

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran umum subjek penelitian

Tabel 3.1

Biodata Responden

a. Responden PT

Nama Lengkap	Puput Nurul Qodriah
Nama Panggilan	Puput
Tempat, tanggal lahir	Serang, 29 Desember 1999
Umur	22 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Pendidikan	Universitas Bina Bangsa
Pekerjaan	PT. Nikomas Gemilang
Anak ke-	1
Alamat	Perumahan Ciujung Damai Blok D5 No 1
Latar Belakang Kondisi Sosial/Ekonomi/budaya	Puput merupakan anak pertama dari dua bersaudara, dia mempunyai adik laki-laki berumur 5 tahun. Puput kini menjadi tulang punggung keluarga dikarenakan ibunya mengundurkan diri dari pabrik. Sedangkan bapaknya tidak bekerja.

	Perekonomian sehari-hari dihasilkan dari berjualan sembako di rumah serta bisnis ayam yang sedang berjalan. Puput sudah tinggal di Perumahan Cijung Damai sejak tahun 2006
Ciri-ciri <i>Syndrome Phubbing</i>	Individu selalu mengecek notifikasi terus menerus sehingga ponselnya selalu digenggam dan tatapannya pun selalu melihat ponsel pada saat orang lain berada di sampingnya

b. Responden RM

Nama Lengkap	Risma Dwipuji Lestari
Nama Panggilan	Risma
Tempat, tanggal lahir	Serang, 20 September 2003
Umur	18 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Pendidikan	-
Pekerjaan	PT. Nikomas Gemilang
Anak ke-	2
Alamat	Perumahan Cijung Damai Blok C3 No. 5

Latar Belakang Kondisi Sosial/Ekonomi/budaya	Risma merupakan anak kedua dari dua bersaudara, dia mempunyai kakak perempuan yang sudah berumah tangga. Risma kini membantu ayahnya yang sedang bekerja menjadi buruh swasta untuk memenuhi kehidupan sehari-hari, ibunya tidak bekerja hanya menjadi ibu rumah tangga. Risma sudah tinggal di Perumahan Ciujung Damai sejak 2010
Ciri-ciri <i>Syndrome Phubbing</i>	Individu selalu menonton film drakor pada saat sedang makan bersama, keseriusan menonton ini membuat orang lain diacuhkan dan diabaikan tanpa ia sadari. Ponselnya selalu ada di hadapannya tanpa memperhatikan sekitar.

c. Responden SZ

Nama Lengkap	Siti Fatimatu Zahro
Nama Panggilan	Tatu
Tempat, tanggal lahir	Serang, 16 Oktober 2000
Umur	22 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Pendidikan	Universitas Terbuka

Pekerjaan	-
Anak ke-	6
Alamat	Perumahan Ciujung Damai Blok C2 No. 6
Latar Belakang Kondisi Sosial/Ekonomi/budaya	Tatu merupakan anak keenam dari tujuh bersaudara, dia mempunyai kakak laki-laki 2, kakak perempuan 3, dan adik laki-laki. Tatu kini memilih untuk kuliah dibandingkan bekerja karena demi menjaga nama baik keluarga besarnya. Bapaknya adalah seorang PNS dengan jawaban sebagai kepala sekolah di SD Kragilan 1, ibunya tidak bekerja, dan kakak-kakaknya adalah seorang guru honorer serta pekerja buruh swasta. Tatu sudah tinggal di Perumahan Ciujung Damai sejak tahun 2000.
Ciri-ciri <i>Syndrome Phubbing</i>	Individu selalu memberi kabar atau memprioritaskan pesan yang masuk setiap waktu dan selalu membalas pesan terus menerus pada saat sedang bersama dengan orang lain.

d. Responden ST

Nama Lengkap	Subihat
Nama Panggilan	Ihat
Tempat, tanggal lahir	Serang, 14 November 1999

Umur	22 tahun
Jenis Kelamin	Perempuan
Pendidikan	Universitas SMH Banten
Pekerjaan	-
Anak ke-	2
Alamat	Perumahan Ciujung Damai Blok C28 No. 7
Latar Belakang Kondisi Sosial/Ekonomi/budaya	Ihat merupakan anak kedua dari dua bersaudara, dia memiliki kakak perempuan yang sudah menikah dan sedang bekerja. Ihat mendapatkan sumber penghasilan dari berjualan di rumah dengan ibunya, sedangkan bapaknya bekerja sebagai petani. Ibunya membuka jasa penerimaan <i>gathering</i> , bahkan dengan bakat memasaknya ibunya dapat menjadi juru masak di sebuah hajatan. Ihat sudah tinggal di Perumahan Ciujung damai sejak tahun 2005.
Ciri-ciri <i>Syndrome Phubbing</i>	Individu selalu aktif di sosial media sosial salah satunya <i>instagram</i> , dengan berbagai fitur <i>instagram</i> yang bermacam-macam membuat individu tersebut dapat memegang ponselnya terus menerus dengan waktu yang lama. Oleh karena itu, orang lain yang berada disekitarnya merasa tidak dianggap dengan sikapnya yang asik sendiri.

e. Responden AD

Nama Lengkap	Muhammad Andi
Nama Panggilan	Andi
Tempat, tanggal lahir	Serang, 01 Januari 1998
Umur	24 tahun
Jenis Kelamin	Laki-laki
Pendidikan	-
Pekerjaan	Kasir Indomaret
Anak ke-	1
Alamat	Perumahan Cijung Damai Blok F4 No. 10
Latar Belakang Kondisi Sosial/Ekonomi/budaya	Andi merupakan anak kesatu dari tiga bersaudara, dia membantu bapaknya untuk membiayai adik-adiknya yang sekolah dan kehidupan sehari-hari. Adik-adiknya masih berusia 5 dan 1 tahun Bapaknya adalah seorang buruh swasta di pabrik sedangkan ibunya hanya ibu rumah tangga. Andi sudah tinggal di Perumahan Cijung Damai sejak tahun 2015.
Ciri-ciri <i>Syndrome Phubbing</i>	Individu selalu bermain <i>game</i> online (<i>mobile legend</i>) pada saat dia berada di luar rumah maupun di dalam rumah termasuk pada saat berkumpul dengan teman-temannya. Selain itu, pada saat individu bersama dengan orang lain dia terlalu fokus pada ponselnya

	dibandingkan lawan bicaranya.
--	-------------------------------

Tabel 4.1
Biodata Orang Tua Responden

a. Orang tua PT

Nama Lengkap	Rofiatul Khasanah
Tempat, tanggal lahir	Semarang, 20 Mei 1985
Umur	36 tahun
Jenis kelamin	Perempuan
Pekerjaan	Buruh

b. Orang tua RM

Nama Lengkap	Siti Subhikha
Tempat, tanggal lahir	Serang, 01 Februari 1977
Umur	45 tahun
Jenis kelamin	Perempuan
Pekerjaan	Buruh

c. Orang tua SZ

Nama Lengkap	Khusniah
Tempat, tanggal lahir	Serang, 14 Juli 1970

Umur	51 tahun
Jenis kelamin	Perempuan
Pekerjaan	Ibu rumah tangga

d. Orang tua ST

Nama Lengkap	Nabawiyah
Tempat, tanggal lahir	Serang, 08 Desember 1971
Umur	50 tahun
Jenis kelamin	Perempuan
Pekerjaan	Ibu rumah tangga

e. Orang tua AD

Nama Lengkap	Durakman
Tempat, tanggal lahir	Serang, 10 September 1967
Umur	54 tahun
Jenis kelamin	Laki-laki
Pekerjaan	Petani

2. Hasil-hasil temuan

a. Hasil Observasi

Peneliti melakukan observasi terhadap responden untuk melihat serta mengamati apa yang terjadi di lingkungan Perumahan Ciujung Damai Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang, sehingga

peneliti dapat menemukan dan meneruskan ke tahap selanjutnya yaitu wawancara. Peneliti menemukan 5 orang berusia 18-24 tahun yang mempunyai ciri-ciri mengalami *Syndrome Phubbing*. Peneliti melakukan observasi kelima orang tersebut pada tanggal yang berbeda-beda mulai dari tanggal 28 Februari – 6 Maret. Dari kelima orang tersebut, tiga diantaranya yang merupakan teman dekat dengan peneliti sedangkan dua orang berikutnya merupakan tetangga di Perumahan Cijung Damai Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang, mereka dapat mengakui bahwa diri mereka mengalami *Syndrome Phubbing* karena peneliti menjelaskan kriteria orang yang mengalami *Syndrome Phubbing* melalui media sosial salah satunya *Whatsapp*. Sebelumnya, peneliti sudah menemukan mereka sejak lama karena peneliti sendiri sering berinteraksi dengan mereka, serta peneliti dapat merasakan sebuah pengabaian secara langsung sehingga merasakan perasaan sakit hati saat peneliti diacuhkan pada saat interaksi secara langsung.

Observasi ini dilakukan dengan teliti dan detail pada tanggal 28 Februari sampai 6 Maret 2022. Dalam tujuh hari, peneliti sudah menemukan beberapa poin pada saat berinteraksi sosial para *phubber*, beserta alasan mereka melakukan *Syndrome Phubbing*. Observasi dimulai pada tanggal 28 Februari 2022 dengan melihat keseharian mereka di dalam maupun di luar rumah.

