

Pengaruh *Parental Phubbing* terhadap *Loneliness* pada Remaja Awal di Sumatera Barat

Silvi Tri Wulandari¹, Maya Yasmin²

^{1,2} Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia

e-mail: silvitriwulandarii@gmail.com, mayayasmin21@fip.unp.ac.id

Abstract

The increasing use of smartphones in family interactions has triggered the phenomenon of parental phubbing, which has the potential to disrupt the quality of emotional relationships and trigger feelings of loneliness in children. This study aims to determine the effect of parental phubbing on loneliness in early adolescents. Parental phubbing is the behavior of parents who divert their attention to smartphones while interacting with children, which has the potential to disrupt the quality of emotional relationships. This study used a quantitative approach with an *ex post facto* design involving 370 early adolescents aged 13-17 years in West Sumatra who were selected through a purposive sampling technique. The parental phubbing and loneliness instruments were developed based on theory and have been tested to be valid (item-total correlation ≥ 0.30) and reliable with Cronbach's Alpha values of 0.766 and 0.972, respectively. Data were analyzed using normality tests and simple linear regression. The results showed that parental phubbing had a positive and significant effect on loneliness ($\beta = 0.730$; $p < 0.001$), indicating that increased parental phubbing tends to be followed by levels of loneliness in early adolescents. The coefficient of determination ($R^2 = 0.380$) indicates that 38% of the variation in loneliness can be explained by parental phubbing. This finding indicates that the higher the level of parental phubbing experienced by adolescents, the higher the level of loneliness they experience. These results emphasize the importance of quality parent-child interactions without digital distractions as a protective factor for adolescents' emotional well-being in the technological era.

Keywords: Parental Phubbing, Loneliness, Early Adolescents, West Sumatra

Abstrak

Peningkatan penggunaan *smartphone* dalam interaksi keluarga telah memicu fenomena *parental phubbing* yang berpotensi mengganggu kualitas hubungan emosional dan memicu perasaan kesepian pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *parental phubbing* terhadap *loneliness* pada remaja awal. *Parental phubbing* merupakan perilaku orang tua yang mengalihkan perhatian pada *smartphone* saat berinteraksi dengan anak, yang berpotensi mengganggu kualitas hubungan emosional. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *ex post facto* yang melibatkan 370 remaja awal yang berusia 13-17 tahun di Sumatera Barat yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen *parental phubbing* dan *loneliness* dikembangkan berdasarkan teori dan telah teruji valid (korelasi item-total $\geq 0,30$) dan reliabel dengan nilai Alpha Cronbach masing-masing sebesar 0,766 dan 0,972. Data dianalisis menggunakan uji normalitas dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *parental phubbing* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *loneliness* ($\beta = 0,730$; $p < 0,001$) mengindikasikan bahwa peningkatan *parental phubbing* cenderung diikuti oleh tingkat *loneliness* pada remaja awal. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,380$) menunjukkan bahwa 38% variasi *loneliness* dapat dijelaskan oleh *parental phubbing*. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat *parental phubbing* yang dirasakan remaja, maka semakin tinggi pula tingkat kesepian yang dialami. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya kualitas interaksi orang tua dan anak tanpa gangguan digital sebagai faktor protektif terhadap kesejahteraan emosional remaja di era teknologi.

Kata Kunci: Phubbing Orang Tua, Kesepian, Remaja Awal, Sumatera Barat

I. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam pola interaksi keluarga. *Smartphone* tidak lagi sekadar alat komunikasi, tetapi telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari orang tua, termasuk ketika sedang bersama anak. Intensitas penggunaan *smartphone*



yang tinggi berpotensi mengurangi kualitas interaksi tatap muka dalam keluarga. Salah satu fenomena yang muncul akibat kondisi ini adalah *parental phubbing*, yaitu perilaku orang tua yang mengalihkan perhatian pada *smartphone* saat sedang berinteraksi dengan anak (Akbağ et al., 2024). Adapun bentuk perilaku *phubbing* seperti mengangkat telepon yang masuk, membalas pesan yang masuk, hingga tidak bisa melepas *smartphone* dari genggamannya meskipun sedang bersama anak (Kurnia & Yasmin, 2025). Perilaku ini mencerminkan adanya gangguan dalam proses komunikasi dan kebersamaan keluarga, yang seharusnya menjadi ruang utama bagi perkembangan emosional remaja.

