

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Gen Z yang lahir pada tahun 1995-2012 (Wijoyo et al., 2020) merupakan kelompok demografi pertama yang sepenuhnya tumbuh dan berinteraksi dalam ekosistem digital. Mereka dikenal sebagai individu yang cenderung adaptif, *multitasking*, intens berinteraksi melalui media sosial, *fast switcher*, *tech-savvy* (Wijoyo et al., 2020), *digital native*, dan *iGeneration* (Maulana et al., 2020; Roberts dkk., 2014; dalam Alfaruqy, 2022) karena sangat mahir dan cepat mengadopsi teknologi modern sejak kecil, sehingga menganggap teknologi adalah budaya global yang sudah menjadi bagian dari hidup. Bahkan, APJII (2024a) mencatat bahwa posisi teratas pengguna internet di Indonesia diraih oleh kelompok Gen Z dengan capaian angka 34,40%. Lebih spesifik lagi, Gen Z dewasa awal yang berusia 20-24 tahun menjadi kelompok yang paling banyak menggunakan *smartphone* sebesar 14,1%, dilanjut oleh rentang usia 25-29 tahun sebesar 13,1%, (APJII, 2020).

Tingkat penetrasi internet di Indonesia telah mencapai angka yang tinggi, yaitu 79,5% (APJII, 2024b), terutama pada daerah urban (82,18%) seperti DKI Jakarta (87,51%), Jawa Barat (85,52%), dan Banten (84,55%). Capaian ini tidak terlepas dari ketersediaan infrastruktur teknologi yang lebih maju (Machmudi, 2024) yang turut mendorong peningkatan kecepatan internet, terutama di kota-kota seperti Depok, Tangerang, Bekasi, dan Jakarta (Sari, 2024). Tingginya angka penetrasi dan kecepatan internet inilah yang menjadi faktor pendorong utama Gen Z semakin terlibat dalam digitalisasi yang membentuk cara berpikir, pola interaksi, dan kemampuan beradaptasi lebih cepat dibanding generasi sebelumnya.

Perbedaan kemampuan penggunaan teknologi ini, pada gilirannya menghasilkan fenomena yang masih menjadi isu hangat di masyarakat, yaitu *generation gap* (Christiani & Ikasari, 2020). Sesuai dengan pengertian dari Gravett dan Throckmorton (2007; dalam Putri et al., 2019), *generation gap* merupakan perbedaan cara berpikir, bersikap, dan bertindak yang terjadi antar generasi

sehingga rentan menimbulkan konflik dalam hal berkomunikasi. Kembali pada Christiani & Ikasari (2020), perbedaan ini terjadi karena setiap generasi lekat dengan nilai-nilai ideal yang berbeda satu sama lain. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian Putri et al., (2019) bahwa perbedaan generasi berpengaruh pada pola komunikasi sebesar 17,64%, dimana Gen X masih sangat mengutamakan komunikasi interpersonal secara langsung. Tidak seperti 70% Gen Z yang cenderung individualis dan sulit melakukan komunikasi verbal langsung (Bridgeworks, 2017; dalam Pichler et al., 2021).

Dalam teorinya, komunikasi interpersonal adalah interaksi verbal maupun nonverbal yang dilakukan secara berbalasan dalam kegiatan tatap muka dan berpusat pada kualitas komunikasi yang terjalin dari masing-masing pribadi (Steward dan D'Angelo, 1980; dalam Harapan & Ahmad, 2016). Komunikasi interpersonal secara khusus mengacu pada komunikasi antara dua orang atau lebih yang dilakukan secara *face-to-face*, menggunakan lima pancaindra, berada dalam jarak fisik yang dekat, dan memperoleh respon secara langsung (Graham, 2001). Bienvenu & Stewart (1976) menganggap komunikasi interpersonal sebagai kemampuan diri untuk memberikan empati, memahami diri maupun orang lain, serta mampu mengendalikan perasaan dan emosinya saat melakukan komunikasi. Lebih lanjutnya, Bienvenu membagi komunikasi interpersonal menjadi sebelas aspek yang terdiri atas keterbukaan diri, kesadaran, evaluasi dan penerimaan umpan balik, ekspresi diri, atensi, mengelola perasaan, kejelasan, penghindaran, dominasi, menangani perbedaan, dan persepsi penerimaan. Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran pesan secara tatap muka antar individu baik melalui verbal maupun nonverbal yang pemberian responnya dilakukan secara langsung pula.

