

FENOMENA PHUBBING DALAM KOMUNIKASI ANTAR PRIBADI BAGI GENERASI MUDA

Wulan Purnama Sari¹, Yesha Lady Ta², Josephine Kayla Riwanda³ & Lydia Irena⁴

¹Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: wulanp@fikom.untar.ac.id

ABSTRACT

Increasing from 2018, internet users in Indonesia have grown by 54.25% in early 2022, reaching 204.7 million users. This escalation in the number of internet users is also directly proportional to the increase in the number of social media users. There are now 191.4 million users of social media platforms, growing by 12.6% compared to the previous year. Various aspects of life are made easier by social media. However, in line with its good benefits, social media also has various negative impacts on human life, especially the younger generation. Excessive cell phone use can reduce the ability to connect, influence others, and therefore have a negative impact on interpersonal relationships. Instead of focusing on the person they are talking to, the younger generation tends to engage in phubbing or actions that insult someone in a social environment by looking at their cell phone when interacting with other people. Therefore, the solution to the problem above is exposure to the younger generation, in this case Santo Yakobus High School students, regarding overcoming phubbing in order to optimize interpersonal communication. PKM is carried out using the seminar method. This method is applied as the most effective form of socialization to overcome phubbing to optimize interpersonal communication, where discussions can be held with students, and ends with suggestions and evaluation. The mandatory output of this research is the proceedings at a scientific meeting, while the additional output is the recording of IPR. The results of the questionnaire showed that PKM activities were successful in increasing YAKobos High School students' understanding of the phubbing phenomenon and how to overcome it.

Keywords: interpersonal communication, phubbing, young generation

ABSTRAK

Meningkat dari tahun 2018, pengguna internet di Indonesia telah bertumbuh sebesar 54,25% di awal tahun 2022 yakni mencapai 204,7 juta pengguna. Eskalasi jumlah pengguna internet ini juga berbanding lurus dengan peningkatan jumlah pengguna media sosial. Pengguna platform media sosial kini terdapat sebanyak 191,4 juta orang, bertumbuh sebesar 12,6% dibanding dengan tahun sebelumnya. Berbagai aspek kehidupan dipermudah oleh media sosial. Meskipun demikian, sejalan dengan manfaatnya yang baik, media sosial juga memunculkan beragam dampak negatif dalam kehidupan manusia, terutama generasi muda. Penggunaan ponsel yang berlebihan dapat menurunkan kemampuan untuk berhubungan, mempengaruhi orang lain, dan oleh karena itu berdampak negatif pada hubungan interpersonal. Alih-alih fokus terhadap lawan bicara, generasi muda cenderung melakukan phubbing atau tindakan yang menghina seseorang dalam lingkungan sosial dengan melihat ponsel ketika sedang berinteraksi dengan orang lain. Maka dari itu, solusi dari permasalahan di atas adalah pemaparan terhadap generasi muda, dalam hal ini siswa SMA Santo Yakobus, terkait mengatasi phubbing agar dapat mengoptimalkan komunikasi antarpribadi. PKM dilaksanakan dengan metode seminar. Metode ini diaplikasikan sebagai bentuk yang paling efektif dalam sosialisasi mengatasi phubbing untuk optimalisasi komunikasi antarpribadi, di mana di dalamnya dapat dilakukan diskusi dengan siswa, serta diakhiri dengan saran dan evaluasi. Luaran wajib dari penelitian ini adalah prosiding dalam temu ilmiah, sedangkan luaran tambahannya adalah pencatatan HKI. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa kegiatan PKM berhasil dalam meningkatkan pemahaman para siswa SMA YAKobos mengenai fenomena phubbing dan cara mengatasinya.

Kata kunci: komunikasi antarpribadi, phubbing, generasi muda

1. PENDAHULUAN

Manusia dalam peradaban digital kini begitu erat kesehariannya dengan media sosial dan apapun yang ponsel pintarnya sajikan dalam kehidupannya. Meningkat dari tahun 2018, pengguna internet di Indonesia telah bertumbuh sebesar 54,25% di awal tahun 2022 yakni mencapai 204,7 juta pengguna (DataBoks, 2022). Eskalasi jumlah pengguna internet ini juga berbanding lurus dengan peningkatan jumlah pengguna media sosial. Pengguna platform media sosial kini terdapat sebanyak 191,4 juta orang, bertumbuh sebesar 12,6% dibanding dengan

tahun sebelumnya (Hootsuits, 2022). Berbagai aspek kehidupan dipermudah oleh media sosial, seperti berinteraksi jarak jauh, bersosialisasi dengan harga yang cenderung tidak mahal, serta mendapatkan keuntungan ekonomi jika dimanfaatkan dengan maksimal.