Penelitian pertama pada tanggal 28 Februari 2022 peneliti melakukan observasi kepada AD salah satu karyawan di Indomaret. Peneliti melihat pada saat AD sedang duduk bersama teman-temannya di depan rumah, ternyata AD tidak mengikuti pembicaraan yang sedang berlangsung dengan alih-alih selalu memainkan ponsel. Beberapa orang dari mereka mengajak AD untuk ikut dalam pembicaraan tetapi salah satu diantara temannya diabaikan oleh AD. Observasi yang dilakukan peneliti bukan hanya dilakukan sekali. Keesokan harinya pada tanggal 1 Maret 2022,

peneliti melihat AD sedang berbincang-bincang dengan orang yang lebih tua dari dirinya. Pada saat di tengah-tengah pembicaraan AD selalu melihat layar ponselnya seakan-akan ingin memainkan ponsel tersebut dan pada waktu pembicaraan tersebut terdiam AD sesekali memainkan ponsel dan dari situlah lawan bicaranya merasa diabaikan.

Pada tanggal 2 Maret 2022, peneliti melakukan observasi pada sore hari kepada SZ. Peneliti menemukan SZ sedang kedatangan teman dekatnya dan disitulah peneliti ikut serta dalam pertemuan tersebut. Peneliti dengan SZ adalah tetangga, tetapi kami berdua tidak pernah ada waktu untuk melakukan interaksi langsung. Saat peneliti memperhatikan SZ dia selalu memperhatikan ponselnya serta membalas chat terus menerus, suara ponselnya tidak pernah terdengar diam selalu berbunyi dan bergetar. Walaupun bunyi ponselnya dinonaktifkan, tatapan matanya selalu mengarah pada ponselnya. Sedangkan peneliti melihat respon dari teman dekatnya tersebut sangat kesal setiap kali pembicaraan sedang berlangsung SZ selalu mengabaikan lawan bicaranya tersebut. Disitulah peneliti dapat melihat, menemukan dan membuktikan bahwa SZ mengalami *Syndrom Phubbing*.

Keesokan harinya pada tanggal 3 Maret 2022, peneliti mengajak kepada SZ untuk mengobrol di luar rumahnya pada pagi hari untuk membahas seputar perkuliahan. Di awal pembicaraan, SZ masih sangat fokus dalam pembahasan serta selalu merespon apa yang peneliti tanyakan. Kemudian, ponselnya berbunyi dan pesan singkat masuk dari teman atau pasangannya. Pada saat itulah SZ mulai mengalihkan pembicaraan dengan ponselnya, sehingga peneliti melakukan pembicaraan hanya sendiri sehingga lama kelamaan peneliti mulai diacuhkan dan pembicaraannya mulai berkurang.

Pada tanggal 4 Maret 2022, peneliti melakukan observasi kepada PT yang merupakan teman akrab sejak duduk di bangku Taman Kanak-kanak (TK). Peneliti sangat sering bermain dengan PT mulai dari makan, jalan-jalan, bahkan bermain di dalam rumah. Pada sore hari peneliti melakukan observasi, saat itu PT tidak sedang memainkan ponsel. Peneliti mencoba untuk membuka pembicaraan antusias PT dengan kehadiran peneliti sangat senang. Tiba-tiba saat notifikasi itu selalu masuk diponselnya terus menerus baik itu dari aplikasi belanja *online*, *chat*, dan lain-lain PT merespon dan sering kali memeriksa notifikasi. Kemudian, di awal pembicaraan PT selalu menjawab dan saling bercerita. PT merupakan anak yang sangat aktif dalam memainkan ponsel, notifikasi apapun yang masuk selalu dia buka dan tidak pernah untuk ketinggalan tidak membuka notifikasi tersebut. Kejadian seperti itu sering terjadi saat peneliti melakukan interaksi secara langsung dengan PT. Dari situlah peneliti dapat membuktikan bahwa PT mengalami gangguan *Syndrome Phubbing*.

Pada tanggal 5 maret 2022, peneliti melakukan observasi kepada ST yang merupakan teman akrab di bangku Madrasah Aliyah Negeri (MAN). Peneliti mengajak ST sore hari untuk mencari jajan salah satunya adalah seblak. Di awal pertemuan peneliti melakukan pembicaraan mengenai pasangan yang sedang dijalankannya, ST selalu berbicara dan bercerita. Selanjutnya, di pertengahan pembicaraan peneliti bergantian untuk bercerita. Pembicaraan yang peneliti lakukan tidak mendapatkan respon yang baik, tiba-tiba ST sangat sibuk dengan sosial mediana salah satunya *instagram*. Peneliti memperhatikan ST ternyata ada sesuatu yang lebih menarik dari pembahasan yang sedang berlangsung yaitu fitur-fitur yang ada instagram. Beraneka ragam, efek, aksesoris, dan lain sebagainya membuat ST harus mengabaikan lawan bicara yang ada di sampingnya. Sesekali merespon tidaklah

banyak dan meneruskan untuk memainkan ponsel kembali. Kejadian tersebut selalu terjadi pada saat sedang bersama ST dimanapun tempatnya, Peneliti kadang merasakan perasaan yang sakit hati apabila pada saat sedang berbicara ST tidak merespon.

Pada tanggal 6 maret 2022, peneliti melakukan observasi kepada RM yang merupakan teman akrab di bangku Taman kanak-kanak (TK). Peneliti mengajak RM untuk makan di sebuah tempat yaitu bakso aci pada sore hari, disitulah peneliti melakukan observasi. Di awal pertemuan RM sangatlah aktif karena sudah lama tidak bertemu dengan peneliti. Sebelum makanannya pun tiba di meja, kami berdua selalu berinteraksi langsung, ponsel yang ada di depannya pun diabaikan begitu saja. Dan pada saat makannya pun tiba, RM mencoba mengambil ponselnya untuk menemani makan dengan cara menonton film. Peneliti merasa bahwa kehadirannya tidak dihargai dan bahkan saat peneliti mengajak untuk melakukan pembicaraan RM selalu asyik sendiri. Respon yang dilakukan RM tidaklah sering sampai makanannya pun selesai. Disitulah RM mulai fokus dengan ponselnya dibandingkan lawan bicaranya , sehingga peneliti merasa diabaikan dan diacuhkan.

Itulah hasil observasi yang peneliti lakukan terhadap lima orang yang mengalami gangguan *Syndrom Phubbing* pada masa dewasa awal di Perumahan Ciujung Damai Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang. Beberapa dari mereka peneliti sudah dapat menemukan sejak lama, sehingga memudahkan peneliti untuk dapat mengambil informasi selanjutnya.

b. Hasil Wawancara

1. Hasil responden PT

Individu tersebut dapat merasakan sedih karena tidak bisa melakukan interaksi langsung, sedangkan pada saat tidak memainkan ponsel individu tidak mempunyai arah dan tujuan

kehidupan sehingga kebingungan akan melakukan aktivitas apa tanpa adanya ponsel. Gejala yang dialami individu adalah merasa cemas serta individu selalu mempunyai pemikiran bahwa ponsel merupakan separuh hidupnya atau salah satu bagian dari keluarganya, tanpa ponselnya hidup akan terasa ada sesuatu yang hilang dan mengharuskan untuk memeriksa terus menerus notifikasi yang masuk. Individu juga pernah melakukan kegiatan misal membuat *challenge* atau kuis agar tidak terjadi *Syndrome Phubbing* di sekitar lingkungan, tetapi kegiatan itu sudah tidak pernah dilakukan. Hal yang menyebabkan *Syndrome Phubbing* dapat terjadi karena dunia di ponsel (maya) lebih seru dibandingkan dunia nyata bersama teman-teman atau pembahasan yang dilakukan tidak menarik. Kebanyakan orang mengetahui bahwa individu terkena *Syndrome Phubbing* disebabkan oleh seringnya individu memegang ponsel. Selain itu, orang tua individu selalu menasehati dan menegur serta memberikan sebuah obrolan agar individu tidak memainkan ponsel. Individu dapat melakukan interaksi dengan orang lain tanpa memegang ponsel yaitu dengan cara mencari teman sefrekuensi, teman dekat, dan sahabat kecil agar sekalinya bertemu tidak memainkan ponsel tetapi melakukan obrolan atau curhatan yang lama. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* ini sejak pandemi covid-19 melanda di Indonesia, disitulah individu selalu memegang ponsel dibandingkan berbicara dengan banyak orang. Selain itu, individu tidak dapat bisa mengontrol dirinya karena di dalam pikirannya selalu ingin memegang ponsel sehingga menyebabkan individu tidak mau ketinggalan berita.

Menurut salah satu orang tuanya, individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak pembelajaran *online* (daring) yang menyebabkan individu selalu memainkan ponsel. Pada saat

sejak kecil tidak mengalami *Syndrome Phubbing*, individu tidak diperbolehkan untuk menggunakan ponsel dan semenjak diperbolehkan individu sudah mulai memainkan ponsel tetapi pada waktu tertentu. Individu mengalami gangguan *Syndrome Phubbing* sejak dia selalu mengerjakan tugas-tugas kuliah dengan melihat ponselnya sehingga terus menerus melihat ponsel. Kondisi di dalam rumah sangat tidak memperdulikan individu tersebut, para tetangga pun mengurangi kedekatan satu sama lain. Selain itu, dalam bidang pendidikan individu sangat aktif belajar dan selalu menjadi siswi berprestasi di kelas. Orang tua individu tidak bisa mencegah kecuali dirinya sendiri yang mau berhenti untuk memainkan ponsel di hadapan banyak orang, sehingga cukup memberi penjelasan mengenai penggunaan ponsel terlalu lama. Hal yang merugikan yaitu dapat menjadi bahan obrolan orang lain sehingga dapat beranggapan bahwa kurangnya didikan orang tua. Oleh karena itu, individu selalu ditemani oleh adiknya serta teman-temannya. Itulah hasil penelitian dari responden yang berinisial PT.

