6% remaja mengaku merasa sulit mengurangi waktu penggunaan *smartphone* meskipun telah berusaha, dan 50% di antaranya merasa cemas dan gelisah ketika tidak menggunakan *smartphone* dalam waktu lama. Rata-rata

penggunaan *smartphone* remaja pada survei awal yaitu 5,9 jam per hari. Durasi penggunaan *smartphone* responden bervariasi, yaitu 3-6 jam per hari (39,4%), 6-9 jam per hari (28,8%), lebih dari 9 jam per hari (19,7%), bahkan ada yang 12 jam per hari.

Dampak negatif penggunaan *smartphone* secara berlebihan pada remaja meliputi penurunan kualitas tidur (Ratan et al., 2021), menurunnya interaksi sosial dan komunikasi tatap muka dengan teman maupun orang tua (Farooq et al., 2022), nyeri di bagian leher, pergelangan tangan dan gangguan mata serta peningkatan risiko gangguan kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi (Lee et al., 2022). Menurut Kwon et al. (2013), gejala kecanduan *smartphone* mirip dengan kecanduan internet, yang ditandai oleh enam aspek utama yaitu, kehidupan sehari-hari terganggu, perubahan kondisi psikis dan emosional, penarikan diri, penggunaan ponsel yang berlebihan atau sangat lama, berorientasi pada hubungan di dunia maya dan toleransi rendah.

Penelitian sebelumnya telah menyoroti faktor yang mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada remaja salah satunya yaitu, *phubbing* orang tua (Liu., 2019; Hong., 2019; Niu., 2020; & Ma., 2024). *Parental phubbing* muncul sebagai faktor signifikan yang mempengaruhi perilaku kecenderungan kecanduan *smartphone* pada anak-anak mereka (Ma, 2024). Ma et al (2024) menunjukkan perilaku *phubbing* orang tua berkorelasi positif dengan kecanduan ponsel pintar. Dimana perilaku ini dapat membuat anak merasa tidak berharga, atau kurang diperhatikan. Seiring waktu, hal ini dapat mengakibatkan berkembangnya gaya keterikatan tidak aman antara remaja dan orang tua, yang

selanjutnya meningkatkan kerentanan mereka terhadap kecanduan ponsel. Penelitian Hong et al (2019) juga menemukan bahwa *parental phubbing* tidak hanya berhubungan langsung dengan kecanduan *smartphone* pada remaja, tetapi juga secara tidak langsung berhubungan melalui peran mediasi hubungan orang tua-anak dan harga diri anak. Lebih lanjut, Hong et al (2019) menemukan *phubbing* orang tua berhubungan positif dengan kecanduan *smartphone* pada remaja. Anak-anak yang melaporkan orang tua mereka melakukan *phubbing* lebih banyak menunjukkan tingkat kecanduan yang lebih tinggi (Niu, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian Liu et al (2019) yang pernah meneliti gangguan teknologi seperti ponsel pada orang tua ditentukan oleh bagaimana anak merasakan, memaknai suatu keadaan, bukan hanya frekuensi perilaku dari orang tua.

Phubbing orang tua disebut juga dengan *Parental Phubbing* dalam konteks keluarga (Pancani et al., 2020). Menurut Karadag et al (2015), *phubbing* adalah perilaku ketika seseorang lebih memusatkan perhatian pada ponselnya saat berinteraksi dengan orang lain, seperti melihat layar atau menggunakan ponsel, sehingga mengabaikan komunikasi tatap muka. Sejalan dengan Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) *phubbing* merupakan tindakan mengabaikan orang lain saat berinteraksi sosial karena sibuk dengan ponselnya. Sementara menurut David dan Roberts (2017), *Phubbing* diartikan sebagai bentuk pengucilan sosial dan pengabaian interpersonal yang digunakan untuk menunjukkan gangguan dalam hubungan sosial oleh pengguna ponsel. Selain itu, Balta et al (2020) menggambarkan *phubbing* sebagai kebiasaan seseorang

yang menggunakan *smartphone* di tengah percakapan langsung, yang menyebabkan terputusnya interaksi interpersonal.

Peran orang tua pada masa remaja bergeser dari pengasuhan langsung menjadi peran sebagai *manager* yang memberikan arahan, pemantauan, dan dukungan emosional seiring meningkatnya kebutuhan remaja akan otonomi (King, 2011; Hurlock, 1997). Remaja berada pada tahap perkembangan *identity vs role confusion* (Erikson, 1968), yaitu fase ketika individu berusaha memahami siapa dirinya, apa yang mereka yakini, dan kemana mereka akan pergi dalam hidup. Erikson (1968) berpendapat bahwa orang tua sebaiknya membantu remaja mengeksplorasi berbagai peran yang berbeda sehingga mampu menyelesaikan krisis identitas dan muncul dengan rasa diri yang baru. Remaja yang tidak berhasil menyelesaikan krisis tersebut mengalami apa yang disebut Erikson sebagai kebingungan identitas, yang bisa terlihat seperti menarik diri, terisolasi dari teman dan keluarga, atau kehilangan dirinya sendiri. Untuk membantu remaja mencapai potensi penuh mereka, peran kunci orang tua adalah menjadi seorang manajer yang efektif, yaitu yang mencari informasi, membuat kontak, membantu menyusun pilihan, dan memberikan bimbingan (King, 2011). Dengan mengambil peran manajerial ini, orang tua membantu remaja menghindari kesalahan dan menavigasi keputusan yang mereka hadapi (Gauvain & Parke, 2010). Namun, keterlibatan tersebut dapat terganggu oleh perilaku *parental phubbing*, yaitu kondisi ketika perhatian orang tua teralihkan pada *smartphone* sehingga mengurangi kualitas interaksi orang tua-anak (Oktari, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa *parental phubbing* berhubungan