Dalam penelitian ini, komunikasi interpersonal dianalisis secara lebih spesifik pada Gen Z dewasa awal berdasarkan teori Wijoyo yang saat penelitian ini dilakukan (2025) berada dalam rentang usia 18 – 30 tahun. Dewasa awal merupakan peralihan dari usia remaja menuju usia dewasa yang dimulai sejak usia 18 – 40 tahun (Santrock, 2011). Fase transisi ini menjadi periode kritis dalam perkembangan individu, dimana Santrock (2011) menyatakan bahwa pada usia dewasa awal, individu dihadapkan pada kesulitan untuk mengatasi meningkatnya

kemandirian dari orang tua, baik dari segi ekonomi, cara berpikir, bertindak, dan lain sebagainya. Mereka tidak lagi berada di struktur hirarki dalam komunikasinya dengan orang tua, tetapi sudah mulai terjadi penyesuaian pada hubungan komunikasi yang setara. Meski begitu, mereka masih memiliki keterikatan dengan orang tua. Seperti yang ditulis oleh Yoanita (2022), individu yang berusia 18 - 25 tahun dan masih tinggal bersama orang tua biasanya mengalami dinamika transisi kemandirian karena dianggap sudah mampu mengambil keputusan sendiri tetapi masih berada di bawah naungan otoritas orang tua.

Sebagaimana dilaporkan oleh Machfir (2024), bahwa sekitar 60% Gen Z di Indonesia masih bergantung pada orang tua dalam hal finansial, dan 1 dari 4 Gen Z mengaku seluruh kebutuhan hidupnya masih sepenuhnya ditanggung oleh orang tua. Sementara itu, laporan dari Robson (nd) menemukan bahwa mayoritas Gen Z di kawasan Asia, termasuk Indonesia, masih tinggal bersama orang tua mereka dan belum sepenuhnya mandiri secara ekonomi maupun sosial. Faktor ekonomi, budaya kolektivistik, serta tekanan untuk tetap dekat dengan keluarga menjadi penyebab utama mengapa banyak Gen Z tetap berada dalam satu atap dengan orang tua hingga usia dewasa awal. Ketergantungan ini menunjukkan bahwa intensitas interaksi dan komunikasi antara Gen Z dan orang tua masih sangat tinggi dalam kehidupan sehari-hari, sehingga relasi interpersonal di dalam keluarga tetap menjadi aspek penting yang perlu ditelaah, termasuk ketika muncul hambatan komunikasi yang disebabkan oleh penggunaan teknologi.

Dalam dinamika transisi kemandirian ini, komunikasi interpersonal dengan orang tua menjadi sangat vital dan dianggap paling efektif. Penyesuaian peran dari hubungan hirarkis menuju hubungan yang lebih setara membutuhkan interaksi yang sehat dan terbuka. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa hubungan yang positif dengan orang tua masih menjadi sumber dukungan penting dalam menghadapi tantangan masa dewasa awal. Hal ini diperkuat oleh temuan Sugiarto & Soetjiningsih (2021) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial dari orang tua berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis pada individu dewasa awal dalam konteks peristiwa emosional seperti putus cinta. Meskipun konteksnya berbeda, hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa relasi interpersonal yang

hangat dengan orang tua masih berperan penting dalam menjaga stabilitas emosional dan adaptasi individu di usia dewasa awal.

