

# PERAN GAYA KELEKATAN TIDAK AMAN TERHADAP PHUBBING PADA REMAJA DI JAKARTA DENGAN *PROBLEMATIC SOCIAL MEDIA USE* SEBAGAI MODERATOR

Nicholas Octavianus Naftali<sup>1</sup> & Rostiana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta  
Email: [nicholas.705200078@Stu.untar.ac.id](mailto:nicholas.705200078@Stu.untar.ac.id)

<sup>2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara Jakarta  
Email: [rostiana@fpsi.untar.ac.id](mailto:rostiana@fpsi.untar.ac.id)

Masuk : 27-11-2023, revisi: 07-01-2024, diterima untuk diterbitkan : 12-07-2024

## ABSTRACT

*The use of the internet has become increasingly prevalent since the pandemic. Particularly through smartphones that provide internet access. This has given rise to a phenomenon known as "phubbing," where an individual chooses to interact with their smartphone rather than with other people. This behavior can negatively impact social relationships, work, studies, and other important tasks. One suspected cause of phubbing is excessive use of social media. This study examines problematic internet use as a potential moderator in this context. The study involved 391 participants aged between 12 and 19 years. A quantitative method with non-probability sampling was used. The measurement tools included the Phubbing Scale, The Experiences in Close Relationships-Relationship Structure (ECR-RS), and the Social Media Addiction Scale. The results indicate that, overall, insecure attachment styles contribute to phubbing, with an F-statistic of  $F_{\text{calculated}} > F_{\text{table}}$  ( $9.682 > 3.865$ ), and  $(p) < 0.001$ . Problematic Social Media Use (PSMU) also plays a significant moderating role with an F-statistic of  $F_{\text{calculated}} > F_{\text{table}}$  ( $85.571 > 3.865$ ), and  $(p) < 0.001$ . However, only the anxious attachment dimension was found to influence phubbing, while avoidant attachment did not.*

**Keywords:** *insecure attachment style, phubbing, problematic social media use*

## ABSTRAK

Penggunaan internet semakin merajalela semenjak adanya pandemi. Salah satunya adalah penggunaan *smartphone* atau telepon pintar yang memiliki akses terhadap internet. Hal ini memunculkan suatu fenomena yang disebut *phubbing*, kondisi dimana seseorang memilih untuk berinteraksi dengan *smartphone* dibandingkan dengan individu lain. Hal ini tentu menimbulkan dampak negatif sehingga dapat mengorbankan hubungan sosial, pekerjaan, studi, dan tugas penting lainnya. Salah satu faktor yang diduga sebagai penyebab *phubbing* adalah penggunaan media sosial yang berlebihan. Penggunaan internet ini yang menjadi masalah atau tidak sehat ternyata juga diduga turut berperan, dan pada penelitian ini diangkat sebagai moderator. Penelitian ini melibatkan 391 partisipan dengan rentang usia 12-19 tahun. Metode yang digunakan penelitian adalah kuantitatif dengan *non-probability sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah *Phubbing Scale*, *The Experiences in Close Relationships-Relationship Structure (ECR-RS)* dan *Social Media Addiction Scale*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan gaya kelekatan tidak aman berperan terhadap *phubbing* dengan F hitung sebesar F hitung > F tabel ( $9.682 > 3.865$ ),  $(p) < 0.001$ . *Problematic Social Media Use (PSMU)* juga telah menggambarkan bahwa adanya peran secara signifikan sebagai moderator dengan F hitung > F tabel ( $85.571 > 3.865$ ),  $(p) < 0.001$ . Namun, hanya dimensi gaya kelekatan cemas yang ditemukan memiliki peranan pada *phubbing*, tidak dengan gaya kelekatan menghindar.

**Kata Kunci:** *gaya kelekatan tidak aman, phubbing, problematic social media use*

## 1. PENDAHULUAN

Tidak hanya penting, *smartphones* atau telepon pintar menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam era masyarakat digital modern, yang berfungsi secara daring maupun luring (Thomas et al., 2022). Hampir setengah penduduk bumi, diperkirakan lebih dari 3,8 miliar orang menggunakan telepon pintar (Vujić & Szabo, 2022). Menurut Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo, 2020). Indonesia menunjukkan lompatan besar dalam penggunaan internet dan media sosial, dimana 73,7% dari penduduknya atau 196,71 juta orang menggunakan internet.