dengan rendahnya kualitas hubungan orang tua-anak, yang selanjutnya berkaitan dengan meningkatnya risiko masalah penggunaan *smartphone* pada anak dan remaja (Xie et al., 2019; McDaniel). Temuan ini sejalan dengan *displacement hypothesis* yang menyatakan bahwa penggunaan media digital secara berlebihan dapat menggantikan interaksi tatap muka yang bermakna dan menurunkan kualitas hubungan interpersonal (Przybylski & Weinstein, 2013). Dengan demikian, perilaku *parental phubbing* berpotensi bertentangan dengan peran orang tua sebagai *manager* yang diharapkan mampu menyediakan keterlibatan yang hangat, responsif, dan mendukung perkembangan adaptif remaja (King, 2011).

Menurut King (2011) interaksi yang intensif pada usia remaja ditandai oleh adanya perhatian penuh, komunikasi dua arah, dan waktu berkualitas antara orang tua dan anak. Ketika interaksi tersebut terganggu oleh perilaku *phubbing*, kualitas hubungan orang tua dan remaja dapat menurun dan berpotensi memengaruhi perilaku remaja (Oktari, 2025). Kebutuhan remaja akan dukungan emosional membuat remaja lebih sensitif terhadap pengabaian atau kontrol yang terlalu ketat dari orang tua (King, 2011). Ketika kebutuhan perhatian dan keterhubungan emosional tidak terpenuhi dapat mendorong remaja untuk mencari pemenuhan kebutuhan emosional dan sosial melalui penggunaan *smartphone*, yang akhirnya meningkatkan risiko kecanduan *smartphone*. Learner (2011) mengungkapkan bahwa yang terpenting dalam perkembangan remaja adalah dukungan jangka panjang yang penuh perhatian dari orang dewasa. Pengasuhan remaja oleh orang tua yang terlibat membantu

remaja mengeksplorasi identitas mereka sendiri dan mengambil tingkat otonomi yang meningkat (Smetana, 2009).

Dalam konteks keluarga, *parental phubbing* yang tinggi berkaitan dengan kecanduan *smartphone* pada anak (Liu., 2019; Hong., 2019; Niu., 2020, Ma., 2024; Mulyaningrum, 2022 & Sari 2024). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian terdahulu menemukan tingkat *phubbing* orang tua di Sumatera Barat berada pada kategori sedang (Alwi., 2025 & Kurnia 2025). Hal ini didukung oleh observasi yang dilakukan untuk melihat interaksi orang tua dan anak pada beberapa orang tua dan anak di Bukittinggi. Ditemukan bahwa orang tua memiliki kecenderungan menggunakan *smartphone* saat makan bersama anak-anak mereka. Respon beragam yang ditunjukkan oleh anak. Ada anak yang tidak peduli pada orang tuanya juga, karena sibuk dengan *smartphone* masing-masing. Ada juga anak yang berusaha mengajak berbicara orang tua, tapi ada juga yang cenderung hanya diam serta mengamati perilaku orang tua. (Observasi, 9 November 2025).

Melihat fenomena tersebut, peneliti melakukan survei awal dengan kuesioner terhadap 66 remaja dan menemukan bahwa 22,7 % mengaku bahwa orang tua terkadang menggunakan *smartphone* ketika berbicara atau makan bersama dengan mereka. Sekitar 34,8% mengaku orang tua terkadang fokus pada *smartphone* dibanding mendengar mereka ketika bercerita. Hal tersebut membuat mereka merasa sedih, diabaikan, kecewa, tidak dihargai, kesal, dan tidak terima. Namun beberapa remaja mengaku bahwa mereka biasa saja menanggapi karena sudah biasa. Selain itu 62,1% remaja setuju bahwa

kebiasaan orang tua menggunakan *smartphone* dapat memengaruhi cara mereka menggunakan *smartphone* pula.