2. Hasil responden RM

Individu tidak merasakan apa-apa seperti tidak ada gangguan yang dimiliki, sedangkan pada saat tidak memainkan ponsel individu merasa kebingungan dan gelisah. Gejala yang dimiliki individu adalah gelisah apabila tidak menonton film drakor pada sedang makan. Kebiasaan ini terus membuat individu mengacuhkan orang di sekitarnya pada saat sedang interaksi berlangsung. Individu berusaha untuk menyibukkan diri serta membiasakan untuk selalu berbicara atau tidak diam saat sedang melakukan interaksi secara langsung. Hal yang menyebabkan *Syndrome Phubbing* terjadi karena individu tidak mempunyai kesibukan sehingga

menyebabkan pikiran terus menerus menuju kepada ponsel. Selain itu, individu tidak dibiasakan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Kebanyakan orang lain tidak mengetahui dan tidak menyadari bahwa individu mengalami gangguan *Syndrome Phubbing*. Oleh karena itu, individu tidak merasa takut dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. Kemudian, respon orang tua adalah tidak adanya perhatian orang tua terhadap individu yang mengalami *Syndrome Phubbing*, hal itu disebabkan pemikiran orang tua zaman sekarang yang ikut selalu memainkan ponsel. Individu dapat berinteraksi dengan orang lain karena adanya perasaan menghargai atau memperhatikan orang sekitar agar individu lebih fokus sama pembahasan yang sedang berlangsung, individu juga dapat melakukan sebuah tindakan seperti meletakkan ponsel pada saat sedang berinteraksi serta posisi tubuh yang menghadap lawan bicara. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak pandemi covid-19, dengan berkurangnya interaksi serta lebih lama di dalam rumah. Oleh sebab itu, individu lebih sering menggunakan ponselnya. Selain itu, individu tidak dapat bisa mengontrol dirinya pada saat berinteraksi langsung.

Menurut salah satu orang tuanya, individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak pandemi covid dengan selalu menonton film kesukaannya. Sejak kecil individu sudah diberikan ponsel tetapi belum mengalami *Syndrome Phubbing* dan pada saat sudah dewasa ponsel tersebut digunakan dengan cara yang tidak bermanfaat, sehingga *Syndrome Phubbing* terjadi ketika sudah dewasa. Individu dapat terkena gangguan *Syndrome Phubbing* karena selalu menatap layar ponsel dengan menonton film. Kondisi di dalam rumah sangat mengkhawatirkan karena orang tua takut akan gangguan tersebut terjadi pada keponakannya, para tetangga pun tidak

memperdulikan sebab orang lain tidak mengetahui kecuali orang tuanya serta anggota di dalam rumah. Selain itu, kemampuan individu dalam menangkap informasi sangat lama dengan kurangnya wawasan yang dimiliki sewaktu sekolah sehingga individu pada waktu di sekolah tidak memiliki sebuah prestasi. Orang tuanya tidak dapat mencegah, yang dapat merubah dirinya yaitu kesadaran akan bahaya memainkan ponsel pada saat sedang berinteraksi. Usaha yang dilakukan orang tua hanya memberi tahu bahwa menghargai orang lebih penting dibandingkan memainkan ponsel. Hal yang merugikan adalah dapat berkurangnya kedekatan anak dengan orang tua dan tidak ada yang menemani saat di dalam rumah.

2. Hasil responden SZ

Individu dapat merasakan senang karena adanya sebuah interaksi langsung, sedangkan pada saat tidak memainkan ponsel individu merasa sedih (*badmood*). Gejala yang dialami individu adalah merasa cemas karena kurangnya rasa percaya diri apabila interaksi sedang berlangsung sehingga individu selalu memprioritaskan pesan atau *chat* yang masuk dibandingkan dengan lawan bicaranya. Individu tidak pernah melakukan apa-apa karena beberapa orang belum memahami karakteristik lawan dan ada beberapa orang yang sudah memahami. Hal yang menyebabkan *Syndrome Phubbing* terjadi adalah karena individu sudah terbiasa untuk menggenggam ponsel, sehingga *Syndrome Phubbing* dapat terjadi dimanapun. Kebanyakan orang mengetahui individu mengalami *Syndrome Phubbing* karena mereka sudah tahu gejala-gejala *syndrome phubbing* yang terjadi pada saat sedang bersama orang lain. Kemudian, respon orang tua terhadap individu sangat biasa saja, tetapi orang tua mengajarkan bahwa memainkan ponsel

dengan lawan bicara yang lebih tua merupakan perilaku yang tidak baik. Usaha yang dilakukan individu yaitu dengan selalu berusaha bagaimana untuk tidak memainkan ponsel pada saat sedang berinteraksi secara langsung, serta menaruh ponsel dengan jauh dari keberadaan individu tersebut. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak memasuki dunia perkuliahan. Selain itu, individu juga dapat bisa mengontrol diri tanpa memainkan ponsel.

Menurut salah satu orang tuanya, individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak mulai memasuki kuliah dan semasa perkuliahan aktif. Sejak kecil individu belum mengalami yang namanya *Syndrome Phubbing*, sudah mengalami *Syndrome Phubbing* semasa usia dewasa. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* karena individu sangat aktif dengan ponselnya setiap hari, menunggu notifikasi masuk dan semenjak mengenal lawan jenis. Kondisi di dalam rumah membuat sekitar orang rumah selalu menegur apabila individu selalu memainkan ponsel pada saat sedang berkumpul keluarga. Kebanyakan orang sudah mengetahui bahwa individu selalu mencuekkan orang lain saat berkumpul serta mengabaikan orang lain, sehingga orang lain memiliki perasaan tidak suka terhadap individu. Selain itu, individu ternyata mempunyai prestasi sejak di sekolah dikarenakan individu selalu rajin belajar setiap hari. Orang tua ternyata dapat mencegah individu untuk tidak memainkan ponsel pada saat sedang berlangsungnya interaksi dan individu tersebut dapat menerima teguran dari orang tuanya. Usaha yang dilakukan oleh orang tua adalah selalu memantau dan memperhatikan individu saat sedang memainkan ponsel agar tidak selalu memainkan ponsel setiap hari. Hal yang merugikan adalah orang tua dapat menjadi bahan perbincangan orang lain apabila mempunyai anak yang tidak

bisa menghargai orang lain saat berbicara dan individu dapat selalu ditemani oleh kakak-kakaknya saat di rumah.

3. Hasil responden ST

Individu merasa nyaman ketika bertemu dengan banyak orang dan merasa dihargai dengan adanya kedatangan individu tersebut, sedangkan pada saat tidak memainkan ponsel individu merasa sepi dan bingung. Gejala yang dialami individu adalah merasa takut apabila kurangnya kebahagiaan mengenai kemajuan zaman sehingga mengharuskan individu selalu memainkan sosial media pada saat sedang berlangsungnya interaksi. Individu melakukan sebuah *challenge* atau tantangan untuk diri sendiri agar tidak memainkan ponsel pada saat interaksi berlangsung, apabila tantangan tersebut tidak berhasil maka individu akan membayarkan teman-temannya makan. Hal yang menyebabkan *Syndrome Phubbing* muncul adalah individu terlalu asyik membalas pesan secara terus menerus dan individu menyukai sebuah aplikasi dengan fitur yang menarik yang membuat individu selalu memainkan ponsel pada saat bersama orang lain. Kebanyakan orang lain ada yang mengetahui dan ada yang tidak mengetahui, bagi yang mengetahui individu mengalami *Syndrome Phubbing* merupakan orang yang memiliki pengetahuan mengenai memegang ponsel. Kemudian, respon orang tua adalah memiliki perasaan banyak kekhawatiran dan selalu berpikir tentang apa yang terjadi pada individu tersebut termasuk pada saat menangkap respon. Usaha yang dilakukan adalah lebih banyak merenungi diri tentang apa yang terjadi pada individu tersebut dan belajar bagaimana cara untuk bisa menghargai orang lain yang sedang berbicara. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak individu duduk

di bangku kelas 11. Selain itu, individu dapat bisa mengontrol diri dalam situasi misalkan sedang berkumpul dengan keluarga.