Maraknya penggunaan telepon pintar seabad terakhir menimbulkan berbagai keuntungan, namun pertumbuhan pesat penggunaan internet akibat mudahnya penggunaan *smartphone* turut membawa masalah (Chi et al., 2022). Penggunaan internet sendiri juga meningkat 50 sampai 70 persen akibat Covid-19 (Beech, 2020). Kalangan paling rentan terhadap adiksi internet atau *smartphones* adalah orang berusia muda dan remaja, hingga penelitian difokuskan pada rentang usia ini (Savci & Aysan, dalam Capilla Garrido et al., 2021).

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan pada individu dapat mengorbankan hubungan sosial, pekerjaan, studi, dan tugas penting lainnya (Vujić & Szabo, 2022). Penggunaan *smartphone* sendiri memang dapat mendekatkan yang jauh, namun dapat juga menimbulkan masalah psikologis dan disfungsional perilaku seperti "*phubbing*" (Bitar et al., 2022). *Phubbing* terjadi ketika seseorang menghindari komunikasi, dengan fokus pada *smartphone* saat berbincang dengan orang lain (Karadağ et al., 2015). Istilah ini terdiri dari kata "*phone*" dan "*snooping*" (Ivanova et al., 2020).

*Phubbing* terbukti berkorelasi dengan kecemasan (Ergün et al., dalam Bitar et al., 2022). Kualitas hubungan rendah pada pasangan dikaitkan dengan *phubbing*, terutama bagi mereka yang melaporkan pasangannya sering melakukan hal tersebut (Frackowiak et al., 2022). Kepercayaan atasan dan rekan kerja atas pelaku *phubbing* dapat berkurang (David & Roberts, dalam Hanadi et al., 2022). Dampaknya dirasakan sampai ranah keluarga, dimana anak-anak akan merasa ditolak dan tidak dipedulikan akibat orang tuanya melakukan *phubbing* (Niu et al., dalam Hanadi et al., 2022).

Berbicara mengenai komunikasi interpersonal, penelitian sebelumnya menekankan pada kualitas ikatan hubungan yang terbentuk dengan orang lain (İmamoğlu & Keyvan, 2022). Hal ini didasarkan pada ditemukannya hubungan antara kualitas komunikasi interpersonal dengan kualitas hubungan (Karaşar, dalam İmamoğlu & Keyvan, 2022). Hal ini tercantum juga dalam salah satu teori mengenai hubungan, yaitu teori kelekatan yang dikenal dengan *attachment theory*. Teori kelekatan atau *attachment theory* menyatakan bahwa representasi diri sendiri dan orang lain atau *internal working model* dikembangkan dari pengalaman terkait kelekatan yang diulang-ulang sejak masa bayi (Bowlby, dalam Sung et al., 2020).

Gaya kelekatan dikonsepsikan dalam dimensi *attachment anxiety* dan *attachment avoidant*. Individu dengan *attachment anxiety* memiliki ketakutan atau sensitif terhadap penolakan, dan memiliki kebutuhan akan intimasi yang intens (Hanadi et al., 2022). Sedangkan *attachment avoidant* mengakibatkan individu tertentu menghindar akibat individu lain yang dipandang dapat sebagai ancaman berpotensi melakukan penolakan. Jadi, gaya kelekatan tidak aman memiliki hubungan dengan *phubbing*. Hal ini juga didukung oleh temuan Balta et al. (2020) bahwa mudah gugup dan cemas berkorelasi positif dengan *phubbing* serta penelitian yang dilakukan oleh Erzen et al. (2021) menemukan individu dengan tipe kepribadian *neurotic* lebih mungkin melakukan *phubbing*.

Namun, masih ditemukan beberapa inkonsistensi dalam korelasi kedua variabel ini. Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan adanya perbedaan korelasi antara gaya kelekatan tidak aman dengan *phubbing*. Hal ini terlihat dari kesenjangan kekuatan korelasi antara kedua variabel tersebut. Hasil inkonsistensi kuat lemahnya korelasi dapat dilihat pada tabel 1.