Penelitian terkait *parental phubbing* yang relevan dengan masalah penggunaan *smartphone* pada remaja telah banyak dilakukan di luar negeri, namun masih sedikit ditemukan di Indonesia. Penelitian di pulau Jawa Indonesia, Mulyaningrum (2022) menunjukkan korelasi positif antara *parental phubbing* dan kecanduan *smartphone* di kalangan remaja. Hasil menunjukkan semakin tinggi skor perilaku *phubbing* orang tua, semakin tinggi pula tingkat dan skor kecanduan *smartphone*, begitu sebaliknya. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Sari (2024) menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara variabel *parental phubbing* dengan *smartphone addiction* pada remaja di kota Salatiga Jawa Tengah. Dimana hubungan positif, semakin tinggi *parental phubbing* maka semakin tinggi *smartphone addiction*.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* orang tua yang tinggi mungkin menyebabkan risiko kecanduan *smartphone* pada remaja. Karena fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Kontribusi *Parental Phubbing* terhadap Risiko Kecanduan *Smartphone* pada Remaja di Sumatera Barat. Penelitian ini mengambil sampel remaja usia 15-19 tahun di Sumatera Barat sebagai subjek penelitian. Pemilihan subjek berdasarkan banyaknya temuan yang menemukan bahwa remaja usia remaja pertengahan menuju akhir yang mengalami masalah dalam penggunaan ponsel (Sohn et al 2019; Yogesh et al 2024). Selain itu, Yogesh (2024) mengungkapkan remaja usia ini lebih

maju dalam perkembangan kognitif sehingga memiliki pemahaman mendalam tentang faktor risiko perilaku orang tua. Namun, remaja usia ini menurut King (2011) sangat sensitif terhadap pengabaian dan kurangnya dukungan emosional dari orang tua.

B. Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah pada penelitian kali ini yaitu:

1. Tingginya tingkat penggunaan *smartphone* di kalangan remaja di Sumatera Barat yang berpotensi mengarah pada risiko kecanduan *smartphone*, dimana data menunjukkan sebagian besar remaja menggunakan *smartphone* lebih dari empat jam sehari.
2. Remaja berada pada fase perkembangan *identity vs role confusion*, dimana kehadiran emosional orang tua menjadi kebutuhan perkembangan yang krusial. Remaja yang tidak mendapatkan kehadiran emosional yang memadai dari orang tua lebih rentan mencari pemenuhan kebutuhan tersebut melalui penggunaan *smartphone* secara berlebihan.
3. Orang tua turut mengalami masalah dalam penggunaan *smartphone* sehingga berdampak pada remaja. Sebanyak 22,7% remaja melaporkan bahwa orang tua menggunakan *smartphone* saat berbicara atau makan bersama, dan 34,8% menyatakan orang tua terkadang lebih fokus pada *smartphone* dibandingkan mendengarkan mereka ketika bercerita, dan 62,1% responden menyatakan kebiasaan orang tua tersebut memengaruhi cara mereka menggunakan *smartphone*.

4. Hingga saat ini belum diketahui tingkat risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat yang terukur menggunakan instrumen yang valid dan reliabel.
5. Selain itu, belum diketahui seberapa besar kontribusi *parental phubbing* ayah dan *parental phubbing* ibu secara terpisah maupun bersama-sama terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang pada bagian sebelumnya diperoleh rumusan masalah, diantaranya:

1. Bagaimana kontribusi *parental phubbing* ayah terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat?
2. Bagaimana kontribusi *parental phubbing* ibu terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat?
3. Bagaimana kontribusi *parental phubbing* ayah dan ibu terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui kontribusi *parental phubbing* ayah terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat
2. Untuk mengetahui kontribusi *parental phubbing* ibu terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat
3. Untuk mengetahui kontribusi *parental phubbing* ayah dan ibu terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat?

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi keluarga dan perkembangan remaja, khususnya dalam memahami pengaruh penggunaan teknologi oleh orang tua terhadap perilaku digital anak. Hasil penelitian ini dapat memperkaya literatur terkait faktor *phubbing* ibu dan *phubbing* ayah dalam mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada remaja. Selain itu, hasil penelitian dapat memperluas penerapan teori keterikatan (*attachment theory*) dan teori pembelajaran sosial (*social learning theory*) dalam konteks budaya lokal Sumatera Barat.

2. Manfaat Praktis

- Bagi Orang Tua

Temuan penelitian ini menjadi bahan refleksi bagi orang tua untuk meningkatkan kualitas interaksi langsung dengan anak, membatasi penggunaan *smartphone* saat berkomunikasi dengan remaja, serta membangun pola asuh yang lebih responsif dan suportif guna menurunkan risiko kecanduan *smartphone* pada remaja.

- Bagi Remaja

Penelitian ini memberikan wawasan kepada remaja mengenai pengaruh persepsi remaja terhadap orang tua mengenai perilaku penggunaan *smartphone* dalam relasi keluarga.

- Bagi Orang Tua dan Remaja

Penelitian ini menjadi dasar pemahaman dalam meningkatkan komunikasi dan interaksi yang hangat antara orang tua dan anak tanpa gangguan gadget atau *smartphone*.

F. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian yang dilakukan oleh Ma et al (2024) berjudul “*Parental Phubbing and Mobile Phone Addiction among Chinese Adolescents: a Moderated Mediation Model*” pada remaja usia 13-17 tahun di Tiongkok. Adapun penelitian ini menunjukkan bahwa *parental phubbing* berkorelasi positif dengan kecanduan ponsel pintar. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel bebas yaitu *parental phubbing*, dan variabel terikat yang fokus pada penggunaan ponsel yang berlebihan pada remaja. Perbedaan utama penelitian terletak pada variabel dependen (Y) dan instrumen pengukuran kecanduan *smartphone*.