Meskipun demikian, pada realitanya, kualitas komunikasi interpersonal dalam keluarga yang seharusnya membutuhkan kehadiran penuh dan respon timbal balik, kini sering berjalan kurang baik karena ada intervensi oleh teknologi komunikasi (Schramm, 1954; Baran, 2010; dalam Putri et al., 2019). Hal ini semakin memperkuat *generation gap* dalam keluarga karena Gen Z dewasa awal yang lekat dengan komunikasi digital dan gaya hidup *multitasking*, sering kali menggunakan *smartphone* secara simultan saat berinteraksi dengan orang tua yang lebih mengutamakan sopan santun dan fokus penuh (Christiani & Ikasari, 2020). Perbedaan prinsip ini mengarah pada “*love and hate relationship*” karena orang tua merasa masih memiliki otoritas atas anak, tetapi anak sudah menuntut kebebasannya sendiri (Yoanita, 2022). Akibatnya, terjadi perubahan perilaku interaksi individu yang membuat kualitas komunikasinya menurun, penarikan diri dari interaksi keluarga, sikap individualis, dan melakukan pengabaian pada orang lain (Lestari & Priyanggasari, 2022; Sigalingging et al., 2024).

Perubahan ini didukung oleh data yang menunjukkan Indonesia menduduki peringkat pertama sebagai negara dengan durasi penggunaan *smartphone* terlama di dunia (Yonatan, 2023). Khususnya Gen Z yang menggunakan *smartphone* lebih dari 6 jam/hari dengan persentase 35% (Status Literasi Digital Indonesia, 2022) yang tidak jauh berbeda dengan hasil survey APJII (2024) yang menunjukkan waktu penggunaan internet paling banyak adalah 1 - 5 jam/hari. Tingginya intensitas penggunaan teknologi komunikasi ini berdampak pada menurunnya kualitas komunikasi interpersonal. Sebagaimana dalam penelitian Maradoni & Rozali (2022) pada responden berusia 20-30 tahun menunjukkan 61,9% memiliki komunikasi interpersonal yang rendah. Wawancara dalam penelitian Sundari (2019) juga mengungkapkan bahwa penggunaan *smartphone* membuat komunikasi keluarganya menjadi berjarak, anak merasa lebih nyaman bermain *smartphone* di dalam kamar, jarang bertanya pada orang tua karena semua jawaban dapat diakses melalui *smartphone*, serta menyebabkan orang tua merasa diabaikan dan sulit membangun komunikasi yang baik dengan anak. Kondisi ini menjadi kekhawatiran karena penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat membawa konsekuensi

buruk pada interaksi keluarga sebagai lingkungan terdekat individu karena dapat menimbulkan sikap mengabaikan lingkungan sekitar (Ahmad et al., 2024).

Sikap mengabaikan lawan bicara dalam komunikasi tatap muka yang tengah berlangsung karena lebih memilih fokus dengan *smartphone* dikenal sebagai perilaku *phubbing* (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Selanjutnya oleh Doumit et al., (2023) didefinisikan sebagai situasi saat individu lebih memilih bermain *smartphone* saat berada dalam percakapan yang menyebabkan komunikasi interpersonalnya terputus. Berdasarkan beberapa pernyataan di atas, dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* adalah bentuk pengabaian terhadap pihak lain dalam proses komunikasi karena lebih memusatkan perhatiannya pada *smartphone* sehingga dapat menimbulkan perasaan tersinggung. Perilaku ini mencerminkan ketidakmampuan individu untuk menggunakan teknologi secara bijaksana, sehingga timbul perilaku berlebihan dalam penggunaan *smartphone*, sikap mengabaikan interaksi langsung, perilaku *phubbing* yang berulang, mengurangi rasa percaya lawan bicara, renggangnya hubungan, menimbulkan emosi negatif, dan rendahnya kepuasan serta kualitas dalam komunikasi (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016, 2018b; Ilham & Rinaldi, 2019; Lestari & Priyanggasari, 2022).