## Tabel 1

*Contoh Hasil Penelitian Terdahulu*

Judul	Penulis	Hasil
<i>My Life Has Become a Major Distraction from My Cell Phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners</i>	James A. Roberts dan Meredith E. David	Gaya kelekatan cemas berkorelasi secara signifikan ( $p < 0.05$ ) terhadap <i>phubbing</i> pada pasangan (Roberts & David, 2016).
<i>Phubbing terhadap Kualitas Kelekatan Dewasa pada Perempuan Menikah di Kota Makassar</i>	Sitti Murdiana dan Ismalandari Ismail	Gaya kelekatan cemas berkorelasi tidak signifikan dengan <i>phubbing</i> ( $p > 0.05$ ), namun gaya kelekatan menghindar berkorelasi secara signifikan ( $p < 0.01$ ) (Murdiana & Ismail, n.d.).
<i>Insecure Attachment Styles and Phubbing: The Mediating Role of Problematic Smartphone Use</i>	Juhyung Sun dan Claude H. Miller	Gaya kelekatan cemas ( <i>Anxious-preoccupied</i> ) dan menghindar ( <i>avoidant-dismissive</i> ) berkorelasi secara positif dengan <i>phubbing</i> ( $p = 0.018$ , $p < 0.01$ ) dan ( $p = 0.036$ , $p < 0.05$ ) (Sun & Miller, 2023).
Peran Gaya Hubungan Interpersonal Terhadap <i>Phubbing</i> dengan Distress Psikologis sebagai Moderator	Henni Hanadi, Rostiana, dan Abdul Malik Gismar	Gaya hubungan cemas dengan <i>phubbing</i> berkorelasi secara signifikan ( $p = 0.001$ , $p < 0.01$ ). Namun Gaya hubungan menghindar ditemukan tidak signifikan terhadap <i>phubbing</i> ( $p = 0.330$ , $p > 0.05$ ) (Hanadi et al., 2022)

Di sisi lain, peneliti menemukan bahwa individu dengan gaya kelekatan tidak aman ternyata tidak selalu menjamin terjadinya *phubbing*. Sebagai contoh, gaya kelekatan cemas cenderung mengakibatkan munculnya rasa ingin dicintai dan mendapatkan dukungan dari *attachment figure* disertai rasa takut diabaikan dan ditolak (Sun & Miller, 2023). Individu ini akan terdorong untuk “melekat” atau bertahan dalam hubungannya sebagai akibat dari hipersensitivitas terhadap reaksi orang lain. Begitu juga individu dengan gaya kelekatan menghindar yang sebenarnya tidak harus mencari objek yang dapat memfasilitasi hubungan dengan orang lain (Konok et al. dalam Sun & Miller, 2023).

Mengingat kondisi saat ini, *problematic media use* menjadi fenomena yang muncul menimbulkan dampak negatif. Ditemukan bahwa *problematic media use* yang tinggi jatuh pada remaja (Cash et al., 2022). Di Indonesia sendiri, terjadi peningkatan pengguna aktif media sosial sebanyak 12,35 persen atau 21 juta orang dari pada tahun 2021 sampai 2022 (Mahdi, 2022). Studi yang dilakukan oleh Fang et al., (2020) menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan ternyata menjadi salah satu penyebab *phubbing*. Tidak sampai di situ, Franchina et al. (2018) menyatakan bahwa penggunaan media sosial yang problematik berkaitan dengan *phubbing*. Dengan adanya fenomena-fenomena tersebut dan masih kurangnya penelitian terkait, maka peneliti memutuskan untuk meneliti lebih lanjut mengenai peran *problematic social media use* sebagai moderator dalam hubungan gaya kelekatan tidak aman (*insecure attachment style*) dan *phubbing*.

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai perilaku *phubbing*. Pembaca dapat mendapatkan informasi baru mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan munculnya perilaku ini. Kedepannya, penelitian ini juga dapat dijadikan acuan untuk riset di masa depan. Dilaksanakannya studi ini diharapkan dapat memberikan kemudahan bagi penelitian kedepannya dengan topik serupa. Berdasarkan latar belakang penelitian diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah *peran problematic social media use* sebagai moderator dalam hubungan gaya kelekatan tidak aman dengan *phubbing* pada remaja di Jakarta.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif non eksperimental. Adapun peneliti menggunakan *non-probability, convenience sampling* dalam mencari partisipan. Berikut kriteria

partisipan penelitian: (a) Minimal sedang menempuh pendidikan Sekolah Menengah Pertama; (b) berusia maksimal 19 tahun; dan (c) menggunakan minimal 1 jenis media sosial pada *smartphone*. Jumlah partisipan pada penelitian ini adalah 391 remaja berkewarganegaraan Indonesia dengan tentang usia 12-19 tahun.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel *phubbing* adalah *Phubbing Scale* yang dikembangkan Karadağ et al. (2015) dan sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia dalam penelitian (Hanadi et al., 2022). Alat ukur ini terdiri dari 10 butir positif yang terbagi dalam 2 dimensi yaitu, 5 butir *communication disturbances* dengan *alpha cronbach* sebesar 0.727 dan *phone obsession* dengan *alpha cronbach* sebesar 0.720.