Menurut salah satu orang tuanya, individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak memakai ponsel. Sejak kecil individu belum mengalami *Syndrome Phubbing*, saat mulai masa remaja ini individu mulai aktif dalam menggunakan ponsel. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* karena individu merupakan aktif di sosial media sehingga individu selalu memainkan ponsel saat sedang bersama orang lain. Oleh karena itu, individu juga selalu menggunakan ponsel sebagai alat menghibur dirinya. Kondisi di dalam rumah membuat keluarganya merasa capek dengan tingkah yang dilakukan individu saat menggunakan ponsel. Kebanyakan orang sudah mengetahui bahwa individu mengalami *Syndrome Phubbing* terlihat dari individu bagaimana cara memperlakukan lawan bicaranya dengan cuek. Selain itu, individu pernah mempunyai prestasi dengan mengikuti organisasi yaitu PMR dan juga di dalam kelas, walaupun tidak sering menjadi juara kelas. Orang tua individu tidak dapat mencegah, yang dapat mencegah individu untuk tidak memainkan ponsel adalah dirinya sendiri. Individu harus banyak belajar untuk menghargai orang yang sedang berbicara. Usaha yang dilakukan orang tua adalah hanya bisa berdoa agar individu cepat sadar akan kesalahan yang diperbuat terhadap orang lain. Hal yang merugikan adalah orang tua merasa bahwa dirinya gagal untuk memperhatikan anak serta menjaga anak-anaknya. Selain itu, orang tua menjadi dijauhkan oleh orang lain yang mempunyai anak yang dekat dengan individu karena anaknya tersebut merasa diabaikan dengan individu tersebut. Kemudian, yang menemani individu di rumah adalah orang tuanya.

4. Hasil responden AD

Individu merasa sedih karena tidak bisa mengikuti interaksi secara langsung, sedangkan pada saat tidak memainkan ponsel individu merasa cemas dan ingin segera mengambil ponsel serta memainkannya. Gejala yang dialami individu adalah cemas apabila terlalu jauh dengan ponsel, individu selalu ingin berdekatan dengan ponsel dimanapun ia berada sehingga individu dapat memainkan *game*. Individu pernah memaksakan diri untuk melakukan semua permainan misalkan catur, agar *Syndrome Phubbing* tersebut tidak muncul pada dirinya. Hal yang menyebabkan *Syndrome Phubbing* terjadi adalah karena di dalam hidupnya sudah ketergantungan pada ponsel, aktivitas sehari-hari individu tersebut selalu melibatkan ponsel untuk mempermudah kehidupannya. Kebanyakan orang lain tidak mengetahui bahwa individu mengalami *Syndrome Phubbing* dikarenakan kurangnya wawasan yang dimiliki masyarakat zaman sekarang. Kemudian, respon orang tua adalah individu diperbolehkan untuk memegang atau memainkan ponsel untuk segala aktivitas sehari-hari. Oleh sebab itu, orang tua sangat mewajarkan individu untuk memainkan ponsel. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak kelas 12 SMA karena sejak itu individu mulai bermain *game* online. Selain itu, individu tidak dapat mengontrol dirinya pada saat sedang terjadi interaksi secara langsung.

Menurut salah satu orang tuanya, individu mengalami *Syndrome Phubbing* sejak *game* online sedang memuncak di masyarakat. Sejak kecil individu tidak mengalami *Syndrome Phubbing* karena belum mempunyai yang namanya ponsel dan sejak memakai ponsel serta adanya *game* online seperti *mobile legend* individu mengalami *Syndrome Phubbing*. Individu mengalami *Syndrome Phubbing* karena individu sudah bisa

memainkan *game* online serta tertarik untuk memainkan *game* tersebut, sehingga orang yang berada di sekitarnya diabaikan terus menerus. Kondisi di rumah sangat merasa terganggu dengan adanya suara bising yang disebabkan oleh *game* yang dimainkan, sehingga adik-adiknya pun ikut melihat *game* tersebut, sehingga kondisi rumah tidak merasa tenang. Kebanyakan tetangga mewajarkan apabila individu selalu memainkan ponsel karena individu adalah anak laki-laki, tetapi dalam gangguan yang dialami orang lain tidak mengetahui karena lawan bicaranya tidak memahami yang terjadi pada individu tersebut. Selain itu, individu merupakan anak yang biasa-biasa saja tidak bodoh dan tidak pintar juga. Orang tua tidak dapat mencegah karena orang tuanya sendiri takut pada anaknya, makanya butuh kesadaran dirinya sendiri untuk tidak memainkan ponsel pada saat terjadinya interaksi langsung. Usaha yang dilakukan orang tua adalah selalu mengingatkan bahwa individu mempunyai adik, sehingga individu dilarang untuk mengajarkan adik-adiknya memainkan *game* online. Hal yang merugikan bagi orang tuanya tidak ada, selama individu selalu membantu dan tidak merepotkan orang tuanya. Selain itu, yang menemani individu di rumah tidak ada.

Tabel 5.1

Waktu Pelaksanaan Wawancara Responden

No	Responden	Hari/Tanggal	Waktu	Tempat
1	PT	Senin, 7 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden PT, Blok D5 No. 1

2	RM	Senin, 7 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden PT, Blok D5 No. 1
3	SZ	Selasa, 8 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden SZ, Blok C2 No. 6
4	ST	Jum'at, 11 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden ST, Blok C28 No. 7
5	AD	Jum'at, 11 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden ST, Blok C28 No. 7

Tabel 6.1
Waktu Pelaksanaan Wawancara
Orang Tua Responden

No	Responden	Hari/Tanggal	Waktu	Tempat
1	RK	Sabtu, 12 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden PT, Blok D5 No 1
2	SS	Sabtu, 12 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden RM, Blok C3 No. 5
3	KH	Jum'at, 11 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden ST, Blok C28 No.

				7
4	NB	Jum'at, 11 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden ST, Blok C28 No. 7
5	DR	Jum'at, 11 Maret 2022	1 x 30 menit	Di rumah responden ST, Blok C28 No. 7

B. Pembahasan

Dari hasil observasi dan wawancara pada masa dewasa awal di Perumahan Ciujung Damai Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang. Peneliti menemukan bahwa gangguan *Syndrome Phubbing* dimiliki beberapa gejala baik fisik maupun psikis, yaitu:

pertama, gejala psikis yang dialami individu adalah merasa cemas dan gelisah pada saat tidak memegang atau memainkan ponsel pada saat sedang terjadi interaksi berlangsung, individu merasa ada sesuatu yang hilang serta ada kekhawatiran akan hal-hal penting di dalam ponselnya. Hal itu disebabkan karena adanya notifikasi yang masuk dan berita yang penting yang merupakan tujuan utama dalam menggunakan ponsel. Sedangkan gejala fisik yang dialami individu tersebut dapat terlihat oleh peneliti yaitu berkeringatan yang berlebihan. Individu selalu berkeringat pada saat memainkan ponsel, dikarenakan individu selalu menggenggam

ponselnya terus menerus yang mengakibatkan tangannya berkeringatan yang berlebihan.

Kedua, gejala psikis yang dialami individu adalah merasa sedih apabila tidak memainkan ponsel dan individu akan merasa senang dengan selalu menggunakan ponsel, individu tersebut mengalami keterlambatan dalam menangkap informasi. Hal itu disebabkan karena individu selalu memainkan ponselnya pada saat sedang makan bersama orang lain dan sering menonton film agar individu tidak merasa stress saat berada di dalam maupun di luar rumah. Pelampiasan yang dilakukan individu sangat berdampak buruk pada daya ingat individu. Sedangkan gejala fisik yang dialami individu tersebut dapat terlihat oleh peneliti yaitu badan gemetar. Individu selalu mengalami badan gemetar karena aktivitas menonton yang terus menerus membuat badannya semakin lemas sehingga setiap kali memainkan ponsel maka badannya terasa bergemetar.

Ketiga, gejala psikis yang dialami individu adalah merasa cemas dengan kurangnya rasa percaya diri apabila terjadinya interaksi secara langsung sehingga individu selalu memprioritaskan hubungan dengan ponselnya dibandingkan dengan lawan bicaranya dan individu juga merasa bahwa ponselnya dapat menemani kehidupan sehari-hari. Hal ini disebabkan karena individu selalu membalas chat yang menjadi kebiasaan saat memegang ponsel baik itu dari keluarga, teman maupun pasangannya. Akibatnya individu selalu memeriksa terus ponselnya. Sedangkan gejala fisik yang dialami individu tersebut dapat terlihat oleh peneliti yaitu merasa kelelahan. Individu selalu merasa lelah setiap memainkan ponsel termasuk pada saat membalas pesan yang masuk akibatnya terlihat dari individu yang selalu membunyikan badannya serta mata yang kemerahan akibat menatap layar ponsel terus menerus.

Keempat, gejala psikis yang dialami individu adalah merasa rasa gelisah takut akan berkurangnya kebahagiaan yang individu alami sekarang dengan keberadaan ponselnya selama ini bahkan individu selalu mencoba untuk menahan diri dari ponselnya, namun hal itu tidak bisa dilakukan

individu. Hal ini disebabkan karena individu sangat aktif dalam media sosial dan beberapa aplikasi salah satunya *instagram* yang membuat individu merasa senang menggunakannya. Sedangkan gejala fisik yang dialami individu tersebut dapat terlihat oleh peneliti yaitu kurangnya pendengaran. Individu selalu tidak mendengar apa yang ada di sekitarnya akibatnya individu selalu memainkan ponsel dengan volume yang besar termasuk pada saat membuka sosial media.