Perilaku *phubbing* bukan hanya perilaku yang terjadi dalam hubungan pertemanan atau romantis, tetapi juga sangat relevan dalam hubungan keluarga. Seperti yang disampaikan oleh Karadag dkk. (2015) dan Yudha et al., (2016) bahwa *phubber* yang sibuk menggunakan *smartphone* sambil berbicara dengan orang lain mengalami gangguan kualitas komunikasi interpersonal, termasuk dengan keluarga. Pada realitanya, sosialisasi dan peran keluarga berpotensi menurun karena Gen Z dewasa awal sering menghabiskan lebih banyak waktu dengan *smartphone* dibanding berkomunikasi langsung dengan orang tua (Rumata, 2017; Youarti & Hidayah, 2018; Zahra & Wulandari, 2022). Misalnya, anak sering meletakkan *smartphone* di dekatnya agar mudah untuk memeriksa dan dapat membalas pesan sesegera mungkin saat makan (Putri & Rina, 2023). Penelitian Stockdale et al., (2018) turut melaporkan sebanyak 85,5% responden yang berusia 10 - 20 tahun sering melakukan perilaku *phubbing* selama interaksi dengan orang tua, bahkan

mereka tidak sadar bahwa perilaku tersebut sudah lazim terjadi dalam hubungan orang tua-anak mereka.

Di sisi lain, hasil penelitian yang dilakukan oleh Kadylak et al., (2018) dan penjelasan dari Aagaard (2016; dalam Stockdale et al., 2018) menyoroti sudut pandang orang tua yang merasa kurang dihargai terkait penggunaan *smartphone* yang berlebihan oleh anak karena mereka memberikan respon yang tertunda, intonasi yang terkesan tidak alami/kaku/monoton, minim ekspresi tubuh, dan tidak adanya kontak mata. Anak yang melakukan perilaku *phubbing* saat sedang berinteraksi tatap muka dapat mempengaruhi kualitas komunikasi dengan keluarga karena mereka cenderung tidak mendengarkan perkataan lawan bicara dengan baik sehingga harus menyampaikan ulang (Lestari & Priyanggasari, 2022). *Phubber* akan berpura-pura memberi atensi, padahal mata dan fokus mereka tertuju pada *smartphone* sehingga berdampak pada afiliasi yang negatif (Nazir & Bulut, 2019; Youarti & Hidayah, 2018).

Studi terdahulu telah dilakukan oleh Sigalingging et al., (2024) yang meneliti pengaruh perilaku *phubbing* terhadap komunikasi interpersonal pada mahasiswa Universitas Djuanda. Temuannya menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* secara parsial menjadi faktor yang mempengaruhi komunikasi interpersonal sebesar 41,2%, yang berarti semakin tinggi perilaku *phubbing*, akan semakin terganggu kualitas komunikasi interpersonalnya. Serupa dengan penelitian yang dilakukan Mansyur et al., (2023) pada 167 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palopo, terdapat korelasi negatif antara kecanduan *smartphone* dengan hubungan sosial dengan keluarga, sehingga semakin tinggi penggunaan *smartphone* seseorang maka akan semakin rendah hubungan sosial dengan keluarganya. Selanjutnya, studi terdahulu datang dari Hamdiyah (2021) yang meneliti tentang pengaruh perilaku *phubbing* dan intensitas penggunaan media sosial terhadap interaksi sosial mahasiswa ULM. Berdasarkan penelitian tersebut, dapat diketahui bahwa perilaku *phubbing* memberi pengaruh sebesar 6,4% terhadap interaksi sosial mahasiswa angkatan 2018 di Jurusan Ilmu Pendidikan ULM, sedangkan intensitas penggunaan media sosial memberi pengaruh sebesar 5,9%. Mereka mengakui bahwa perilaku *phubbing* saat berkumpul dengan teman-teman adalah hal yang lumrah, meskipun hal tersebut dapat mengganggu komunikasinya.