Penelitian Hong et al. (2019) berjudul “*Parents Phubbing and Problematic Mobile Phone Use: The roles of the parent-child relationship and children's self-esteem*” menemukan bahwa *parental phubbing* tidak hanya berhubungan langsung dengan kecanduan *smartphone* pada remaja, tetapi juga secara tidak langsung berhubungan melalui peran mediasi hubungan orang tua-anak dan harga diri anak. Walaupun demikian, variabel terikat *Problematic Mobile Phone Use* yang digunakan pada penelitian tersebut merujuk pada sekumpulan gejala kecanduan ponsel yang muncul seperti penggunaan berlebihan, kesulitan mengontrol penggunaan, dan dampak negatif dalam

kehidupan sehari-hari. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel bebas yaitu *parental phubbing*, dan berbeda dalam variabel terikat dan instrumen pengukuran kecanduan *smartphone*. Pada penelitian kali ini juga tidak menggunakan mediasi atau moderasi dan fokus mengukur kontribusi langsung *parental phubbing* terhadap risiko *smartphone addiction* pada remaja di Sumatera Barat.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Mulyaningrum dan Kusumaningrum (2022) yang berjudul “*Parental phubbing and smartphone addiction among adolescents*” dilakukan pada subjek 292 remaja di pulau Jawa dengan rentang usia 12 hingga 21 tahun. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam variabel bebas yaitu *parental phubbing* dan variabel terikat *smartphone addiction*, serta melihat apakah terdapat hubungan *parental phubbing* dengan *smartphone addiction* pada remaja di pulau Jawa. Sedangkan perbedaannya, penelitian ini mengukur kontribusi *parental phubbing* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat. Subjek pada penelitian ini mengambil usia 15-19 tahun karena usia ini yang paling banyak mengalami masalah dalam penggunaan *smartphone*. Selain itu penelitian kali ini melihat *phubbing* dari ibu dan *phubbing* dari ayah menggunakan dimensi skala *parental phubbing scale* dari Pancani (2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Purnomo (2024) yang berjudul “*Parental Phubbing dan SmartPhone Addiction pada Remaja*” di kota Salatiga. Penelitian ini mengukur hubungan antara kedua variabel, namun penelitian tersebut juga masih terbatas di Pulau Jawa. Sedangkan penelitian ini mengukur

pengaruh *parental phubbing* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja di luar pulau jawa, yaitu di Sumatera Barat.

Pada penelitian kali ini menggunakan teori *Parental Phubbing* yang lebih terbaru yaitu dari Pancani et al (2020) yang mengukur *phubbing* pada Ayah dan Ibu. Selain itu, Pancani et al (2020) mengembangkan *Parental Phubbing Scale* (PPS) yang telah teruji memiliki validitas konstruk, reliabilitas, serta invariansi lintas gender dan latar belakang sosiodemografis. Skala ini juga memperkuat bahwa *phubbing* orang tua berkaitan dengan kualitas relasi emosional dalam keluarga. Pemilihan teori *Parental Phubbing* dari Pancani et al. (2020) didasarkan pada pandangan bahwa perilaku *phubbing* orang tua bukan merupakan konstruk yang homogen, melainkan dapat berbeda antara ayah dan ibu. Perbedaan peran dan pola pengasuhan ayah dan ibu telah banyak dibahas dalam literatur perkembangan (Lamb, 2010; Parke, 2002), sehingga pengukuran yang memisahkan *phubbing* ayah dan ibu dinilai lebih akurat dan aplikatif. Secara metodologis, *Parental Phubbing Scale* (PPS) memungkinkan pengukuran baik secara total maupun per individu orang tua, sehingga memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kontribusi *parental phubbing* terhadap kecanduan *smartphone* pada remaja (Pancani et al., 2020). Hal ini berbeda pada penelitian sebelumnya yang menggunakan teori *parental phubbing* dari David dan Robert (2017) dan Chotpitayasunondh dan Douglas (2018) yang dikembangkan untuk mengukur *phubbing* pada orang tua secara umum. Selanjutnya, pada penelitian ini menggunakan *Smartphone Addiction*

dari Kwon et al (2013) versi remaja. Pada penelitian ini sampel lebih homogen dan peneliti memastikan kriteria responden secara lebih ketat.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini tentang kontribusi *parental phubbing* terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat, diantaranya:

1. Penelitian ini menunjukkan bahwa *parental phubbing* ayah berkontribusi secara signifikan sebesar 51,54% terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat. Angka ini tergolong besar (Cohen, 2013), dimana lebih dari separuh risiko kecanduan *smartphone* remaja dapat dijelaskan oleh perilaku *phubbing* ayah. Perilaku *phubbing* ayah yang paling sering dialami remaja adalah kebiasaan meletakkan ponsel di tempat yang terlihat saat bersama anak dan segera merespons notifikasi di tengah percakapan, yang mencerminkan bentuk kehadiran pasif secara emosional. Temuan ini menegaskan bahwa keterlibatan emosional ayah merupakan faktor dominan dalam mencegah risiko kecanduan *smartphone* pada remaja.
2. *Parental phubbing* ibu berkontribusi secara signifikan sebesar 28,27% terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat. Meskipun lebih kecil dibandingkan kontribusi *phubbing* ayah, angka ini tetap tergolong besar secara metodologis (Cohen, 2013), yang menegaskan bahwa perilaku

digital ibu tidak dapat diabaikan sebagai faktor risiko. Perilaku *phubbing* ibu yang paling sering dialami remaja adalah segera merespons notifikasi saat sedang mengobrol bersama anak, yang menunjukkan bahwa gangguan digital ibu terjadi justru pada momen interaksi langsung yang seharusnya paling bermakna bagi remaja.