Untuk mengukur gaya kelekatan tidak aman, peneliti menggunakan *The Experiences in Close Relationships - Structure Questionnaire* yang sudah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dalam penelitian (Hanadi et al., 2022). Alat ukur ini terdiri dari dua dimensi yaitu, *Attachment Avoidance* dengan *alpha cronbach* sebesar 0.615 (4 butir negatif dan 1 butir positif) dan *Attachment Anxiety* dengan *alpha cronbach* sebesar 0.898 (3 butir positif).

Untuk mengukur *problematic social media use* digunakan *Social Media Addiction Scale* yang dikembangkan oleh Andreassen et al., (2017) dan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dalam penelitian (Islami, 2022). Alat ukur ini bersifat unidimensional dengan *alpha cronbach* sebesar 0.905.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pertama-tama, akan ditampilkan gambaran partisipan berdasarkan demografi, yaitu jenis kelamin. Pada tabel dibawah terlihat bahwa dari 391 partisipan, perempuan mendominasi dengan jumlah 276 partisipan dan laki-laki 95 partisipan.

**Tabel 2**

*Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin*

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	95	24.3
Perempuan	276	75.7
Total	<b>391</b>	<b>100</b>

Uji hipotesis pertama yang menyatakan gaya hubungan menghindar berperan terhadap *phubbing* dan uji hipotesis kedua yang berbunyi gaya hubungan cemas terhadap *phubbing* akan dilakukan. Peneliti menggunakan uji regresi linear berganda, dengan melakukan uji t parsial untuk mengetahui peran kedua dimensi gaya kelekatan tidak aman terhadap *phubbing*.

**Tabel 3**

*Hasil Uji T Parsial*

	Beta	t	(p)	Keterangan
Gaya Kelekatan Cemas	0.076	4.400	0.001	Tidak Signifikan
Gaya Kelekatan Menghindar	0.002	0.111	0.912	Signifikan

Analisis menunjukkan hasil uji parsial gaya kelekatan cemas terhadap *phubbing* menunjukkan  $t = 4.400$  dengan  $p = <0.001$ . Berarti, gaya kelekatan tidak aman secara signifikan berperan terhadap gaya kelekatan tidak aman. Sejalan dengan ini, penelitian Erzen et al. (2021) menunjukkan bahwa orang yang dipenuhi emosi negatif atau memiliki kepribadian *neurotic* cenderung melakukan

*phubbing*. Beberapa penelitian seperti yang dilakukan Balta et al. (2020) dan Hanadi et al (2022) menunjukkan bahwa unsur kecemasan berkaitan dengan *phubbing*.

Sementara itu, gaya kelekatan menghindar terhadap *phubbing* menunjukkan  $t = 0.111$  dengan  $p = 0.912$ . Hal ini menunjukkan gaya kelekatan menghindar tidak berperan signifikan terhadap *phubbing*. Sejalan dengan ini, individu dengan gaya kelekatan tidak aman tidak harus mencari objek untuk memfasilitasi hubungannya dengan orang lain (Konok et al. dalam Sun & Miller, 2023). Hal ini bisa terjadi karena individu dengan gaya kelekatan menghindar cenderung lebih mengandalkan diri sendiri disamping sifatnya yang sekaligus menghindari keterikatan emosi dan kedekatan dengan orang lain (Sun & Miller, 2023).