Penelitian ini berfokus pada pengaruh perilaku *phubbing* pada kualitas komunikasi interpersonal dalam hubungan orang tua-anak, khususnya pada Gen Z dewasa awal yang tinggal bersama orang tua. Hasil penelitian ini penting untuk diketahui agar dapat menjadi tambahan pengetahuan bagi kalangan Gen Z dewasa awal, bahwa rendahnya kualitas komunikasi interpersonal yang disebabkan oleh perilaku *phubbing* saat interaksi tatap muka dapat memberikan dampak negatif pada hubungan orang tua-anak sehingga sebisa mungkin untuk dihindari dengan membatasi penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan lebih memprioritaskan kehadiran dalam interaksi tatap muka. Selain itu, penelitian tentang pengaruh perilaku *phubbing* terhadap kualitas komunikasi interpersonal dalam hubungan orang tua dan anak dewasa awal yang tinggal serumah dalam fenomena *generation gap* masih sangat minim dilakukan karena fenomena *generation gap* lebih banyak dibahas dalam lingkungan pekerjaan atau organisasi.

Lebih dari itu, penelitian tentang perilaku *phubbing* lebih banyak terfokus pada hubungan romantis, teman sebaya, atau mahasiswa, sementara dampaknya terhadap komunikasi interpersonal dalam hubungan orang tua-anak masih minim diteliti. Padahal, Thomas & Hovick (2021) menunjukkan bahwa dewasa awal masih menjalin komunikasi interpersonal yang aktif dengan orang tua mereka, mengindikasikan pentingnya kualitas komunikasi interpersonal dalam hubungan ini. Fokus pada individu yang masih tinggal bersama orang tua juga memberikan keunikan, karena intensitas interaksi tatap muka harian mereka lebih tinggi, membuat dampak langsung dari *phubbing* terhadap komunikasi interpersonal menjadi lebih jelas dan terasa. Oleh karena itu, lewat penelitian ini, penulis tertarik untuk melihat apakah terdapat pengaruh perilaku *phubbing* terhadap kualitas komunikasi interpersonal dengan orang tua pada Gen Z yang masih tinggal bersama orang tua di wilayah Jabodetabek.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pemaparan pada latar belakang di atas, terdapat beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi, yaitu:

- a. Terdapat perbedaan karakteristik yang signifikan antara Gen Z dengan generasi sebelumnya terkait penggunaan teknologi.

- b. Perbedaan kemampuan penggunaan teknologi menciptakan *generation gap* yang mengganggu komunikasi interpersonal antara anak dengan orang tua.
- c. Adanya penurunan kualitas komunikasi interpersonal dalam keluarga karena distraksi *smartphone*.

1.3. Pembatasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini hanya membahas terkait pengaruh perilaku *phubbing* terhadap kualitas komunikasi interpersonal dengan orang tua pada Gen Z yang tinggal bersama dengan orang tua di wilayah Jabodetabek. Penulis tidak akan membahas pengaruh *phubbing* di luar hubungan keluarga.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh perilaku *phubbing* terhadap kualitas komunikasi interpersonal dengan orang tua pada Gen Z yang tinggal bersama dengan orang tua di wilayah Jabodetabek?”

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dilakukannya penelitian ini adalah “Untuk mengetahui pengaruh perilaku *phubbing* terhadap kualitas komunikasi interpersonal dengan orang tua pada Gen Z yang tinggal bersama dengan orang tua di wilayah Jabodetabek.”

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian diharapkan mampu memberikan kontribusi pengetahuan baru kepada peneliti selanjutnya ataupun pembaca tentang pengaruh perilaku *phubbing* gen Z terhadap kualitas komunikasi interpersonal dengan orang tua.

- b. Hasil penelitian diharapkan mampu memperkaya literatur dalam bidang psikologi sosial terutama dalam konteks penggunaan teknologi dan komunikasi interpersonal.

1.6.2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian diharapkan mampu membantu meningkatkan kesadaran masyarakat sekitar terutama generasi z tentang dampak negatif *phubbing* terhadap kualitas komunikasi interpersonal dengan orang tua.
- b. Hasil penelitian diharapkan mampu meningkatkan kualitas hubungan sosial dan kesejahteraan mental individu dengan mengurangi dampak negatif dari perilaku *phubbing*.