3. *Parental phubbing* ayah dan *phubbing* ibu bersama-sama berkontribusi secara signifikan sebesar 79,7% terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja di Sumatera Barat. Angka ini tergolong sangat besar (Cohen, 2013), yang berarti hampir delapan dari sepuluh risiko kecanduan *smartphone* dapat dijelaskan oleh perilaku digital kedua orang tua sekaligus. Temuan ini menegaskan bahwa keluarga, khususnya perilaku digital orang tua, merupakan faktor lingkungan paling dominan dalam pembentukan risiko kecanduan *smartphone* pada remaja. Penelitian ini juga membuktikan bahwa pengukuran *phubbing* ayah dan ibu secara terpisah menggunakan *Parental Phubbing Scale* (Pancani et al., 2020) mampu mengungkapkan perbedaan kontribusi yang tidak akan terdeteksi jika keduanya hanya diukur sebagai skor gabungan. Dengan demikian, pemisahan pengukuran ini bersifat metodologis, bukan berarti *phubbing* ayah dan *phubbing* ibu adalah dua konstruk yang berbeda,

melainkan dua dimensi dari satu fenomena yang sama yang diukur secara terpisah demi akurasi pengukuran.

B. Saran

Berikut saran penelitian berdasarkan temuan penelitian yang telah dilakukan, diantaranya:

1. Bagi Remaja

Berdasarkan temuan penelitian bahwa *parental phubbing* berkontribusi terhadap risiko kecanduan *smartphone*, remaja disarankan untuk menyadari bahwa kebutuhan akan perhatian dan koneksi emosional dari orang tua adalah kebutuhan yang wajar dan penting untuk dipenuhi (Bowlby, 1988). Temuan ini menunjukkan bahwa gangguan digital orang tua terjadi justru pada momen kebersamaan yang seharusnya bermakna bagi remaja. Ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi akibat perilaku *phubbing* orang tua, remaja cenderung mengalihkannya ke penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Hal ini tercermin dari tingginya kecenderungan mengecek media sosial agar tidak tertinggal informasi dan kesulitan berkonsentrasi akibat penggunaan *smartphone*. Oleh karenanya, remaja disarankan untuk mengomunikasikan secara terbuka kepada orang tua mengenai pentingnya kehadiran emosional orang tua saat berinteraksi tanpa gangguan *smartphone*.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua disarankan untuk secara aktif menempatkan ponsel di luar jangkauan pandang dan menunda respon terhadap notifikasi selama waktu kebersamaan bersama anak. Mengingat perilaku *parental phubbing* yang paling dominan di persepsikan remaja adalah kebiasaan orang tua meletakkan ponsel di tempat yang selalu terlihat, serta segera merespon ketika ponselnya berdering atau bergetar dan melihat lihat ponselnya ketika ada jeda dalam percakapan, membuat anak menyadari bahwa kehadiran fisik *smartphone* yang terus menerus dan selalu direspon kapan saja oleh orang tua dapat mengurangi kualitas kehadiran emosional orang tua.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Mengingat penelitian ini hanya mengkaji kontribusi *parental phubbing* terhadap risiko kecanduan *smartphone* tanpa menelusuri mekanisme psikologis yang mendasarinya, peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti variabel yang mungkin berperan sebagai moderator dalam hubungan tersebut, seperti kualitas kelekatan orang tua-anak atau kesepian emosional pada remaja. Selain itu mengingat sumbagan efektif *phubbing* ayah (51,54%) yang lebih besar dari *phubbing* ibu (28,27%), peneliti selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih lanjut faktor-