Kelima, gejala psikis yang dialami individu adalah merasa kesal hingga depresi apabila tidak menggunakan ponsel sehingga harus selalu berdekatan dengan ponselnya serta mewajibkan ponselnya selalu ada dimanapun bahkan di dalam genggamannya pada saat menghabiskan waktu bersama orang lain. Hal itu disebabkan karena individu sudah terbiasa untuk memegang ponsel serta memainkan *game* online pada saat sedang melakukan interaksi secara langsung. Sedangkan gejala fisik yang dialami oleh individu tersebut dapat terlihat oleh peneliti yaitu merasakan kelelahan. Individu selalu merasa kelelahan pada saat memainkan ponsel terus menerus, terlihat dari wajahnya yang pucat serta mata yang kemerahan akibat terlalu lama memainkan ponsel.

Itulah beberapa gejala yang peneliti temukan pada masa dewasa awal di Perumahan Ciujung Damai Kecamatan Kragilan Kabupaten Serang, gejala tersebut merupakan gejala gangguan *Syndrome Phubbing* yang sedang menjadi permasalahan di masyarakat zaman sekarang termasuk pada lingkungan peneliti sendiri. Gejala-gejala tersebut merupakan perasaan yang dimiliki individu untuk terus memainkan ponsel serta berusaha untuk selalu berdekatan dengan ponselnya tanpa memikirkan dampak dari peristiwa yang terjadi.

Menurut Ivan Goldberg dalam Nurmandia menyebut gejala *Syndrome Phubbing* meliputi sering lupa waktu, gejala menarik diri seperti merasa marah, tegang, atau depresi ketika internet tidak bisa diakses, bahkan kesal ketika ponsel tidak ada sinyal atau tidak sengaja ponsel tertinggal. Munculnya sebuah kebutuhan untuk meningkatkan waktu yang

dihabiskan untuk berselancar, kebutuhan *gadget* yang lebih baik dan menambah aplikasi, dan sering berkomentar, berbohong, misalnya prestasi, menutup diri secara sosial dan kelelahan.¹

Gejala-gejala yang dialami *Syndrome Phubbing* dapat terlihat jelas karena banyak orang dapat menemui pelaku *Syndrome Phubbing* tersebut baik di kalangan pendidikan, masyarakat, maupun di kantor. Individu akan merasa tidak sadar apabila memainkan ponsel di hadapan orang lain pada saat sedang berinteraksi. Ketidaksadaran individu tersebut perlu adanya peringatan berupa teguran atau nasihat pendek agar dapat bisa menghargai lawan bicaranya. Tidak semua individu dapat bisa mengontrol dirinya untuk memainkan ponsel setelah adanya peringatan. Individu dapat bisa menahan diri untuk tidak memainkan ponsel dengan adanya kesadaran yang ada pada dirinya sendiri bukan karena adanya perintah orang lain.

Menurut Kwon M Lee et al (dalam Selviani, 2019), menyajikan dimensi-dimensi kecanduan sebagai berikut:

1. *Daily – life disturbance* (gangguan kehidupan sehari-hari)

Hal ini seperti misal kehilangan pekerjaan yang direncanakan, mengalami kesulitan dalam konsentrasi di kelas atau saat bekerja, sakit pada telinga dan leher serta mengalami gangguan susah untuk tidur. Gangguan-gangguan ini merupakan dampak penggunaan *smartphone* yang menyebabkan tidak menjadi cerdas serta berlebihan dalam memainkan ponsel.

2. *Withdrawal* (penarikan diri)

Gangguan ini menggambarkan perilaku yang mudah marah, gelisah jika tidak menggunakan *smartphone* atau dihentikan penggunaannya oleh orang tua. Ia akan mudah marah dan kesal bila mendapatkan gangguan saat menggunakan *smartphone*.

3. *Tolerance* (toleransi)

¹ Lilis, dkk, *Stop Phubbing*, (Jakarta: Nulis Bareng, 2019), h. 73-74.

Sifat ini merujuk pada suatu usaha tingkah individu dalam cara untuk mengontrol dirinya dalam penggunaan *smartphone*, namun ia mengalami kegagalan.

4. *Positive Anticipation*

Dimensi ini digambarkan dengan perasaan yang gembira saat menggunakan *smartphone* dan dapat menghilangkan stress dengan penggunaan *smartphone* serta akan merasa sepi apabila tidak menggunakannya.

5. *Cyberspace-oriented Relationship*

Dimensi ini menggambarkan hubungan seseorang dengan teman-temannya yang didapatkan melalui *smartphone* lebih baik daripada hubungannya dengan teman-teman di kehidupan yang riil atau nyata, kemudian individu mengalami perasaan kehilangan yang tidak bisa terkontrol ketika tidak menggunakan *smartphone* serta mengakibatkan untuk selalu memeriksa *smartphone*.

6. *Over Use*

Dimensi ini menggambarkan penggunaan *smartphone* yang tidak terkendali. Seseorang lebih memilih untuk melakukan pencarian menggunakan *smartphone* untuk meminta bantuan dari orang lain, selalu menyiapkan paket pengisian daya (internet) dan dapat merasakan dorongan untuk menggunakan *smartphone* dengan tidak tepat untuk berhenti menggunakannya.²

Gangguan *Syndrome Phubbing* merupakan gangguan yang melibatkan pada ponsel, individu memiliki gangguan *Syndrome Phubbing* apabila pada situasi saat sedang berlangsung sebuah interaksi sosial yang meliputi lebih dari satu orang. Kecanduan yang dialami individu dapat menimbulkan sebuah dorongan yang kuat untuk memainkan ponsel pada saat bersama orang lain.

² Arifin Nur, B, Phubbing & Komunikasi..., h.14.

Menurut Badudu dalam kamusnya, ia menyatakan bahwa kecanduan merupakan perasaan yang sangat kuat terhadap sesuatu yang sangat diinginkan sehingga ia akan berusaha untuk mencari sesuatu yang sangat diinginkan tersebut. Seseorang dikatakan mengalami kecanduan jika tidak mampu mengontrol keinginan untuk menggunakan sesuatu, sehingga menyebabkan dampak negatif bagi individu baik secara fisik maupun psikis.³

Kecanduan ponsel pada individu yang mengalami *Syndrome Phubbing* dapat menjadikan individu merasa tidak memiliki daya tarik untuk bersosialisasi di lingkungan sekitarnya, sehingga menyebabkan kehidupan individu sangat terbatas, tertekan, dan terkucilkan. Individu akan merasa dirinya seolah-olah seperti orang yang normal pada saat tidak bersama orang lain, namun individu dikatakan mengalami *Syndrome Phubbing* pada saat memainkan ponsel di depan orang lain..

Menurut Karadag menemukan bahwa *Phubbing* dapat terjadi karena kecanduan ponsel, kecanduan SMS, kecanduan media sosial, kecanduan internet, dan kecanduan game.⁴ Perilaku *Phubbing* kini bukan hanya tempat pelarian dari ketidaknyamanan lingkungan sekitar. Namun, perilaku *Phubbing* pada zaman sekarang sangat semakin parah. Hal-hal sederhana seperti sedang bekerja, sedang santai, bahkan sedang mengikuti pelajaran di sekolah. Individu sangat sering memeriksa ponselnya terus menerus untuk membuat perasaannya menjadi tenang.

Realitas *phone snubbing (Phubbing)* mempunyai makna sebagai perilaku yang tidak disukai oleh orang lain dan apabila dilakukan secara terus menerus maka dapat mengganggu komunikasi serta proses interaksi yang sedang terjadi dan dapat mengakibatkan pada hubungan pertemanan. Perilaku *Phubbing* ini menjadi tidak disukai oleh banyak orang, karena

³ Arifin Nur, B, *Phubbing & Komunikasi...*, h. 13.

⁴ Arifin Nur, B, *Phubbing & Komunikasi...*, h. 17.

dianggap tidak sopan, dan dapat menimbulkan *miscommunication* serta komunikasi dapat terhenti.⁵

Lingkungan individu yang mengalami *Syndrome Phubbing* tidaklah memiliki kenyamanan, disebabkan oleh perilaku individu tersebut terhadap orang lain. Interaksi yang dilakukan individu dapat menimbulkan permasalahan bahkan permusuhan, tidak mendapatkan kepercayaan oleh orang lain, dan bahkan tidak dapat diterima di kalangan masyarakat, teman, dan keluarga.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi *Phubbing* terdapat 2 bentuk, yaitu yang dapat bersifat kuratif dan preventif. Langkah penanganan secara kuratif ketika memang *Phubbing* sudah menjadi ketergantungan individu, sehingga memerlukan terapi secara psikologis. Selanjutnya, langkah preventif ini dapat dilakukan dengan cara memberikan pengarahan yang lebih produktif, misalnya dengan menyuruh individu untuk membuat sebuah konten sehingga ada karya yang dihasilkan dan tidak hanya sebagai pengguna dalam mengakses ponselnya atau sebagai penikmat.⁶

Berdasarkan hasil penelitian peneliti menyarankan menggunakan konseling dengan menggunakan metode konseling individual maupun kelompok maka peneliti menyarankan untuk menggunakan pendekatan-pendekatan konseling yaitu pendekatan REBT dengan teknik kognitif, pendekatan behavioral dengan teknik *self management*, dan pendekatan *client centered*. Selain itu, peneliti juga menyarankan untuk menggunakan layanan responsif untuk membantu permasalahan yang berkaitan dengan perkembangan diri.