Meskipun demikian, sejalan dengan manfaatnya yang baik, media sosial juga memunculkan beragam dampak negatif dalam kehidupan manusia, terutama generasi muda. Penelitian menemukan bahwa siswa menjadi cemas apabila ia jauh dari ponselnya dan mengalami stress setelah penggunaan ponsel yang (Beranuy et al., 2009). Ergün, Göksu, Sakız (2019) menambahkan bahwa penggunaan yang berlebihan ini dapat menyebabkan kesulitan psikologis dan merusak hubungan sosial atau komunikasi antarpribadi (Ergün et al., 2020). Penggunaan ponsel yang berlebihan juga dapat menurunkan tingkat kontak mata dan melemahkan kemampuan untuk berhubungan, mempengaruhi orang lain, dan oleh karena itu berdampak negatif pada hubungan interpersonal (Karadağ et al., 2016). Faktanya, 87% anak muda lebih suka berkirim pesan daripada terlibat dalam komunikasi tatap muka (*Stop Phubbing*, n.d.).

Tindakan menghina seseorang dalam lingkungan sosial dengan melihat ponsel alih-alih memperhatikan ini disebut sebagai *phubbing* (*Stop Phubbing*, n.d.). Tindakan *phubbing* ini sering dimaknakan sebagai tindakan yang tidak sopan, kasar, dan perilaku yang tidak pantas secara sosial (T'ng et al., 2018; Vanden Abeele et al., 2016). Generasi muda mengakui bahwa mereka sering melakukan *phubbing* meskipun mereka menganggap perilaku tersebut menjengkelkan dan tidak sopan (Aagaard, 2020). Faktor-faktor yang menyebabkan *phubbing* ini antara lain kecanduan ponsel, kecanduan internet, kecanduan media sosial, kecanduan game seluler, depresi, dan nomofobia, perasaan takut ketika tidak bisa menggunakan ponsel (Afdal et al., 2019). Literatur terdahulu juga mengungkapkan bahwa kecanduan teknologi, seperti *smartphone*, media sosial, kebosanan, takut ketinggalan (FOMO/*fear of missing out*), dan kurangnya kontrol diri memprediksi perilaku *phubbing* (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019). Maka dari itu, solusi dari permasalahan di atas adalah pemaparan terhadap generasi muda, dalam hal ini siswa SMA Santo Yakobus, terkait mengatasi *phubbing* agar dapat mengoptimalkan komunikasi antarpribadi.

Mitra pada PKM ini adalah SMA Santo Yakobus. Sekolah ini berlokasi di Jl. Pegangsaan Dua No.12, RT.13/RW.3, Pegangsaan Dua, Kec. Klp. Gading, Jakarta, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 14250. Sekolah ini merupakan sekolah Katolik yang berdiri pada tanggal 23 Agustus 1989, di bawah naungan Paroki Kelapa Gading, Gereja Santo Yakobus. Dalam situs web sekolah tertera bahwa salah satu misi yang dimiliki SMA Santo Yakobus adalah memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk mendapatkan pendidikan yang berkualitas dan berkesinambungan. Melalui logo sekolah Santo Yakobus (Gambar 2) juga tergambar buku terbuka yang melambangkan sikap terbuka untuk senantiasa belajar dalam kehidupan dan peka terhadap kebutuhan sesama, serta siap dalam menghadapi tuntutan zaman.

Gambar 1

Sekolah Santo Yakobus



Gambar 2

Logo Sekolah Santo Yakobus



ST · YAKOBUS

Sebagai mitra, SMA Santo Yakobus menginginkan agar siswanya dapat selalu memperoleh pendidikan yang terbaik agar dapat siap menghadapi perkembangan dan tantangan zaman. Berdasarkan analisis situasi, *phubbing* kini kerap terjadi di kalangan generasi muda, yang mana hal ini dapat menurunkan kualitas komunikasi antarpribadi dan hubungan sosial mereka. Maka dari itu, tim PKM bertujuan untuk mengadakan pemaparan untuk mengatasi *phubbing* agar dapat meningkatkan komunikasi antarpribadi siswa SMA Santo Yakobus.