Masa remaja awal (13–17 tahun) merupakan fase perkembangan yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, dan sosial-emosional yang pesat. Pada tahap ini, remaja memiliki kebutuhan tinggi terhadap perhatian, penerimaan, dan dukungan emosional dari orang tua (Santrock, 2012). Hubungan yang hangat dan responsif berperan penting dalam membangun rasa aman dan keterhubungan. Sebaliknya, ketika interaksi dengan orang tua tidak berjalan optimal, remaja dapat mengalami kesenjangan dalam pemenuhan kebutuhan afeksi tersebut. Kondisi ini berpotensi memunculkan *loneliness*, yaitu pengalaman subjektif ketika individu merasa kurang memiliki kedekatan emosional dan hubungan sosial yang memuaskan (Weiss, 1973).

Dalam kajian teoritis, *loneliness* dipahami sebagai kondisi psikologis yang muncul akibat ketidaksesuaian antara hubungan sosial yang diharapkan dengan yang dimiliki individu. Russel (1996) menjelaskan bahwa *loneliness* mencerminkan perasaan terisolasi, kurangnya kedekatan, dan tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan interpersonal yang bermakna. Pada remaja, kesepian dapat berdampak negatif terhadap perkembangan remaja seperti, memicu perilaku *self-harm* untuk mengekspresikan perasaan pelarian emosional dan untuk mengatasi stress sementara bagi remaja (Hafizah, 2025). Kesepian pada remaja dapat memprediksi *internalizing problems*, yang mana *loneliness* dapat menciptakan ketidaknyamanan sehingga menjadi gejala *internalizing problems* seperti sedih, khawatir atau merenung (Sabrina et al., 2022). Kesepian juga berperan besar terhadap penurunan kesejahteraan emosional (*psychological well-being*) pada remaja (Prameswari et al., 2022). Selain itu, kesepian pada remaja dapat memicu kecanduan media sosial karena kebutuhan untuk mendapatkan informasi terbaru dan kurangnya jumlah hubungan sosial yang ada pada remaja (Hisan & Dewi, 2024). Sehingga temuan ini memperlihatkan bahwa *loneliness* memiliki dampak yang luas terhadap perkembangan remaja.

Loneliness pada remaja dipengaruhi beberapa faktor seperti kurangnya interaksi tatap muka (Twenge et al., 2019), tidak memiliki teman dekat dan kurang mendapat dukungan sosial dari teman sebaya (Aisyah & Anshari, 2022) dan *bullying* (Fitriah et al., 2025). Selain hubungan teman sebaya, kualitas hubungan remaja dengan keluarga juga menjadi faktor pemicu kesepian pada remaja, salah satunya adalah *parental phubbing* (Hamami & Widyatno, 2025), yaitu

pengabaian orang tua terhadap anak karena lebih fokus dan sibuk dengan ponsel genggam mereka (Akbağ et al., 2024).

Masa remaja awal ditandai dengan pergeseran orientasi hubungan sosial dari keluarga menuju teman sebaya. Pada masa ini, remaja berada pada tahap *identity vs role confusion*, yang mana individu mulai mengeksplorasi identitas diri melalui interaksi sosial yang lebih luas (Erikson, 1968). Meski demikian, pergeseran ini bukan berarti peran orang tua menjadi tidak penting. Melainkan orang tua berperan sebagai landasan pembentukan identitas yang sehat bagi remaja. Hal ini diperkuat dengan teori *attachment* Bowlby, (1973) yang menyatakan bahwa orang tua tetap berfungsi sebagai *secure base* bagi remaja berupa rasa aman.

Pada masa perkembangan remaja awal, remaja akan berada pada fase sensitif terhadap penerimaan dan validasi sosial. Ketika orang tua lebih fokus pada perangkat digital dibandingkan pada anak, remaja dapat menafsirkan situasi tersebut sebagai bentuk kurangnya perhatian atau prioritas. Sehingga fenomena *parental phubbing* ini menciptakan jarak antara orang tua dan remaja sehingga berpotensi meningkatkan perasaan terisolasi dan kesepian pada remaja. Hal ini sejalan dengan penelitian (Hao & Li, 2025) yang menemukan bahwa semakin tinggi persepsi remaja terhadap *parental phubbing*, maka semakin tinggi *loneliness* yang dialami remaja.