Pada responden PT dengan permasalahan yaitu selalu memprioritaskan notifikasi yang masuk daripada merespon lawan

⁵ Dina Alamianti, Rannie Dyah, and K Rachaju, "Realitas *Phone Snubbing* Pada Pergaulan Remaja *Reality of Phone Snubbing in Teenager's Relations*" (n.d.), *Jurnal Ilmu Komunikasi*, Vol. 04, No. 02, (10 Juni 2021) Universitas Langlangbuana, h. 218.

⁶ Dina Alamianti, Rannie Dyah, and K Rachaju, "Realitas *Phone Snubbing* Pada...", h. 213.

bicaranya, gejala yang dialami individu yaitu cemas dengan disebabkan adanya pemikiran bahwa ponselnya sangat berharga serta merasa ada sesuatu yang hilang di hidupnya tanpa memegang ponsel sehingga mengharuskan individu untuk selalu memeriksa notifikasi yang masuk. Sedangkan pada respon ST dengan permasalahan yaitu selalu memainkan ponsel salah satunya sosial media dibandingkan dengan interaksi yang sedang berlangsung, gejala yang dialami individu adalah merasa takut akan kurangnya pengetahuan atau keterlambatan mengenai kemajuan zaman sehingga mengharuskan individu selalu memainkan sosial media pada saat sedang berlangsungnya interaksi. Maka peneliti menyarankan individu untuk menggunakan sebuah pendekatan yaitu pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) dengan teknik kognitif.

Pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) merupakan pendekatan yang dapat mengubah pemikiran irasional menjadi rasional, sehingga dari sebuah pemikiran yang irasional tersebut individu akan mempunyai sebuah emosional dalam hidupnya. Emosional yang dimiliki bisa meliputi rasa cemas, gelisah, takut, dan lain-lain.

Pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) adalah pendekatan behavioral kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku, dan pikiran. Pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) dikembangkan oleh Albert Ellis, pandangan dasar pendekatan ini tentang manusia adalah bahwa individu memiliki pedoman untuk berpikir irasional yang salah satunya didapat melalui belajar sosial.⁷

Pemikiran-pemikiran yang dialami individu tersebut merupakan salah satu pemikiran yang irasional (tidak logis), sehingga pemikiran tersebut dapat membuat individu mengalami emosional salah satunya adalah cemas dan takut. Dengan adanya pemikiran tersebut maka individu lebih cenderung merasa berbeda dengan orang lain, sehingga individu harus

⁷ Gantina Komalasari..., h. 201.

dapat merubah pemikiran yang rasional agar kehidupan yang dijalankan menjadi lebih baik.

Pendekatan ini sangat berkaitan dengan permasalahan yang dialami yaitu tentang pikiran irasional atau tidak logis. Salah satu buktinya adalah individu mempunyai pemikiran bahwa ponselnya merupakan bagian dari keluarga atau menjadi bagian separuh hidupnya dan individu menganggap ponselnya adalah sumber kebahagiaan. Disisi lain, ponsel merupakan alat komunikasi yang dapat digunakan untuk mengirim pesan baik kata maupun suara. Selain itu, di dalam ponsel terdapat berbagai banyak informasi apabila individu tersebut memanfaatkan dengan baik. Asumsi-asumsi yang dikatakan individu sangat membuat orang lain bertanya-tanya akan permasalahan yang dialaminya.

Dalam pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan salah satunya adalah teknik kognitif. Teknik kognitif adalah usaha untuk mengubah keyakinan irasional konseli.⁸ Teknik untuk melakukan kognitif ini dilakukan dengan memberikan sebuah pertanyaan yaitu *dispute* logis (misalnya, apakah itu logis?, apa benar begitu?, mengapa harus begitu?), *reality testing* (misalnya, apa buktinya?, apa yang terjadi kalau terus menerus mempunyai pemikiran seperti itu?), dan *pragmatic disputation* (misalnya, apa yang akan terjadi bila kamu berpikir demikian?). Maka individu harus dapat memperkuat keyakinannya untuk merubah pemikiran irasional berdasarkan teknik kognitif tersebut.

Teknik kognitif digunakan untuk menciptakan individu agar memiliki pemikiran yang rasional dalam menjalankan segala aktivitas sehari-hari termasuk pada saat melakukan interaksi secara langsung. Pemikiran yang rasional akan membuat individu menjadi pribadi yang baik dan mempunyai emosional yang stabil. Oleh karena itu, rasa cemas dan

⁸ Gantina Komalasari..., h. 220.

takut yang dimiliki individu yang disebabkan oleh pikiran-pikiran yang irasional dapat berkurang atau hilang.

Adapun tahap-tahap pendekatan REBT yaitu sebagai berikut:

1. Tahap 1

Proses dimana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut.

2. Tahap 2

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar.

3. Tahap 3

Tahap akhir ini, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional.⁹

Itulah pendekatan yang dapat digunakan berdasarkan permasalahan yang dialami serta tahapan-tahapan yang dapat dilakukan Pendekatan REBT (*Rational emotive behaviour therapy*) dengan teknik kognitif ini dapat membuat individu memiliki pemikiran yang rasional atau logis dan dijauhkan dari pemikiran yang irasional atau tidak logis. Oleh karena itu, individu dapat hidup dengan damai, tenang, dan bahagia di dalam lingkungan masyarakat.

Pada responden RM dengan permasalahan yaitu selalu memegang ponsel atau memainkan ponsel dengan kegiatan menonton film pada saat

⁹ Gantina Komalasari..., h. 215-216.

makan daripada merespon lawan bicaranya, gejala yang dialami individu yaitu gelisah apabila tidak menonton film drakor pada saat sedang makan bersama orang lain. Sedangkan pada responden AD permasalahan yaitu selalu memainkan *game* pada saat interaksi sedang berlangsung, gejala yang dialami individu adalah cemas apabila terlalu jauh dengan ponsel, individu selalu ingin berdekatan dengan ponsel dimanapun dia berada sehingga individu dapat memainkan *game*. Maka peneliti menyarankan individu untuk menggunakan sebuah pendekatan yaitu pendekatan behavioral dengan teknik *self management*.

Pendekatan behavioral merupakan pendekatan yang digunakan untuk mengubah tingkah laku individu yang sebelumnya tidak baik menjadi lebih baik. Pendekatan ini dikemukakan oleh John Krumboltz. Tingkah laku yang tidak baik akan menyebabkan kerugian pada diri sendiri maupun orang lain, sehingga dengan adanya pendekatan behavioral ini maka individu dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik termasuk menjalin hubungan dengan orang lain.

Pendekatan tingkah laku atau behavioral sangat menekankan pada dimensi kognitif (berpikir) individu dan menyarankan dengan berbagai metode yang berorientasi pada tindakan (*action-oriented*) untuk membantu mengambil langkah yang jelas dalam mengubah tingkah laku. Konseling behavioral memiliki asumsi dasar bahwa setiap tingkah laku individu dapat dipelajari serta tingkah laku lama dapat diganti dengan tingkah laku baru dan manusia memiliki perubahan untuk berperilaku baik atau buruk, tepat atau salah.¹⁰

Tingkah laku yang dialami individu tersebut merupakan tingkah laku yang tidak baik karena dapat merugikan orang lain yang berada di sekitarnya salah satunya membuat perasaan sakit hati orang lain dengan diabaikan atau diacuhkan. Selain itu, tingkah laku yang dialami individu juga dapat merugikan bagi dirinya sendiri sehingga menyebabkan individu

¹⁰ Gantina Komalasari..., h. 141.

memiliki perasaan gelisah. Kegelisahan yang dialami individu disebabkan tidak ada ponsel di sekitarnya. Keberadaan ponselnya dapat membuat individu lupa bahwa dirinya bersama orang lain. Oleh karena itu, perilaku laku individu tersebut merupakan perilaku yang tidak baik.

Pendekatan ini sangat berkaitan dengan permasalahan yang individu alami yaitu tentang perubahan tingkah laku. Salah satunya buktinya adalah individu selalu menonton film drakor pada saat sedang makan bersama dengan orang lain dan pada saat sedang berinteraksi berlangsung dan individu selalu memainkan *game* pada saat sedang bersama orang lain. Seharusnya individu lebih bersikap untuk lebih menghargai orang lain dengan tidak menonton film drakor atau memainkan *game* pada saat ada orang lain di sekitarnya. Perilaku tersebut membuat orang lain menjadi tidak suka dengan dirinya, bahkan sampai menimbulkan perasaan sakit hati.

Dalam pendekatan behavioral terdapat beberapa teknik dapat digunakan salah satunya adalah teknik *self management*. Gagasan dasar teknik *self management* adalah bahwa perubahan dapat dihasilkan melalui mengajar individu untuk menggunakan *coping skills* dalam mengatasi masalah. Dalam teknik ini, individu membuat keputusan tentang tingkah laku khusus apa yang dia ingin kontrol atau berubah.¹¹

Teknik *self management* digunakan untuk mengatur aktivitas yang dilakukan individu yang terlalu berlebihan. Dengan demikian, individu dapat mengurangi, menahan, dan mengontrol tingkah laku yang akan dilakukan. Individu dapat menggunakan teknik *self management* untuk mengatur serta mengontrol diri dari tingkah laku yang dialami yaitu menonton drakor pada saat sedang makan bersama orang lain dan memainkan *game* saat orang lain sedang berbicara. Oleh karena itu, individu akan mempunyai sikap menghargai dan menghormati lawan bicaranya.