Topik PKM "Mengatasi *Phubbing* untuk Optimalisasi Komunikasi Antarpribadi di SMA Santo Yakobus" terkait dengan Peta Jalan PKM dengan isu strategis yakni merebaknya berbagai masalah di dalam masyarakat informasi. Dengan luapan informasi di kanal digital, siswa cenderung berkecukupan dengan media sosial dan telepon genggam pintar yang ia miliki. PKM ini diharapkan mampu mendorong dan menginspirasi siswa SMA Santo Yakobus untuk dapat mengatasi *phubbing* agar komunikasi antarpribadi dapat berjalan secara optimal. Topik PKM ini juga dapat memperkuat kualitas komunikasi masyarakat informasi, serta merupakan bagian komunikasi dalam perspektif multidisipliner.

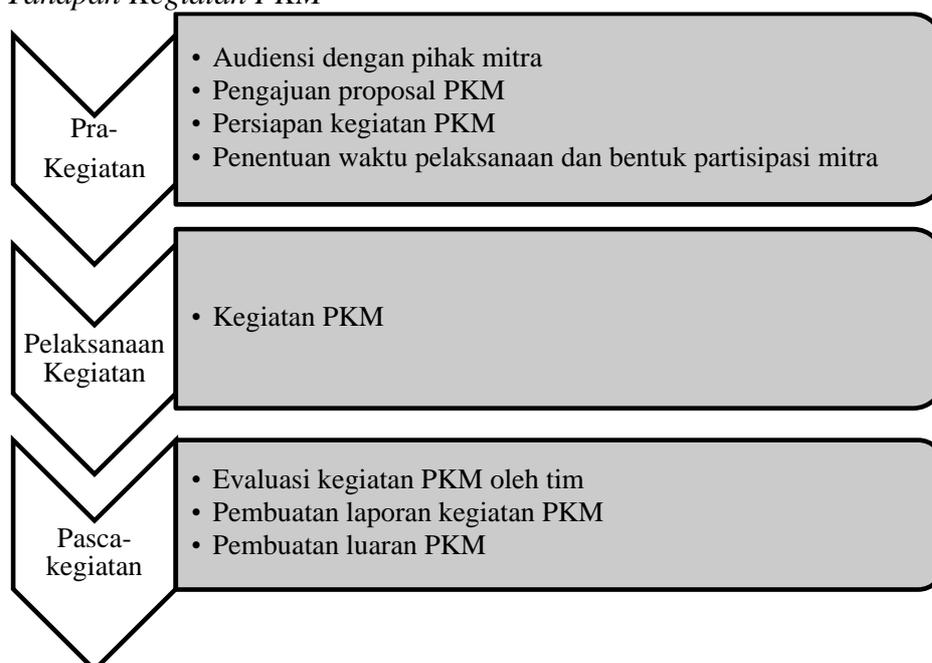
Berdasarkan identifikasi permasalahan di atas, maka solusi yang diberikan oleh pengabdian:

1. Pemberian materi mengenai "Mengatasi *Phubbing* untuk Optimalisasi Komunikasi Antarpribadi di SMA Santo Yakobus"
2. Melakukan diskusi untuk mengetahui kesulitan dan tantangan yang dihadapi oleh siswa SMA Santo Yakobus dalam mengatasi *phubbing* dan optimalisasi komunikasi antarpribadi
3. Mengevaluasi diri terkait kecenderungan *phubbing* yang membuat komunikasi antarpribadi tidak berlangsung dengan maksimal

2. METODE PELAKSANAAN PKM

Bagian ini diperuntukkan untuk menjadi panduan bagi tim PKM dalam melaksanakan kegiatan PKM, serta melakukan transfer dari solusi yang ditawarkan oleh tim kepada mitra. Berikut adalah bagan alir kegiatan PKM yang menjelaskan tahapan dalam metode pelaksanaan kegiatan:

Gambar 3
Tahapan Kegiatan PKM



Kegiatan PKM ini dibagi menjadi tiga tahap utama yaitu pra kegiatan, pelaksanaan kegiatan, dan pasca kegiatan. Tahap pra kegiatan diawali dengan melakukan audiensi dengan mitra. Hal ini perlu dilakukan untuk memberikan pengesahan untuk usulan kegiatan PKM yang akan dilaksanakan sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh mitra. Tim memberikan usulan atau solusi kepada mitra, yang kemudian diajukan dalam bentuk proposal kegiatan PKM. Setelah proposal disetujui oleh pihak mitra, kemudian diajukan untuk mendapatkan dana hibah PKM. Pihak tim dan mitra juga melakukan diskusi untuk menentukan waktu pelaksanaan kegiatan PKM.