Meskipun penelitian mengenai dampak *parental phubbing* mulai banyak dilakukan secara global, namun sebagian besar studi masih berfokus pada subjek anak-anak atau remaja di negara yang memiliki struktur sosial yang berbeda. Sehingga penelitian ini hadir untuk menutup celah tersebut dengan mengkaji bagaimana pengaruh *parental phubbing* ini memicu kesepian pada remaja awal yang masih sangat terbatas, terkhusus remaja di Sumatera Barat. Sehingga bunyi hipotesis yang diajukan adalah terdapat pengaruh positif antara *parental phubbing* dan *loneliness* pada remaja awal, dimana semakin tinggi *parental phubbing* yang dirasakan remaja, maka semakin tinggi pula tingkat *loneliness* yang dialami.

II. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *ex post facto* untuk menguji pengaruh antara *parental phubbing* dan *loneliness* pada remaja tanpa adanya manipulasi atau control langsung terhadap variabel bebas oleh peneliti (Sappaile, 2010) Teknik *sampling* yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu (Machali, 2021). Sebanyak 370 remaja dipilih sebagai sampel untuk penelitian ini dengan kriteria remaja berusia 13-17 tahun yang tinggal bersama kedua orang tua yang menggunakan *smartphone*.



Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner terstruktur berbasis skala likert. Instrumen yang digunakan untuk mengukur *parental phubbing* pada penelitian ini dikembangkan peneliti berdasarkan aspek *interaction interruptions* (gangguan interaksi) dan *emotional reactions* (reaksi emosional) yang dikembangkan oleh Akbağ et al. (2024), dan instrumen *loneliness* peneliti susun berdasarkan aspek *the loneliness of emotional isolation* (kesepian emosional) dan *the loneliness of social isolation* (kesepian sosial) yang dikembangkan oleh Vangelisti & Perlman (2006). Kedua alat ukur tersebut dilakukan *try out* terlebih dahulu untuk kemudian dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dilakukan menggunakan nilai korelasi item-total dengan batas $r \geq 0,30$ (Azwar, 2017) dan reliabilitas diuji menggunakan *Alpha Cronbach* (Arikunto, 2016).

Hasil uji coba (*try out*) pada skala *parental phubbing* menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai korelasi yang berada pada rentang 0,606 hingga 0,825, sehingga seluruh item dinyatakan valid karena telah memenuhi batas minimal yang ditetapkan. Sedangkan pada skala *loneliness* hasil korelasi item-total menunjukkan bahwa seluruh item memiliki nilai korelasi yang tinggi, yaitu berada pada rentang 0,764 hingga 0,856, yang berarti seluruh item memenuhi kriteria validitas ($r > 0,30$). Pada uji reliabilitas, skala *parental phubbing* menunjukkan reliabilitas yang baik dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,766 yang mana nilai ini berada pada kategori tinggi yang menunjukkan bahwa skala ini memiliki konsistensi internal yang memadai, dan skala *loneliness* menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,972 yang mana nilai ini berada pada kategori sangat tinggi. Teknik analisis data meliputi uji normalitas uji linearitas dan uji analisis regresi sederhana.

III. Hasil Penelitian dan Pembahasan

3.1 Hasil Penelitian

3.1.1 Analisis Statistik Deskriptif

Tabel I. Hasil Analisis Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Parental Phubbing</i>	370	26	90	59.44	10.113
<i>Loneliness</i>	370	33	90	63.82	11.978
Valid N (listwise)	370				

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif diatas diketahui bahwa variable *parental phubbing* memiliki nilai minimum sebesar 26 dan maksimum sebesar 90, dengan rata-rata (*mean*) sebesar 59.44 serta standar deviasi sebesar 10.113. Sementara variable *loneliness* memiliki nilai minimum sebesar 33 dan maksimum sebesar 90, dengan rata-rata (*mean*) sebesar 63.82 serta

standar deviasi sebesar 11.978. Data yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 370 responden.

Tabel II. Kategorisasi

Kategori	Rentang Skor
Rendah	$X \leq 36$
Sedang	$36 < X \leq 54$
Tinggi	$X > 54$

Dari katogorisasi diatas diperoleh skor minimum sebesar 18 dan skor maksimum sebesar 72, sehingga diperoleh rentang skor sebesar 54. Rentang tersebut kemudian dibagi menjadi tiga kategori, sehingga diperoleh panjang interval sebesar 18. Berdasarkan perhitungan tersebut, kategori rendah berada pada skor $X \leq 36$, kategori sedang pada skor $36 < X \leq 54$, dan kategori tinggi pada skor $X > 54$.