¹¹ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual...*, h. 205.

Adapun tahap-tahap pendekatan behaviour, yaitu sebagai berikut:

1. Melakukan assessment (*assessment*).
2. Menentukan tujuan (*goal setting*).
3. Mengimplementasikan teknik (*technique implementation*).
4. Evaluasi dan mengakhiri konseling (*evaluation-termination*).¹²

Selain itu, menurut Watson dan Tharp ada beberapa tahapan dalam teknik *self management* yaitu:

1. Memilih tujuan

Tahap awal dimulai dengan menentukan tentang apa yang ingin diubah. Apa-apa yang ingin diubah itu dirumuskan menjadi tujuan-tujuan yang realistis. Tujuan-tujuan itu harus dapat diukur (*measurable*), dapat dicapai (*attainable*), dan bermanfaat bagi individu yang dibantu (konseli).

2. Menerjemahkan tujuan-tujuan ke dalam tingkah-tingkah laku sasaran

Yang menjadi pertanyaan kunci disini adalah “tingkah laku khusus apa yang ingin dikembangkan atau dihilangkan?”

3. Monitoring pribadi

Disini konseli secara sistematis mengamati tingkah laku sendiri. Salah satu caranya adalah dengan membuat *behavioural diary*.

4. Merancang rencana perubahan

Tahap ini dimulai dengan membandingkan antara informasi yang diperoleh melalui monitoring diri sendiri (*self monitoring*) dengan standar tingkah laku khusus konseli. Setelah itu, konseli mengevaluasi tingkat perubahan tingkah lakunya sendiri.

5. Mengevaluasi *action plan*

Evaluasi ini dilakukan secara terus menerus (*ongoing process*) untuk mengetahui tingkat pencapaian tujuan konseli.¹³

Itulah pendekatan yang dapat digunakan berdasarkan permasalahan yang dialami serta tahapan-tahapan yang dapat digunakan. Pendekatan

¹² Gantina Komalasari..., h.157.

¹³ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep...*, h. 205.

behavioral dengan teknik *self management* ini dapat membuat individu memiliki tingkah laku baru yang lebih baik serta dapat mengontrol diri dari perilaku yang merugikan diri sendiri dan orang lain. Oleh karena itu, kehidupan individu akan jauh lebih tenang dari sebelumnya.

Pada responden SZ dengan permasalahan yaitu selalu memprioritaskan pesan yang masuk di dalam ponselnya dibandingkan lawan bicara yang sedang berinteraksi secara langsung, gejala yang dialami individu yaitu merasa cemas karena kurangnya percaya diri sehingga individu lebih mementingkan pesan yang masuk dibandingkan lawan bicaranya. Maka peneliti menyarankan individu untuk menggunakan sebuah pendekatan yaitu pendekatan *Client Centered*.

Pendekatan *Client Centered* merupakan pendekatan yang digunakan untuk menemukan atau menciptakan karakteristik individu yang tidak terbuka menjadi terbuka. Karakteristik tersebut menjadikan individu dapat mengaktualisasikan dirinya sendiri melalui pengalaman yang ada di hidupnya serta individu dapat mengembangkan konsep dirinya secara perlahan. Pendekatan ini dikemukakan oleh Dr. Carl Rogers.

Menurut pendekatan *person centered*, manusia dipandang sebagai insan rasional, makhluk sosial, realistis, dan berkembang. Manusia yang memiliki perasaan negatif dan emosi anti sosial merupakan hasil dari kefrustasian atas tidak terpenuhinya impuls-impuls dasar, ide yang berhubungan dengan hierarki Maslow.¹⁴

Permasalahan yang dialami oleh individu merupakan permasalahan tentang dirinya sendiri, rasa cemas yang dialami individu disebabkan karena adanya sikap kurangnya rasa percaya diri. Individu tidak dapat menemukan karakter dirinya tanpa adanya eksploitasi konsep dirinya. Oleh karena itu, individu harus bisa mengekspresikan perasaan dari pengalamannya secara penuh.

¹⁴ Gantina Komalasari..., h. 262.

Fokus pendekatan *Client Centered* adalah pengalaman individu. Pendekatan ini menekankan kepada kemampuan konseli untuk menentukan hal-hal penting dirinya dan memecahkan masalahnya.¹⁵ Tujuan utama pendekatan *Client Centered* adalah pencapaian kemandirian dan integritas diri.¹⁶

Individu dapat mengemukakan pengalaman dirinya melalui pendekatan ini, salah satu bukti bahwa pendekatan ini sangat cocok mengenai permasalahan yang dialami adalah individu merasa cemas yang disebabkan karena adanya rasa kurang percaya diri untuk melakukan interaksi secara langsung dari tidak terpenuhinya kebutuhan sosial. Rasa cemas yang dialami individu disebabkan karena terbiasanya untuk menggunakan ponsel dibandingkan dengan interaksi sosial, sehingga individu tidak memiliki rasa percaya diri. Selain itu, individu mengalihkan perasaan tersebut kepada ponselnya dengan membalas pesan masuk secara terus menerus.

Dengan adanya pendekatan ini, maka individu akan dapat mengemukakan apa yang selama ini dirasakan secara perlahan. Rasa cemas yang dialami individu akan berkurang atau bahkan menghilang dengan adanya peningkatan rasa percaya diri dalam berinteraksi secara langsung. Oleh karena itu, individu akan bisa untuk menerima orang lain sebagai lawan bicaranya.

Menurut Rogers, mengemukakan 12 tahapan pendekatan client centered, yaitu sebagai berikut:

1. *Konseli datang sendiri untuk meminta bantuan langsung.*
2. *Situasi yang membantu dibangun agar memberi kesempatan kepada konseli untuk mengembangkan selfnya.*
3. *Konselor mendorong konseli untuk mengekspresikan perasaan-perasaannya secara bebas.*

¹⁵ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep...*, h. 157.

¹⁶ Gantina Komalasari..., h. 265.

4. *Konselor menerima, mengakui, dan mengklarifikasi perasaan-perasaan negatifnya.*
5. *Apabila perasaan-perasaan negatifnya telah diekspresikan, kemudian diikuti dengan ekspresi perasaannya yang positif, berarti dia telah mampu mengembangkan selfnya.*
6. *Konselor menerima dan mengakui perasaan-perasaan positif konseli, sama caranya dengan penerimaan dan pengakuannya terhadap perasaan-perasaan negatif konseli. Kondisi ini memberikan kesempatan kepada konseli untuk memahami dirinya seperti apa adanya.*
7. *Pemahaman dan penerimaan terhadap diri (self), merupakan dasar bagi konseli untuk mencapai tingkat integrasi diri yang baru.*
8. *Pemahaman konseli terhadap dirinya memungkinkannya untuk dapat mengambil keputusan atau tindakan.*
9. *Konseli dapat mengambil keputusan atau tindakan yang positif.*
10. *Konseli memiliki pemahaman diri yang lebih mendalam.*
11. *Berkembangnya kegiatan positif konseli, berarti hilangnya perasaan negatif (seperti perasaan takut) pada diri konseli, dan dia lebih percaya diri dalam mengarahkan kegiatan dirinya.*
12. *Apabila konseli merasa tidak perlu lagi terhadap bantuan konselor, berarti proses konseling dapat diakhiri.¹⁷*

Itulah pendekatan yang dapat digunakan berdasarkan permasalahan yang dialami serta tahapan-tahapan yang dapat digunakan. Pendekatan *Client Centered* yang berguna untuk mengenali diri sendiri pada individu yang merasa bahwa dirinya merasa tidak percaya diri terhadap banyak orang. Oleh karena itu, kehidupan individu akan lebih baik apabila dirinya sendiri dapat mengetahui karakteristik dan konsep diri.

Pada permasalahan yang dialami oleh RM berdasarkan hasil wawancara melalui orang tuanya, responden RM mengalami sebuah

¹⁷ Syamsu Yusuf, *Konseling Individual Konsep...*, h. 158-159.

permasalahan dalam bidang pendidikan maupun karir. Wawasan yang dimiliki RM sangat terbatas sehingga kurangnya dalam menangkap informasi. Oleh karena itu, perlu adanya layanan responsif dalam menangani permasalahan yang dialami oleh RM.

Layanan responsif adalah pemberian bantuan kepada peserta didik atau konseli yang menghadapi permasalahan dan memerlukan pertolongan dengan segera, agar peserta didik atau konseli tidak mengalami hambatan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangannya. Strategi layanan responsif diantaranya konseling individual, konseling kelompok, konsultasi, kolaborasi, kunjungan rumah, dan alih tangan kasus (*referral*).¹⁸

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pengertian layanan responsif adalah suatu pemberian bantuan kepada individu yang membutuhkan pertolongan dengan cepat agar permasalahan yang dihadapi segera terselesaikan. Dengan demikian, individu dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya.

Layanan responsif bertujuan untuk membantu peserta didik atau konseli yang sedang mengalami masalah tertentu menyangkut perkembangan pribadi, sosial, belajar, dan karir.¹⁹ Individu akan sangat mengalami permasalahan yang berkaitan dengan pribadi, sosial, belajar, dan karir. Permasalahan tersebut akan mempengaruhi kehidupan serta perkembangan yang sedang berlangsung. Oleh karena itu, untuk dapat menghindari hambatan-hambatan dalam kehidupan sehari-hari maka perlu adanya layanan responsif.