Tahap kedua merupakan tahap pelaksanaan. Pada tahap ini, kegiatan PKM dilakukan dalam bentuk memberikan pelatihan, mulai dari materi dan juga sesi diskusi mengenai cara mengenali dan mengatasi fenomena *phubbing* dalam upaya optimalisasi komunikasi antarpribadi di SMA Santo Yakobus. Pelaksanaan kegiatan PKM ini melibatkan tim dosen dan mahasiswa dari Fikom Untar. Pada tahap pelaksanaan ini juga dilakukan pengukuran secara sederhana untuk menilai keberhasilan dari kegiatan pelatihan yang telah dilaksanakan.

Tahap ketiga mencakup evaluasi kegiatan, pembuatan laporan PKM serta pembuatan luaran. Evaluasi dilakukan dengan cara menghitung hasil kuesioner yang disebarkan sebelum dan setelah pelaksanaan kegiatan PKM. Hasil kegiatan dan evaluasi, kemudian disusun dalam bentuk laporan. Luaran pada kegiatan PKM ini berupa publikasi di jurnal ilmiah dan pembuatan poster untuk diajukan HKI.

Sebagai bentuk kerjasama dan persetujuan dalam kegiatan ini, mitra yang dalam hal ini adalah SMA Santo Yakobus memberikan partisipasi dalam beberapa bentuk. Pertama, pemberian surat persetujuan sebagai mitra. Kedua menyediakan waktu dan tempat untuk pelaksanaan kegiatan PKM. Mitra juga memastikan siswa-siswi yang turut serta dalam kegiatan PKM. Seusai kegiatan PKM, mitra berperan aktif dalam memberikan umpan balik terkait perkembangan yang dialami oleh siswa-siswi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 13 Oktober 2023, pemilihan tanggal ini sebelumnya telah didiskusikan terlebih dahulu dengan pihak mitra dan menyesuaikan dengan jadwal murid SMA Santo Yakobus yang menjadi khalayak pada acara ini. Kegiatan PKM secara garis besar dibagi menjadi dua sesi utama, pertama merupakan sesi pemaparan materi dari tim PKM, dan sesi kedua dilanjutkan dengan sesi diskusi dan pertanyaan. Sebelum memulai sesi pemaparan materi, siswa diminta untuk mengisi angket melalui link google form, hal ini dilakukan dengan tujuan untuk melakukan pengukuran atas kegiatan PKM yang dilakukan, dalam artian untuk mengetahui apakah kegiatan PKM membawa peningkatan wawasan kepada para siswa SMA Yakobus.

Sesi pemaparan materi dilakukan dengan berfokus pada pengertian dari fenomena *phubbing*, penyebab yang menjadi pemicu munculnya fenomena *phubbing* ini, efek yang ditimbulkan dari fenomena ini, dan bagaimana solusi untuk mengatasi fenomena tersebut. Fenomena *phubbing* sendiri secara sederhana dapat diartikan sebagai fenomena dimana individu memiliki sikap cenderung mengabaikan orang lain atau orang disekitarnya dikarenakan terlalu sibuk atau berfokus pada gadget atau dengan kata lain menunjukkan perilaku anti sosial dikarenakan gadget (Boestam & Derivanti, 2022; Ratnasari & Dwi Oktaviani, 2020). Dampak *phubbing* sendiri dapat dikategorikan ke dalam tiga jenis, yaitu: fisik, psikis, dan sosial. Secara fisik dapat menimbulkan sakit kepala dan ketegangan pada otot. Pada psikis, fenomena *phubbing* dapat menyebabkan kecemasan, depresi, kesepian. Dampak sosialnya dari adanya fenomena ini adalah menyebabkan kurangnya komunikasi dengan individu lainnya (Farkhah et al., 2023).