faktor yang menjelaskan perbedaan kontribusi kedua figur orang tua tersebut terhadap risiko kecanduan *smartphone* pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Abubakar, H. R. I. (2021). *Pengantar metodologi penelitian*. SUKA-Press UIN Sunan Kalijaga. <https://digilib.uin-suka.ac.id/>
- Alwi, M. H., & Yasmin, M. Kontribusi empati terhadap perilaku phubbing pada ibu. In *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series* 8(2). <https://doi.org/10.20961/shes.v8i2.103406>
- APJII. (2023). *Survei APJII pengguna internet di Indonesia tembus 215 juta orang*. APJII. <https://apjii.or.id/berita/d/survei-apjii-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-215-juta-orang>
- Arthy, C. C., Effendy, E., Amin, M. M., Loebis, B., Camellia, V., & Husada, M. S. (2019). Indonesian version of addiction rating scale of smartphone usage adapted from smartphone addiction scale-short version (SAS-SV) in junior high school. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(19), 3235. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.691>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet. (2025). *Survei Internet APJII 2025*. Diakses tanggal 19 September 2025. Diunduh dari <https://survei.apjii.or.id/>
- Asra, A., Irawan, PB, & Purwoto, A. (2015). *Metodologi penelitian survei*. Bogor: Penerbit Di Media.
- Aulia, R., Rahayu, W. F., Susanti, R., Shabri, I., & Dalimunthe, H. (2023). Describing father's parenting attachment in minangkabau culture from an adolescent's perspective. In *Proceedings of the 2nd International Conference on Psychology and Health Issues, ICoPHI* (Vol. 4).
- Azwar, Saifuddin. (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic Instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 628-639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>
- Bronfenbrenner, U. (2005). *Making human beings human: Bioecological perspectives on human development*. sage. <https://psycnet.apa.org/>
- China Internet Networking Information Center. (2023). The 52th Statistical Report on Internet Development in China. Available at: <https://www.cnnic.com.cn/> (accessed October 2025)
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). Measuring phone snubbing behavior: Development and validation of the Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in human behavior*, 88, 5-17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020>
- CNBC Indonesia. (2025, 26 April). *Indonesia kini nomor satu dunia: warga RI sudah kecanduan parah*. Diakses dari <https://www.cnbcindonesia.com/>
- Cohen, J. (2013). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. routledge.
- David, M. E., & Roberts, J. A. (2017). Phubbed and alone: Phone snubbing, social exclusion, and attachment to social media. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 155–163. <https://doi.org/10.1086/690940>
- Ding, Q., Dong, S., & Zhang, Y. (2023). Does parental phubbing aggravates adolescent sleep quality problems?. *Frontiers in psychology*, 14, 1094488. [10.3389/fpsyg.2023.1094488](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1094488)

- Duarte, F. (2025, 5 Juni). *Time Spent Using Smartphones (2025 Statistics)*. Exploding Topics. Diakses dari <https://explodingtopics.com/blog/smartphone-usage-stats>
- Ducharme, J. (2018, March 29). 'Phubbing' Is Hurting Your Relationships. Here's What It Is. TIME. Retrieved from <https://time.com/5216853/what-is-phubbing/>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis* (68). Norton.
- Etikan, I., Musa, S. A., & Alkassim, R. S. (2016). Comparison of convenience sampling and purposive sampling. *American journal of theoretical and applied statistics*, 5(1), 1-4. <https://doi.org/10.11648/j.ajtas.20160501.11>
- Farooq, O., Shah, S. A. M., & Hafeez, S. (2021). *Smartphone Addiction Factors Effecting University Student Performance. NUML International Journal of Business & Management*, 16(2), 1-13.
- Gauvain, M., & Parke, R. D. (2010). Socialization. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of cultural developmental science* (pp. 239–258). Psychology Press.
- Goodstats.id (2025). Mengulik Perkembangan Penggunaan *Smartphone* di Indonesia. <https://goodstats.id/article/mengulik-perkembangan-penggunaan-smartphone-di-indonesia-sT2LA>
- Haggerty, K. P., & Carlini, B. H. (2020). Understanding the intergenerational transmission of substance use and problem behavior: Implications for future research and preventive interventions. *Psychology of Addictive Behaviors*, 34(8), 894. <https://doi.org/10.1037/adb0000624>

- Herrero, J., Torres, A., Vivas i Elias, P., & Urueña López, A. (2019). Smartphone Addiction and Social Support: A Three-year Longitudinal Study. *Intervention, Psychosocial* 28, 0. <https://doi.org/10.5093/pi2019a6>
- Hong, W., Liu, R. D., Ding, Y., Oei, T. P., Zhen, R., & Jiang, S. (2019). Parents' phubbing and problematic mobile phone use: The roles of the parent-child relationship and children's self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(12), 779-786. 10.1089/cyber.2019.0179
- Hurlock, E. B. (2005). *Developmental psychology: A life-span approach*. McGraw-Hill.
- Jannatuna'im, E., & Fikrie, F. (2022). Perilaku phubbing dan kepuasan pernikahan pada pasangan suami istri. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), 13-27. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i1.6064>
- Jiang, J. (2018). How teens and parents navigate screen time and device distractions.
- Jun, S., & Choi, E. (2015). Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework. *Computers in Human Behavior*, 49, 282-287. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.001>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of behavioral addictions*, 4(2), 60-74. 10.1556/2006.4.2015.005
- Kementerian Komunikasi dan Digital. (2025). 98 Persen Anak dan Remaja Tahu Internet. Website Resmi Komidigi RI. <https://www.komdigi.go.id/>

- Kementerian Komunikasi dan Digital. (2025). Waspada Ketergantungan Pada Media Sosial?Terutama Pada Anak. Website Resmi Komidigi RI. <https://www.komdigi.go.id/>
- King, L. A. (2011). *The science of psychology: An appreciative view* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Knebel, M. T. G., da Costa, B. G. G., Dos Santos, P. C., de Sousa, A. C. F. C., & Silva, K. S. (2022). The conception, content validation, and test-retest reliability of the Questionnaire for Screen Time of Adolescents (QueST). *Jornal de Pediatria*, 98(2), 175-182. 10.1016/j.jpmed.2021.05.004
- Kurnia, F., & Yasmin, M. Studi deskriptif parental phubbing di sumatera barat. In *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series 8* (2).
- Kuş, M. (2025). A meta-analysis of the impact of technology related factors on students' academic performance. *Frontiers in Psychology*, 16, 1524645.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The *smartphone* addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS one*, 8(12), e83558.
- Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., ... & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a *smartphone* addiction scale (SAS). *PloS one*, 8(2), e56936.
- Lee, C., & Lee, S. J. (2017). Prevalence and predictors of *smartphone* addiction proneness among Korean adolescents. *Children and Youth Services Review*, 77, 10-17.