Layanan responsif ini dapat diterapkan oleh responden RM karena berkaitan dengan apa yang sedang dialami oleh responden RM salah satunya dalam bidang karir atau pendidikan. Responden RM memiliki prestasi yang kurang dalam wawasan maupun dalam menangkap informasi

¹⁸ Elly Leo Fara, *Bimbingan Klasikal Yang Aktif dan Menyenangkan*, (Bandung: CV. Rasi Terbit, 2017), h. 72.

¹⁹ Elly Leo Fara, *Bimbingan Klasikal Yang Aktif...*, h. 72.

sehingga dengan adanya layanan responsif ini responden RM dapat menjadi individu yang sangat cepat, aktif, dan cerdas.

Beberapa strategi yang ada di layanan responsif salah satunya adalah konseling individual, peneliti menyarankan untuk menggunakan konseling individual kepada respon RM karena dengan konseling individual dapat secara fokus dan detail dalam memecahkan permasalahan tersebut. Individu dapat mengeksplorasikan dengan jelas permasalahan yang sedang dialaminya.

Konseling individual adalah kunci semua kegiatan bimbingan dan konseling. Dengan menguasai teknik-teknik konseling individual berarti akan mudah menjalankan proses bimbingan dan konseling yang lain. Karena itu, kepada calon konselor disarankan agar menguasai proses dan teknik konseling individual.²⁰

Konseling individual dilakukan oleh konselor dan konseli, dimana keduanya harus mempunyai perjanjian dalam melaksanakan proses konseling. Selain itu, di dalam proses konseling konselor harus menguasai teknik-teknik yang ada dalam konseling dengan baik sehingga keberhasilan proses konseling dipengaruhi oleh konselor yang profesional.

Adapun tahapan konseling individual, yaitu sebagai berikut:

1. Tahap pembukaan (awal), tahap ini merupakan tahap pertama dalam kegiatan konseling individual.
2. Tahap inti kegiatan (pertengahan), tahap ini merupakan tahap pelaksanaan kegiatan konseling.
3. Tahap penutup (pengakhiran), pada tahap ini konseli menyatakan pemantapannya atas keputusan yang diambil.
4. Tindak lanjut (*follow up*), pada langkah follow up ini konselor mengamati sampai sejauh mana yang dilakukan dalam terapi.²¹

²⁰ Sofyan S. Willis, *Konseling Individual...*, h. 159.

²¹ Widia Fauza and Wan Chalidaziah, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Perilaku Agresif Siswa," *Syifaul Qulub: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam* 2, no. 1 (September 9, 2021): 43–52, accessed March 29, 2022, <https://journal.iainlangsa.ac.id/index.php/syifaulqulub/article/view/3236>.

Itulah layanan yang dapat digunakan berdasarkan permasalahan yang dialami serta tahapan-tahapan yang dapat digunakan. Layanan responsif bertujuan untuk mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan pribadi, sosial, maupun karir. Oleh karena itu, individu dapat menjalankan kehidupan sehari-hari dengan baik sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Masa dewasa awal yang mengalami *Syndrome Phubbing* dengan diciptakan nilai-nilai keislaman akan dapat memiliki jiwa-jiwa kerohanian dalam menjalankan kehidupan sehari-hari. *Phubber* cenderung lebih mengabaikan atau mencuekkkan orang, tidak memperhatikan sekitarnya dan kurangnya rasa kepedulian terhadap orang lain.

Hal ini sangat bertentangan dengan salah satu tujuan dari komunikasi yang sebenarnya yaitu terciptanya rasa keharmonisan, saling mengerti, menumbuhkan rasa empati dan simpati. Ketika individu tidak ingin berkomunikasi, maka jangan sesekali individu menunjukkan sikap yang membuat orang lain sakit hati baik karena topik pembahasannya tidak tertarik atau tidak penting, sebaiknya individu harus menyampaikan alasan dengan cara yang baik mengapa dirinya tidak ingin melakukan komunikasi.

Setiap individu memiliki aturan dalam melakukan segala aktivitas termasuk dalam menjalin hubungan di masyarakat, aturan tersebut disebut dengan etika. Etika dapat meliputi sopan santun, menghargai sesama, bersikap jujur, dan lain sebagainya. Dengan demikian, kehidupan individu akan menjadi lebih tentram dan tenang.

Etika terhadap diri sendiri, antara lain:

- 1) Rendah hati dan jujur agar dicintai dan dipercayai.
- 2) Ketika berjalan dengan ramah tanah dan tidak memandang sesuatu larangan.
- 3) Percaya tidak bersikap ‘*ujub*’ (bangga), yaitu menganggap bahwa apa yang dicapai dari usahanya bukan dari Allah, namun hasil dari kerja kerasnya.

4) Bersikap dengan ilmu yang diterima.²²

Dari keempat etika terhadap diri sendiri, individu dapat menerapkannya di dalam kehidupan sehari-hari agar menjadi manusia yang mempunyai akhlatul kharimah. Individu yang mempunyai etika yang baik akan dapat diterima dikalangan masyarakat dan dapat terhindar dari permusuhan.

Adapun adab-adab terhadap kerabat antara lain sebagai berikut:

- 1) Mengetahui hak-hak kekerabatan, yaitu kewajiban menyambung silaturahmi dan tidak boleh memutuskannya.
- 2) Mengunjungi mereka, memberikan hadiah, berkata yang baik, dan berwajah ceria ketika mengunjungi dan bertemu mereka.
- 3) Bersabar atas gangguan mereka dan memaafkan kesalahan mereka.
- 4) Membantu kebutuhan mereka dan bershadaqah kepada mereka yang faqir.
- 5) Memperhatikan petunjuk islam dalam tingkatan prioritas menyambung kekerabatan kepada ibu, lalu bapak, nenek lalu kakek, bibi lalu paman, kemudian yang terdekat.

Sedangkan adab-adab terhadap tetangga dan masyarakat antara lain sebagai berikut:

- 1) Mengetahui hak-hak mereka dan melaksanakannya.
- 2) Beretika dengan adab-adab islam bersama mereka ketika bertemu, yaitu dengan mengucapkan salam, wajah berseri, dan merendahkan suara ketika berbicara dengan mereka.
- 3) Menghormati mereka, berbuat kebaikan kepada mereka, menolong mereka bila mereka membutuhkan bantuan, memenuhi undangan mereka, dan tidak boleh menghadiri acara syirik dan bid'ah.
- 4) Membimbing mereka dengan lemah lembut, ajarkan mereka dengan bertahap dan sabar.

²² Hasan Mas'udi, *Terjemah Kitab Taisirul Khalaq (Tentang Ilmu Akhlak)*, (Jawa Timur: Uwais Inspirasi Indonesia, 2019), h. 5.

- 5) Tidak boleh mengganggu mereka, tidak boleh menyakiti mereka baik dengan lisan, tangan, maupun lainnya, tidak boleh mengunjing (membicarakan aib mereka), tidak mencari-cari kejelekan/kesalahan mereka, dan hendaknya menutupi aib mereka.
- 6) Sabar atas sikap bodoh mereka dan sabar atas gangguan mereka.
- 7) Berusaha menghadapi sikap buruk mereka dengan kebaikan.¹

Itulah beberapa adab-adab apabila bertemu dengan kerabat ataupun masyarakat, adab tersebut dapat dilakukan oleh individu agar mendapatkan sebuah kebaikan dalam menjalin silaturahmi dengan orang lain. Setiap individu mempunyai ciri khas masing-masing dalam menerima sebuah pembicaraan. Oleh karena itu, etika atau adab yang sudah dijelaskan dapat menjadi rujukan untuk menjadi individu yang dapat menghargai orang lain pada saat sedang berlangsungnya pembicaraan.

Adapun faktor pendukung dan penghambat yaitu sebagai berikut:

- Faktor pendukung
 - 1) Peneliti dibantu oleh orang tua untuk meminta izin kepada orang tua responden.
 - 2) Peneliti dibantu oleh teman dalam proses wawancara berlangsung.
 - 3) Responden yang komunikatif, artinya mudah dipahami.
 - 4) Responden dapat bersifat jujur.
 - 5) Responden yang mudah ditemui, sehingga peneliti tidak kesusahan untuk melakukan wawancara.
- Faktor penghambat
 - 1) Responden yang tertutup, sehingga peneliti sangat sulit untuk meminta data atau mewawancarai responden tersebut.
 - 2) Responden yang pasif, sehingga peneliti harus memakan banyak waktu dalam proses wawancara.

¹ Yazid bin Abdul Qadir Jawas, *Adab & Akhlak Penuntut Ilmu*, (Bogor: Pustaka At-Taqwa, 2011), h. 71-74.

- 3) Orang tua responden yang sedang bekerja, sehingga peneliti melakukan wawancara harus menggunakan waktu libur.
- 4) Kurangnya komunikasi, sehingga peneliti mengharuskan untuk menunggu kesiapan responden untuk diwawancarai.
- 5) Responden memiliki sikap yang cuek, sehingga peneliti harus bisa membuat responden untuk mencairkan suasana.
- 6) Tidak ada tenaga konselor yang handal.