Gambar 4

Dokumentasi Sesi Pemaparan Materi



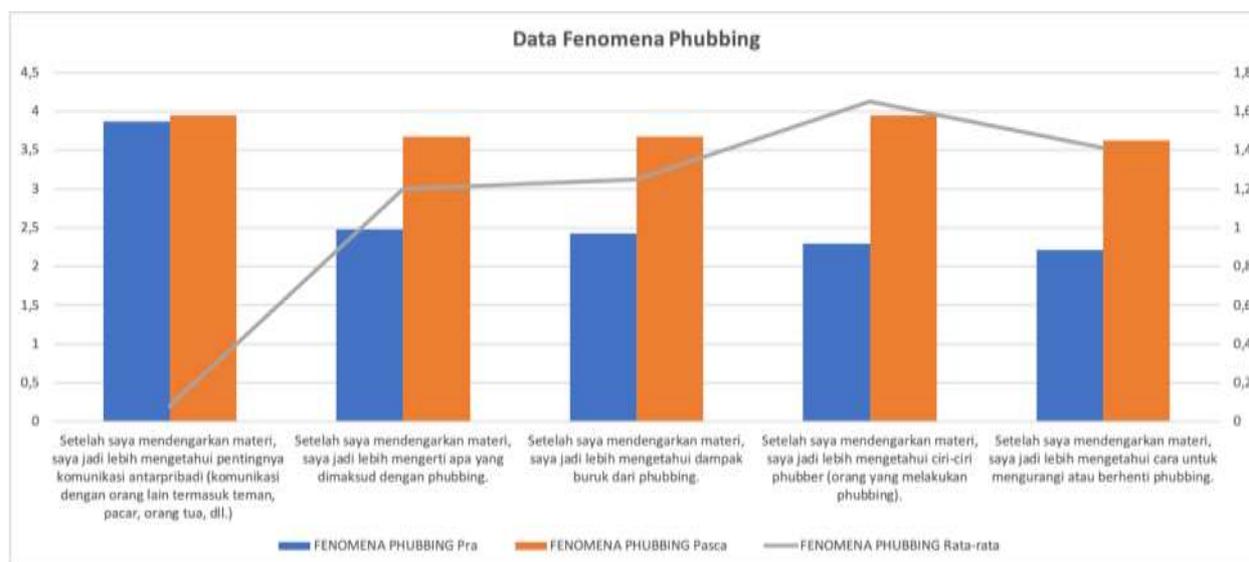
Sumber Gambar: Dokumentasi Tim PKM

Setelah menyelesaikan sesi pemaparan, kegiatan PKM dilanjutkan dengan sesi diskusi dan pertanyaan. Pada sesi ini siswa aktif mengajukan pertanyaan. Pertanyaan yang diajukan berfokus pada kekhawatiran yang dimiliki para siswa mengenai pemakaian smartphones khusus

media sosial, karena sebagai generasi muda mereka tidak dapat lepas dari media sosial, mereka memiliki rasa *fear of missing out* (FOMO) bila tidak mengetahui apa yang sedang menjadi tren di media sosial. Sementara disisi lain, para siswa juga tidak ingin sampai menjadi phubber atau melakukan aktivitas *phubbing*. Oleh karenanya, tim memberikan masukan bahwa setiap individu, dalam hal ini para siswa harus memiliki kesadaran atas apa yang mereka lakukan. Siswa harus dapat mengontrol pemakaian gadget sehingga jangan sampai terjadi kegiatan *phubbing*.

Setelah menyelesaikan sesi diskusi dan pertanyaan, para siswa diminta kembali untuk mengisi survei post test melalui link google form. Di era globalisasi yang didukung oleh kemajuan teknologi dan perkembangan yang semakin *modern*, mempengaruhi cara masyarakat dalam berkomunikasi. Masyarakat tidak perlu lagi bertemu lawan bicaranya untuk menyampaikan pesan. Hal ini dikarenakan munculnya alat komunikasi yang canggih seperti: *smartphone*, tablet, laptop, dan *smartwatch*. Kehadiran media baru seperti *smartphone*, tablet, laptop, dan *smartwatch* yang berbasis internet sudah menjadi kebutuhan pokok masyarakat *modern*. Hal ini didukung oleh harga *gadgets* yang terjangkau. Namun salah satu dampak negatif dari perkembangan globalisasi yang berbasis internet tersebut adalah fenomena *phubbing*. *Phubbing* adalah kata singkatan dari *phone* dan *snubbing*. Fenomena *phubbing* merupakan sikap menyakiti lawan bicara dengan menggunakan *smartphone* yang berlebihan (Hanika, 2015)