- Lee, J. Y., Seo, Y., Jeung, W., & S, J. H. (2019). How ambidextrous organizational culture affects job performance: A multilevel study of the mediating effect of psychological capital. *Journal of Management & Organization*, 25(6), 860-875.
- Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., & Cheng, Z. H. (2014). The dark side of *smartphone* usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in human behavior*, 31, 373-383.
- Lerner, R., Lerner, J., & Benson, J. B. (2011). *Positive youth development*, 41. Academic Press.
- Liu, Q. Q., Yang, X. J., Hu, Y. T., & Zhang, C. Y. (2020). Peer victimization, self-compassion, gender and adolescent mobile phone addiction: Unique and interactive effects. *Children and Youth Services Review*, 118, 105397.
- Liu, Q. Q., Yang, X. J., Hu, Y. T., Zhang, C. Y., & Nie, Y. G. (2020). How and when is family dysfunction associated with adolescent mobile phone addiction? Testing a moderated mediation model. *Children and Youth Services Review*, 111, 104827.
- Liu, R. D., Wang, J., Gu, D., Ding, Y., Oei, T. P., Hong, W., ... & Li, Y. M. (2019). The effect of parental phubbing on teenager's mobile phone dependency behaviors: The mediation role of subjective norm and dependency intention. *Psychology research and behavior management*, 1059-1069.
- Ma, S., Bi, X., Cui, H., & Ma, Y. (2024). Parental phubbing and mobile phone addiction among Chinese adolescents: a moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 15, 1379388.

- Machali, I. (2021). Metode penelitian kuantitatif (panduan praktis merencanakan, melaksanakan, dan analisis dalam penelitian kuantitatif).
- Maulida, L., & Pratomo, Y. (2025, Juni 30). *Indonesia masuk 5 besar pengguna smartphone terbanyak di dunia*. Kompas Tekno. <https://tekno.kompas.com/>
- McDaniel, B. T. (2019). Parent distraction with phones, reasons for use, and impacts on parenting and child outcomes: A review of the emerging research. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 72-80.
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). “Technoference”: The interference of technology in couple relationships and implications for women’s personal and relational well-being. *Psychology of popular media culture*, 5(1), 85.
- Muflih, M., Hamzah, H., & Purniawan, W. A. (2017). Penggunaan *smartphone* dan interaksi sosial pada remaja di SMA Negeri I Kalasan Sleman Yogyakarta. *Idea Nursing Journal*, 8(1), 12-18.
- Mulyaningrum, A., & Kusumaningrum, F. A. (2022). Parental phubbing and *smartphone* addiction among adolescents. *INSPIRA: Indonesian Journal of Psychological Research*, 3(1), 23-30.
- Nadira, F. (2025, April 26). *Indonesia kini nomor satu dunia: Warga RI sudah kecanduan parah*. CNBC Indonesia. <https://www.cnbcindonesia.com/>
- Niu, G., Yao, L., Wu, L., Tian, Y., Xu, L., & Sun, X. (2020). Parental phubbing and adolescent problematic mobile phone use: The role of parent-child relationship and self-control. *Children and Youth Services Review*, 116, 105247.

- Oktari, D., & Yasmin, M. Hubungan phubbing pada orang tua dengan relasi interpersonal pada remaja di Sumatera Barat. In *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series* (Vol. 8, No. 2).
- Pancani, L., Gerosa, T., Gui, M., & Riva, P. (2020). "Mom, dad, look at me": The development of the Parental Phubbing Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2), 435-458.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development (Psikologi perkembangan)* (Edisi ke-9). Kencana.
- Primadiana, D. B., Nihayati, H. E., & Wahyuni, E. D. (2019). Hubungan *smartphone* addiction dengan kecemasan sosial pada remaja (relationship between *smartphone* addiction with social anxiety in adolescents). *Psychiatry Nursing Journal (Jurnal Keperawatan Jiwa)*, 1(1), 21-28.
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3), 237-246.
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of social and personal relationships*, 30(3), 237-246.
- Putri, J. N., Sumiatin, T., Udi, S., & Yunariyah, B. (2024). Penggunaan gadget dan perubahan perilaku remaja di sekolah menengah atas tuban. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendekia*, 3(8), 376-383.