Tabel III. Hasil Tabulasi Data Silang

Count		Loneliness			
		Rendah	Sedang	Tinggi	Total
<i>Parental Phubbing</i>	Rendah	1	2	0	3
	Sedang	1	57	59	117
	Tinggi	0	27	223	250
Total		2	86	282	370

Dapat dilihat dari hasil tabulasi data silang antara *parental phubbing* dan *loneliness*, bahwa sebagian besar responden berada pada kategori tinggi untuk kedua variabel, yaitu sebanyak 223 responden. Pada kategori sedang terdapat 57 responden yang berada pada kategori sedang untuk *parental phubbing* dan *loneliness*, serta 59 responden yang memiliki *parental phubbing* sedang tetapi memiliki skor *loneliness* yang tinggi. Sementara itu, pada kategori rendah jumlahnya sangat sedikit, hanya 1 responden untuk *parental phubbing* dan *loneliness*. Pola ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kategori *parental phubbing*, cenderung diikuti oleh kategori *loneliness* yang juga tinggi, sehingga terlihat adanya kecenderungan hubungan searah antara *parental phubbing* dan *loneliness*.

Tabel IV. Hasil Data Demografi

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	143	38,6%
Perempuan	227	61,4%



Berdasarkan data demografi diatas, dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan sebanyak 227 orang atau 61,4%, sedangkan laki-laki berjumlah 143 orang atau 38,6%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden pada penelitian ini adalah Perempuan dari total 370 responden yang diteliti.

3.1.2 UJI ASUMSI

Uji Normalitas

Tabel V. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.
Residual	0,200

Data penelitian dapat dianggap normal jika mendapatkan nilai *test of normality* Kolmogrov-Smirnov > 0.05 (Sihotang et al., 2023). Berdasarkan *output one-sample* Kolmogorov-Smirnov Test hasil menunjukkan nilai *Sig* sebesar 0.200 ($p > 0.05$) dimana hasil tersebut lebih besar dari taraf. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa data terdistribusi secara normal dan asumsi normalitas telah terpenuhi.

Uji Linearitas

Tabel VI. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table	F	Sig
<i>Loneliness</i>	4.697	.000
<i>Parental Phubbing</i>	212.22	.000
<i>Deviation from Linearity</i>	.609	.984

Pada penelitian ini, hasil uji linearitas memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara linear antara *parental phubbing* dan *loneliness*. Variabel dikatakan berhubungan linear apabila mendapatkan *output deviation from linearity* > 0.05 (Widana & Muliani, 2020). Hasil *deviation from linearity* sebesar 0,984 ($p > 0,05$) menunjukkan tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari garis linear (Sugiyono, 2013). Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa hubungan kedua variabel membentuk pola garis lurus dan memenuhi asumsi linearitas.

3.1.3 UJI HIPOTESIS

Uji Koefisien Determinasi (R²)

Tabel VII. Hasil Uji Koefisien Determinasi (R²)

Model R	R Square (R ²)	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.616 ^a	.380	.378

Nilai koefisien determinasi (R²) sebesar 0,380 menunjukkan bahwa *parental phubbing* memberikan kontribusi sebesar 38% terhadap variasi *loneliness* pada remaja awal, sedangkan sisanya sebesar 62% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian.

Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

Tabel 8. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	β	t	P
<i>Parental Phubbing</i> → <i>Loneliness</i>	0,730	15,015	<0,001

Berdasarkan hasil analisis regresi menunjukkan nilai bahwa *parental phubbing* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *loneliness* ($\beta = 0,730$; $t = 15,015$; $p < 0,001$). Nilai koefisien regresi positif menunjukkan bahwa satu satuan pada *parental phubbing* akan meningkatkan *loneliness* sebesar 0,730. Persamaan regresi yang diperoleh adalah $Y = 20,242 + 0,730X$. Koefisien positif mengindikasikan bahwa peningkatan *parental phubbing* cenderung diikuti oleh peningkatan *loneliness* pada remaja awal. Hasil ini menunjukkan bahwa *parental phubbing* merupakan predictor signifikan terhadap *loneliness* pada remaja awal, sehingga hipotesis penelitian diterima.