Gambar 5
Data Fenomena Phubbing



Sumber Gambar: Tim PKM

Dalam seminar yang diselenggarakan pada tanggal 13 Oktober 2023 di SMA St.Yakobus, peserta diberi pemaparan materi mengenai fenomena *phubbing*. Pada seminar tersebut, peserta mengisi data kuesioner mengenai pra dan pasca topik seminar yang diberikan. Pada kuesioner tersebut, terdapat lima pertanyaan mengenai materi yang akan disampaikan. Pertanyaan pertama adalah pentingnya komunikasi antar pribadi. Pada pra kuesioner, hasil data yang dikumpulkan adalah 3.87 dan pasca seminar menjadi 3.95. Pada pertanyaan ini pembicara ingin mengetahui mengenai pentingnya komunikasi antar pribadi yang dilakukan. Terbukti melalui data dengan kenaikan 0.08, pendengar menjadi lebih menyadari akan pentingnya komunikasi

antar pribadi yang dilakukan, komunikasi antar pribadi adalah proses timbal balik secara lisan maupun tertulis yang melibatkan satu orang atau lebih (Devito, 2019)

Pertanyaan kedua adalah pengertian fenomena *phubbing*. Pada pra kuesioner, hasil data yang dikumpulkan adalah 2.48 dan pengisian kuesioner pasca seminar menjadi 3.69. Dengan kenaikan angka mencapai 1.3, pendengar menjadi paham akan adanya fenomena *phubbing* yang terjadi di masyarakat. Pertanyaan ketiga adalah dampak buruk fenomena *phubbing*. Pada data yang dimiliki, pendengar kurang mengetahui dampak buruk dari fenomena *phubbing*, Hal ini ditunjukkan dengan nilai 2.43, dan pasca seminar menjadi 3.68. Dengan kenaikan mencapai 1.25 pendengar menjadi paham mengenai dampak buruk pada fenomena *phubbing*. Hal ini dikarenakan, melalui fenomena *phubbing* seorang individu dapat dikatakan memiliki ketergantungan terhadap penggunaan *smartphone*. Ketergantungan tersebut pada akhirnya menjadikan seorang individu teralienasi dan berada dalam bingkai kehidupannya sendiri (Hanika, 2015)

Pertanyaan keempat adalah ciri-ciri seorang *phubber*. *Phubber* adalah istilah yang diberikan kepada seorang individu yang melakukan *phubbing*. Seorang *phubber* akan mencari berbagai alasan untuk melakukan *phubbing*. Hal ini menyebabkan komunikasi yang seharusnya berasal dari hati menjadi dari jari. Fenomena *phubbing* sudah semakin populer di masyarakat *modern* khususnya perkotaan sebagai dampak negatif dari *smartphone*. Gangguan sosial seperti *phubbing* tersebut, menjadikan lawan bicara menjadi tidak dihargai. Hubungan antara *phubber* dan korban *phubbing* juga semakin merenggang (Hanika, 2015). Hal ini terbukti pada data pra seminar menunjukkan angka 2.3 dan setelah seminar menjadi 3.95. Dengan kenaikan 1.65 pendengar menjadi paham mengenai ciri-ciri seorang *phubber*. Pertanyaan kelima adalah cara untuk mengurangi atau berhenti melakukan *phubbing*. Dari data yang dikumpulkan, pra seminar terakumulasi 2.22 dan pasca seminar menjadi 3.63. Dengan peningkatan angka 1.41 pendengar menjadi paham mengenai cara untuk mengurangi kebiasaan *phubbing* yang sering terjadi.