- Radesky, J. S., Kistin, C., Eisenberg, S., Gross, J., Block, G., Zuckerman, B., & Silverstein, M. (2016). Parent perspectives on their mobile technology use: The excitement and exhaustion of parenting while connected. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 37(9), 694-701.
- Ratan, Z. A., Parrish, A. M., Zaman, S. B., Alotaibi, M. S., & Hosseinzadeh, H. (2021). *Smartphone* addiction and associated health outcomes in adult populations: a systematic review. *International journal of environmental research and public health*, 18(22), 12257.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in human behavior*, 54, 134-141.
- Sarfika, R., Wijaya, A., Putri, Z. M., & Saifudin, I. M. (2024). Smartphone addiction and adolescent mental health: a cross-sectional study in West Sumatra province. *International Journal of Public Health*, 13(2), 521-527.
- Sari, R. E., & Purnomo, T. (2024). Parental phubbing dan *smartphone addiction* pada Remaja. *Jurnal Diversita*, 10(2), 162-170.
- Schweizer, A., Berchtold, A., Barrense-Dias, Y., Akre, C., & Suris, J. C. (2017). Adolescents with a smartphone sleep less than their peers. *European journal of pediatrics*, 176(1), 131-136.
- Shin, C., Hong, J. H., & Dey, A. K. (2012, September). Understanding and prediction of mobile application usage for smart phones. In *proceedings of the 2012 ACM conference on ubiquitous computing* (pp. 173-182).

- Shokeen, & Ruwali, P. N. (2024). *The Impact of Excessive Smartphone Use on Social Health: A Literature Review. Research Hub International Multidisciplinary Research Journal*, 11(2), 10–18.
<https://doi.org/10.53573/rhimrj.2024.v11n2.002>
- Sihotang, H. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: UKI Press.
- Smetana, J. G., Tasopoulos-Chan, M., Gettman, D. C., Villalobos, M., Campione-Barr, N., & Metzger, A. (2009). Adolescents' and parents' evaluations of helping versus fulfilling personal desires in family situations. *Child Development*, 80(1), 280-294.
- Sohn, S., Rees, P., Wildridge, B., Kalk, N. J., & Carter, B. (2019). Correction to: Prevalence of problematic smartphone usage and associated mental health outcomes amongst children and young people: A systematic review, meta-analysis and GRADE of the evidence. *BMC psychiatry*, 19, 397.
- Statista. (2025). *Tingkat Penetrasi Internet Global Berdasarkan Wilayah 2025*. Diakses tanggal 15 Oktober 2025, dari <https://www.statista.com/>
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Swingle, M. K. (2016). *i-Minds: How cell phones, computers, gaming, and social media are changing our brains, our behavior, and the evolution of our species*. New Society Publishers.
- Terras, M. M., & Ramsay, J. (2016). Family digital literacy practices and children's mobile phone use. *Frontiers in psychology*, 7, 1957.

- Wang, Z., Yu, C., Zhang, W., Chen, Y., Zhu, J., & Liu, Q. (2017). School climate and adolescent aggression: A moderated mediation model involving deviant peer affiliation and sensation seeking. *Personality and Individual Differences*, 119, 301-306.
- Whisnu Pradana. (2021, 21 Maret). *Kasus anak kecanduan gadget di Jabar, belasan rawat jalan ada yang meninggal*. DetikNews. <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-5501680/kasus-anak-kecanduan-gadget-di-jabar-belasan-rawat-jalan-ada-yang-meninggal>
- Widodo. (2020). *Buku ajar metode penelitian*. UMSIDA Press.
- Widyacahya, SB (2024, 13 Maret). *Perbedaan Smartphone dan Handphone, Kenapa Tak Sama dan Mana yang Tepat untuk Kamu?* Satuan. <https://unitagstore.com/perbedaan-smartphone-dan-handphone/#:~:text=1.,agar%20kompatibel%20dengan%20teknologi%20terbaru>
- Xie, X., Chen, W., Zhu, X., & He, D. (2019). Parents' phubbing increases Adolescents' Mobile phone addiction: Roles of parent-child attachment, deviant peers, and gender. *Children and youth services review*, 105, 104426.
- Yang, W., Tang, L., Shen, X., Niu, G., Shi, X., Jin, S., ... & Yuan, Z. (2023). Parental phubbing and adolescent depressive symptoms during COVID-19: A serial meditating model. *Behavioral Sciences*, 13(5), 371.
- Yogesh, M., Ladani, H., & Parmar, D. (2024). Associations between smartphone addiction, parenting styles, and mental well-being among adolescents aged 15–19 years in Gujarat, India. *BMC Public Health*, 24(1), 2462.

- Young, K. S., & De Abreu, C. N. (Eds.). (2010). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. John Wiley & Sons.
- Yuwanto, L. (2010). Causes of mobile phone addiction. *Anima Indonesian psychological journal*, 25(3), 225-229.
- Zhang, J., Dong, C., Jiang, Y., Zhang, Q., Li, H., & Li, Y. (2023). Parental phubbing and child social-emotional adjustment: A meta-analysis of studies conducted in China. *Psychology research and behavior management*, 4267-4285.
- Zhang, Y., Ding, Q., & Wang, Z. (2021). Why parental phubbing is at risk for adolescent mobile phone addiction: A serial mediating model. *Children and youth services review*, 121, 105873.