3.2 Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *parental phubbing* berpengaruh secara signifikan terhadap *loneliness* pada remaja awal. Nilai koefisien regresi yang positif dan signifikan ($\beta = 0,730$; $p < 0,001$) mengindikasikan bahwa peningkatan *parental phubbing* cenderung diikuti oleh peningkatan *loneliness* pada remaja awal. Besarnya koefisien determinasi ($r^2 = 0,380$) menunjukkan bahwa 38% *loneliness* dapat dijelaskan oleh *parental phubbing*. Temuan ini menegaskan bahwa *parental phubbing* merupakan prediktor yang cukup kuat terhadap munculnya perasaan kesepian pada remaja awal, meskipun terdapat 62% faktor lain yang turut berkontribusi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *parental phubbing* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *loneliness* pada remaja awal ($\beta = 0,730$; $p < 0,001$), dengan kontribusi sebesar



38%. Temuan ini tidak hanya menunjukkan adanya hubungan secara statistik, tetapi juga menggambarkan dinamika psikologis yang penting dalam hubungan orang tua dan remaja di era digital. Secara nyata, hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *parental phubbing*, maka semakin tinggi pengalaman kesepian yang dirasakan oleh remaja. Temuan ini menunjukkan bahwa gangguan interaksi orang tua dan anak akibat penggunaan *smartphone* memiliki implikasi terhadap kesepian remaja.

Pada masa remaja awal, individu mulai memperluas relasi sosial di luar keluarga, seperti dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah. Meskipun demikian, hubungan dengan orang tua tetap menjadi sumber utama dukungan emosional dan rasa aman (Bowlby, 1973). Ketika remaja merasa bahwa orang tua tidak memberikan perhatian secara penuh selama interaksi karena terdistraksi oleh *smartphone*, mereka cenderung menafsirkan hal tersebut sebagai penolakan atau pengabaian, sehingga meningkatkan pengalaman kesepian mereka (Yan & Wang, 2024). Penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme utama yang menghubungkan *parental phubbing* dengan perasaan kesepian pada remaja adalah terganggunya komunikasi interpersonal dalam keluarga.

Sejalan dengan penelitian Hao & Li (2025) yang menunjukkan bahwa *parental phubbing* memiliki pengaruh positif signifikan terhadap *loneliness* pada remaja, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui penurunan kualitas hubungan orang tua dan anak. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi persepsi remaja terhadap perilaku *phubbing* orang tua, maka semakin rendah kualitas komunikasi dan kedekatan emosional yang dirasakan, sehingga meningkatkan rasa kesepian pada remaja. Penelitian (Wang et al., 2025) menunjukkan bahwa *parental phubbing* secara signifikan meningkatkan *loneliness* pada remaja, bahwa dalam hubungan jangka panjang dapat menjadi mediator bagi berbagai masalah psikologis lainnya. Selain itu, *parental phubbing* dapat mengganggu kualitas interaksi keluarga dan meningkatkan kerentanan remaja terhadap masalah psikologis akibat menurunnya keterlibatan emosional orang tua (Liu et al., 2024). Hamami & Widyatno (2025) menemukan bahwa *parental phubbing* berhubungan positif dan signifikan terhadap *loneliness* remaja. Penelitian ini mengungkapkan bahwa fenomena ini tidak hanya terjadi di budaya barat saja, tetapi juga terjadi di Indonesia. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa remaja yang sering mengalami gangguan interaksi akibat penggunaan *smartphone* oleh orang tua melaporkan tingkat kesepian yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang memiliki kualitas interaksi keluarga lebih baik.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini juga konsisten dengan studi (Jiang et al., 2023) yang menemukan bahwa *parental phubbing* berkaitan dengan berbagai masalah psikologis remaja, termasuk kecemasan sosial dan *burnout* akademik, yang menunjukkan bahwa dampak *phubbing* tidak hanya terbatas pada satu aspek psikologis aja. Jika ditinjau dari mekanisme psikologisnya,

parental phubbing dapat mengganggu pemenuhan kebutuhan dasar psikologis remaja, seperti kebutuhan akan keterhubungan (*relatedness*). Penelitian Shen & Xie (2024) menunjukkan bahwa *parental phubbing* mampu menurunkan kepuasan kebutuhan psikologis dasar yang pada akhirnya berdampak pada evaluasi diri dan kesejahteraan individu. Ketika kebutuhan keterhubungan tidak terpenuhi, remaja cenderung mengalami kesenjangan emosional yang memicu perasaan kesepian.

Dengan demikian, temuan ini memberikan dinamika terhadap remaja yang sedang berada pada fase pencarian identitas tetap membutuhkan kehadiran emosional orang tua sebagai *secure base*. Namun ketika interaksi tersebut terganggu oleh penggunaan *smartphone*, remaja mengalami penurunan kualitas hubungan, merasa tidak diperhatikan, dan mengalami ketidakpuasan dalam hubungan keluarga. Kondisi ini kemudian berkembang menjadi kesepian, meskipun secara sosial mereka tetap memiliki relasi dengan teman sebaya. Hal ini menunjukkan bahwa *loneliness* remaja tidak hanya ditentukan oleh jumlah relasi sosial, tetapi juga oleh kualitas hubungan emosional, khususnya dengan orang tua.