Kemudian, dilakukan uji simultan untuk melihat peran gaya kelekatan menghindar dan gaya kelekatan cemas terhadap *phubbing* dengan perolehan  $F_{hitung} > F_{tabel}$  ( $9.682 > 3.865$ ) dan ( $p$ )  $< 0.001$ . Hal ini dapat diartikan bahwa gaya kelekatan menghindar dan cemas secara simultan berperan terhadap *phubbing*. Gaya hubungan menghindar dan cemas memberikan kontribusi sebesar 4,8% berdasarkan skor  $R^2 = 0.048$ . Terakhir, penelitian ini mengetahui peran *Problematic Social Media Use* (PSMU) sebagai moderator antara gaya kelekatan tidak aman dengan *phubbing*. Berdasarkan hasil uji *moderated regression analysis*, didapatkan  $F_{hitung} > F_{tabel}$  ( $85.571 > 3.865$ ) dan ( $p$ )  $< 0.001$ . Variabel PSMU berperan sebesar 40.2% dalam memperkuat peran gaya kelekatan tidak aman dengan *phubbing*. Hal ini selaras dengan penelitian Franchina et al. (2018) dan Fang et al. (2020) dimana penggunaan media sosial secara berlebihan berkorelasi dengan *phubbing*.

**Tabel 4**  
 Gambaran Variabel *Phubbing*, Gaya Kelekatan Tidak Aman, dan PSMU pada Jenis Kelamin

	Jenis Kelamin		Keterangan
	Laki-laki	Perempuan	
<i>Phubbing</i>	Mean = 26.642 SD = 6.438	Mean = 28.027 SD = 5.582	Signifikan
	$t = -2.025, p = 0.044$		
Gaya Kelekatan Menghindar	Mean = 81.358 SD = 16.341	Mean = 79.493 SD = 18.191	Tidak Signifikan
	$t = 0.890, p = 0.374$		
Gaya Kelekatan Tidak Aman	Mean = 45.779 SD = 17.187	Mean = 53.784 SD = 16.174	Signifikan
	$t = -4.133, p = <0.001$		
PSMU	Mean = 43.021 SD = 10.078	Mean = 46.875 SD = 9.639	Signifikan
	$t = -3.353, p = <0.001$		

Berdasarkan analisis, *phubbing* memiliki ( $p$ ) = 0.044, serta gaya kelekatan tidak aman dan PSMU memiliki ( $p$ ) $<0.001$  yang artinya terdapat perbedaan antara jenis kelamin pada ketiga variabel ini. Sedangkan tidak terdapat perbedaan antara gaya kelekatan menghindar dengan jenis kelamin, ditandai dengan ( $p$ ) = 0.374.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menghasilkan dua kesimpulan, pertama, gaya kelekatan tidak aman memiliki peran terhadap *phubbing* pada remaja. Namun, jika diteliti hanya satu dimensi dari gaya kelekatan yang berperan terhadap *phubbing*. Dimensi gaya kelekatan menghindar tidak memiliki peran, di satu sisi gaya kelekatan cemas yang berperan terhadap *phubbing* pada remaja. Kedua, PSMU berperan secara signifikan sebagai moderator antara gaya kelekatan tidak aman dengan *phubbing* pada remaja.

Selanjutnya, disampaikan beberapa saran untuk penelitian selanjutnya. Pertama, penelitian selanjutnya bisa mencari variabel yang dapat menjadi moderator antara gaya kelekatan menghindar dengan *phubbing*. Kedua, penelitian *phubbing* dapat dilakukan pada *setting* lain atau pada partisipan dengan rentang usia berbeda. Perbedaan karakter antara berbagai rentang usia pada individu mungkin bisa mempengaruhi perilaku *phubbing*. Mengingat individu terutama yang sudah melewati fase remaja pada umumnya memiliki beban dan tanggung jawab yang lebih. Hal ini memungkinkan adanya hasil analisis peran antar variabel yang berbeda. Sebagai opsi tambahan, penelitian bisa dilakukan terhadap rentang usia remaja dan juga dewasa dengan jumlah partisipan yang lebih banyak dibandingkan penelitian ini.

### Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berpartisipasi dan berperan ambil bagian dalam penelitian yang dilakukan.