Berdasarkan seminar yang telah dilakukan dan pengumpulan data berupa kuesioner, pembicara dapat menyimpulkan bahwa seminar tersebut terselenggarakan dengan baik. Hal ini dikarenakan adanya penambahan nilai terhadap setiap sub materi yang diberikan dengan rata-rata 1.118 yang membuktikan bahwa pendengar mengerti dan memahami mengenai fenomena *phubbing* yang terjadi di masyarakat

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang dapat diperoleh melalui kegiatan PKM ini adalah masih kurangnya pemahaman generasi muda, para siswa mengenai fenomena *phubbing* yang sedang menjadi tren saat ini. Kegiatan PKM ini berhasil memberikan wawasan baru kepada para siswa SMA Yakobus dalam hal pemanfaatan gadget dalam kaitannya dengan fenomena *phubbing*.

Rekomendasi yang diberikan oleh tim adalah dilaksanakan kegiatan lanjutan kepada para siswa di SMA Yakobus mengenai literasi digital, khususnya dalam kaitannya dengan media sosial, *hate speech*, dan berita *hoax*.

Ucapan Terima Kasih (Acknowledgement)

Ucapan terima kasih berikan kepada LPPM Untar selaku pemberi dana hibah, sehingga kegiatan PKM ini dapat terlaksana dengan baik. Kemudian, ucapan terima kasih juga diberikan kepada pihak mitra SMA Santo Yakobus dan asisten mahasiswa dari Fikom Untar.

REFERENSI

- Aagaard, J. (2020). Digital akrasia: a qualitative study of phubbing. *AI and Society*, 35(1). <https://doi.org/10.1007/s00146-019-00876-0>
- Afdal, A., Alizamar, A., Ifdil, I., Ardi, Z., Sukmawati, I., Zikra, Z., Ilyas, A., Fikri, M., Syahputra, Y., & Hariyani, H. (2019). *An Analysis of Phubbing Behaviour: Preliminary research from counseling perspective*. <https://doi.org/10.2991/icetep-18.2019.65>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2). <https://doi.org/10.1002/hbe2.137>
- Beranuy, M., Oberst, U., Carbonell, X., & Chamarro, A. (2009). Problematic Internet and mobile phone use and clinical symptoms in college students: The role of emotional intelligence. *Computers in Human Behavior*, 25(5). <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.03.001>
- Boestam, A. B., & Derivanti, A. Des. (2022). Komunikasi Digital Dan Perubahan Sosial. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 6(4), 2598–9944. <https://doi.org/10.58258/JISIP.V6I4.4032>
- DataBoks. (2022). Ada 204,7 Juta Pengguna Internet di Indonesia Awal 2022. In *DataBoks*.
- Devito, J. A. (2019). *The Interpersonal Communication Book (FIFTEENTH EDITION)*. Pearson Education, Inc. <https://lccn.loc.gov/2017037905>
- Ergün, N., Göksu, İ., & Sakız, H. (2020). Effects of Phubbing: Relationships With Psychodemographic Variables. *Psychological Reports*, 123(5). <https://doi.org/10.1177/0033294119889581>
- Farkhah, L., Saptiyani, P. M., Syamsiah, R. I., & T, H. Ginanjar. (2023). Dampak Perilaku Phubbing: Literatur Review. *Jurnal Keperawatan Komplementer Holistic*, 1(2), 1–18. <https://journalhadhe.com/index.php/jkkhc/article/view/12>
- Hanika, I. M. (2015). FENOMENA PHUBBING DI ERA MILENIA (Ketergantungan Seseorang pada Smartphone terhadap Lingkungannya). *Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), 42–51. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/ijfst.%v.%i.141-150>
- Hootsutes. (2022). Digital 2022 Indonesia. In *Hootsutes*.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2016). The Virtual World's Current Addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2). <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Ratnasari, E., & Dwi Oktaviani, F. (2020). Phubbing Behavior In Young Generation. *Metakom*, 4(1), 89–104. <https://doi.org/10.23960/METAKOM.V4I1.82>
- Stop Phubbing*. (n.d.). Retrieved August 7, 2023, from <https://web.archive.org/web/20120901204042/http://stopphubbing.com/>
- T'ng, S. T., Ho, K. H., & Low, S. K. (2018). Are you “phubbing” me? The Determinants of Phubbing Behavior and Assessment of Measurement Invariance across Sex Differences. *International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 7(2). <https://doi.org/10.17583/rimcis.2018.3318>
- Vanden Abeele, M. M. P., Antheunis, M. L., & Schouten, A. P. (2016). The effect of mobile messaging during a conversation on impression formation and interaction quality. *Computers in Human Behavior*, 62. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.005>