BAB V
PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, di era digital saat ini, kehadiran ponsel sudah menjadi bagian yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan sehari-hari khususnya untuk Generasi Z. keterikatan yang kuat dengan teknologi ini memunculkan sebuah fenomena interaksi yang disebut *phubbing*, yaitu perilaku mengabaikan lawan bicara karena terlalu fokus pada layar ponsel saat melakukan interaksi interpersonal secara langsung. Komunikasi yang seharusnya dua arah menjadi terhambat apabila *phubbing* ini terjadi. Namun, Generasi Z yang mengalaminya tidak merespons secara pasif melainkan secara aktif memproses kejadian tersebut dan memberikan makna terhadap tindakan lawan bicaranya.

Proses pemaknaan dimulai melalui pikiran (*mind*). Saat merasakan dirinya diabaikan, muncul dialog internal yang beragam seperti kesal, kecewa hingga *overthinking* karena individu tersebut merasa topik obrolannya mungkin membosankan. Namun, pikiran mereka berusaha untuk melakukan rasionalisasi dengan memaklumi bahwa mungkin ada urusan yang mendesak di ponsel lawan bicara tersebut. Proses di pikiran ini kemudian memengaruhi bagaimana seseorang menilai diri mereka sendiri (*self*). Sebagian individu merasa tidak dihargai dan merasa nilai dirinya menurun, sementara yang lain mampu bersikap lebih santai dan menganggap *phubbing* terjadi karena urgensi sementara atau kecanduan semata lawan bicaranya terhadap ponsel.

Pandangan lingkungan (*society*) juga menentukan bagaimana Generasi Z memandang perilaku ini. Pada awalnya menyimpan ponsel saat sedang berinteraksi dengan lawan bicara merupakan aturan kesopanan yang umum. Sekarang, norma tersebut perlahan memudar. Generasi Z mulai menormalisasi dan mewajarkan penggunaan ponsel saat sedang berkumpul, terutama jika terjadi di antara teman yang sudah akrab atau ketika topik obrolan sudah mulai habis. Meskipun begitu, individu tetap menyimpan harapan sosial agar komunikasi tatap muka bisa berjalan lancar tanpa adanya hambatan dari *phubbing*.

Phubbing yang terjadi menyebabkan kegagalan pemahaman bersama atau intersubjektivitas antara kedua belah pihak. Individu tersebut merasa seolah ditinggalkan di dunia nyata, sementara lawan bicaranya sedang berasa di dunia maya melalui ponselnya. Generasi Z melakukan upaya untuk memperbaiki alur komunikasi yang terputus dengan cara negosiasi makna. Mereka merespons dengan berbagai cara yang adaptif, seperti memberikan teguran secara langsung, melempar sindiran candaan, atau melakukan aksi diam untuk menguji apakah lawan bicaranya peka. Bahkan, tidak jarang korban memilih untuk ikut-ikutan bermain ponsel (*mirroring*) demi menghemat energi ketimbang harus berbicara sendirian.

Berdasarkan hal-hal tersebut, konstruksi makna *phubbing* dalam interaksi komunikasi interpersonal Generasi Z bukanlah sesuatu yang pasti atau absolut, melainkan sangat dinamis dan subjektif. *Phubbing* dipandang sebagai tindakan tidak sopan dan merendahkan yang merusak kualitas obrolan. Namun, perilaku ini semakin dimaklumi dan dinormalisasi karena ponsel sudah menjadi bagian sehari-hari yang tidak bisa lepas dari Generasi Z. Pada akhirnya, Generasi Z menyikapi *phubbing* dengan cara tidak memutus hubungan pertemanan, melainkan melakukan penyesuaian sikap yang adaptif demi menjaga kelangsungan interaksi sosial di tengah era teknologi.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademis

Penelitian ini membuka beberapa peluang pengembangan kajian lebih lanjut mengenai fenomena *phubbing* dan dinamika komunikasi interaksi tatap muka dengan komunikasi digital. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggali fenomena *phubbing* dengan membandingkan sudut pandang antara pelaku (*phubber*) dan korban (*phubbee*) secara bersamaan. Hal ini bertujuan untuk melihat kecocokan alasan di balik tindakan *phubbing* dengan makna yang ditangkap oleh korban. Peneliti di masa depan juga dapat menggunakan metode kuantitatif untuk mengukur seberapa besar tingkat memudarnya norma kesopanan menyimpan ponsel saat berkumpul di berbagai kalangan masyarakat yang lebih luas.

5.2.2 Saran Praktis

Berdasarkan hasil temuan, terdapat beberapa saran praktis yang dapat diterapkan oleh berbagai pihak dalam menyikapi fenomena *phubbing*. Bagi masyarakat umum, khususnya dalam ruang lingkup pertemanan Gen Z, penting untuk menumbuhkan kesadaran bersama agar hadir sepenuhnya melakukan interaksi tatap muka. Selain itu, individu yang menjadi korban *phubbing* sebaiknya lebih berani menyampaikan teguran secara langsung dan jujur daripada memilih diam atau ikut bermain ponsel, karena sikap justru akan membuat perilaku pengabaian ini dianggap lumrah. Terakhir, bagi lembaga pendidikan atau pegiat literasi digital, temuan ini dapat digunakan untuk menyusun program edukasi tentang etika berkomunikasi, yang tidak hanya membatasi durasi penggunaan ponsel, tetapi juga mengajarkan pentingnya menghargai lawan bicara dalam komunikasi tatap muka secara langsung.