### REFERENSI

- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors, 64*, 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>.
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: the mediating role of state fear of missing out and problematic instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction, 18*(3), 628–639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>.
- Beech, M. (2020, March 25). Covid-19 pushes up internet use 70% and streaming more than 12%, first figures reveal. *Forbes*.
- Bitar, Z., Akel, M., Salameh, P., Obeid, S., & Hallit, S. (2022). Phubbing among Lebanese young adults: Scale validation and association with mental health (depression, anxiety, and stress). *Current Psychology, 42*(23), 19709-19720. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03104-z>
- Capilla Garrido, E., Issa, T., Gutiérrez Esteban, P., & Cubo Delgado, S. (2021). A descriptive literature review of phubbing behaviors. *Heliyon, 7*(5). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e07037>
- Cash, D. K., Trinka, M. E., Hernandez, D. G., & Horton, T. R. (2022). Is parental mediation negatively associated with problematic media use among children and adolescents. *Canadian Journal of Behavioural Science, 54*(1), 9–18. <https://doi.org/10.1037/cbs0000294>.
- Chi, L. C., Tang, T. C., & Tang, E. (2022). The phubbing phenomenon: a cross-sectional study on the relationships among social media addiction, fear of missing out, personality traits, and phubbing behavior. *Current Psychology, 41*(2), 1112–1123. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02468-y>.
- Erzen, E., Odaci, H., & Yeniçeri, İ. (2021). Phubbing: Which personality traits are prone to phubbing? *Social Science Computer Review, 39*(1), 56–69. <https://doi.org/10.1177/0894439319847415>.
- Fang, J., Wang, X., Wen, Z., & Zhou, J. (2020). Fear of missing out and problematic social media use as mediators between emotional support from social media and phubbing behavior. *Addictive Behaviors, 107*, 106430. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106430>.
- Frackowiak, M., Hilpert, P., & Russell, P. S. (2022). Partner's perception of phubbing is more relevant than the behavior itself: A daily diary study. *Computers in Human Behavior, 134*, 107323. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107323>.

- Franchina, V., Abeele, M. Vanden, Van Rooij, A. J., Lo Coco, G., & De Marez, L. (2018). Fear of missing out as a predictor of problematic social media use and phubbing behavior among flemish adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *15*(10), 2319. <https://doi.org/10.3390/ijerph15102319>.
- Hanadi, H., Rostiana, R., & Gismar, A. M. (2022). Peran gaya hubungan interpersonal terhadap phubbing dengan distres psikologis sebagai moderator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, *6*(2), 497-506. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v6i2.18642>.
- İmamoglu, G., & Keyvan, A. (2022). Investigation of the Relationships Between Phubbing, Attachment Styles and Social Anxiety Variables in Adults. In *American Journal of Humanities and Social Sciences Research*. [www.ajhssr.com](http://www.ajhssr.com).
- Islami, Z. M. N. (2022). *Pengaruh fear of missing out, kontrol diri, narsisme, dan strategi koping terhadap adiksi media sosial pada mahasiswa di jabodetabek*. [Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta].
- Ivanova, A., Gorbaniuk, O., Błachnio, A., Przepiórka, A., Mraka, N., Polishchuk, V., & Gorbaniuk, J. (2020). Mobile phone addiction, phubbing, and depression among men and women: a moderated mediation analysis. *Psychiatric Quarterly*, *91*(3), 655–668. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09723-8>.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, I., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, *4*(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.
- Kominfo. (2020). *Hasil survei indeks literasi digital nasional 2020, akses internet makin terjangkau*. Kementerian Komunikasi dan Informatika. [https://m.kominfo.go.id/content/detail/30928/siaran-pers-no-149hmkominfo112020-tentang-hasil-survei-indeks-literasi-digital-nasional-2020-akses-internet-makin-terjangkau/0/siaran\\_pers](https://m.kominfo.go.id/content/detail/30928/siaran-pers-no-149hmkominfo112020-tentang-hasil-survei-indeks-literasi-digital-nasional-2020-akses-internet-makin-terjangkau/0/siaran_pers).
- Mahdi, I. M. (2022). *Pengguna media sosial di indonesia capai 191 juta pada 2022*. DataIndonesia.id. <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-media-sosial-di-indonesia-capai-191-juta-pada-2022>.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, *54*, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>.
- Sun, J., & Miller, C. H. (2023). Insecure attachment styles and phubbing: The Mediating role of problematic smartphone use. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *2023*(1), 1–11. <https://doi.org/10.1155/2023/4331787>.
- Sung, Y., Nam, T. H., & Hwang, M. H. (2020). Attachment style, stressful events, and Internet gaming addiction in Korean university students. *Personality and Individual Differences*, *154*. 109724. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109724>.
- Thomas, T. T., Carnelley, K. B., & Claire, M. H. (2022). Phubbing in romantic relationships and retaliation: A daily diary study. *Computers in Human Behavior*, *137*, 107398. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107398>.
- Vujić, A., & Szabo, A. (2022). Hedonic use, stress, and life satisfaction as predictors of smartphone addiction. *Addictive Behaviors Reports*, *15*, 100411. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2022.100411>.