IV. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil regresi sederhana, dapat disimpulkan bahwa *parental phubbing* berpengaruh positif terhadap *loneliness* pada remaja awal ($\beta = 0,730$; $t = 15,015$; $p < 0,001$) mengindikasikan bahwa peningkatan *parental phubbing* cenderung diikuti oleh peningkatan *loneliness* pada remaja awal. Nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,380$) mengindikasikan bahwa 38% variasi *loneliness* dapat dijelaskan oleh *parental phubbing*, sedangkan 62% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.

Temuan ini memperkuat pandangan bahwa gangguan interaksi akibat penggunaan *smartphone* oleh orang tua tidak hanya berdampak pada kualitas komunikasi keluarga, tetapi juga berimplikasi pada kesejahteraan emosional remaja. *Parental phubbing* dapat dipersepsikan sebagai bentuk ketidaktersediaan emosional, yang pada akhirnya memunculkan perasaan terabaikan dan meningkatkan risiko kesepian pada remaja. Oleh karena itu, disarankan kepada orang tua untuk mampu meningkatkan kualitas interaksi langsung dengan anak dengan mengurangi penggunaan *smartphone* saat berkomunikasi. Selain itu, kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan model penelitian yang lebih luas dengan menambahkan variabel mediator atau moderator yang telah dibahas sebelumnya, seperti kualitas komunikasi orang tua-anak, *attachment* dan kesejahteraan emosional remaja. Hal ini menjadi penting untuk diteliti karena *parental phubbing* berkontribusi terhadap munculnya *loneliness* pada remaja meskipun bukan sebagai faktor utama.



Daftar Pustaka

- Aisyah, F. R., & Anshari, D. (2022). Pengaruh Usia, Jenis Kelamin, Teman, dan Orang Tua Terhadap Kesenian Pada Remaja dan di Indonesia (Analisis Data GSHS Tahun 2015). *Jurnal Medika Utama*. <https://www.cdc.gov/gshs/countries/seasian/indonesia>
- Akbağ, M., Aydoğdu, F., & Rizzo, A. (2024). *A New Measure of the Parental Phubbing-Mother and Father Form for Turkish Adolescents: Evaluation of Validity and Reliability*. Research Square. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4378909/v1>
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi)*. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II (II)*. PUSTAKA PELAJAR.
- Bowlby, John. (1973). *Attachment and loss. Volume II. Separation, anxiety and anger*. Basic Books, a member of the Perseus Books Group.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity Youth and Crisis*. W. W. Norton & Company, Inc.
- Fitriah, Murti, B., & Tamtomo, D. G. (2025). Pengaruh Bullying Terhadap Loneliness pada Remaja: Meta-Analisis. *Surya Medika*, 20.
- Hamami, M. A. N., & Widyatno, A. (2025). Parental Phubbing And Adolescent Loneliness: A Study Of Digital Neglect In Families. *Jurnal Sains Psikologi*, 14(1), 172–187. <https://doi.org/10.17977/um023v14i12025p172-187>
- Hao, J., & Li, H. (2025). Nonlinear Mediation of Parental Phubbing on Child Loneliness: SHAP Interpretability and Double Machine Learning Insights. *Proceedings of 2025 6th International Conference on Education, Knowledge and Information Management, ICEKIM 2025*, 196–201. <https://doi.org/10.1145/3756580.3756612>
- Hisan, A. D., & Dewi, D. K. (2024). Hubungan Antara Loneliness dengan Kecanduan Media Sosial Pada Siswa SMA X. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*, 4, 1011–1021
- Jiang, Y., Lin, L., & Hu, R. (2023). Parental phubbing and academic burnout in adolescents: the role of social anxiety and self-control. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1157209>
- Kurnia, F., & Yasmin, M. (2025). *Social, Humanities, and Education SHEs: Conference Series 8 (2) (2025) 252-257 Studi Deskriptif Parental Phubbing di Sumatera Barat*. <https://jurnal.uns.ac.id/shes>
- Liu, S., Wu, P., Han, X., Wang, M., Kan, Y., Qin, K., & Lan, J. (2024). Mom, dad, put down your

- phone and talk to me: how parental phubbing influences problematic internet use among adolescents. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01620-0>
- Machali, I. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif.
- Prameswari, T. P., Chotidjah, S., & Wyandini, D. Z. (2022). Pengaruh Fear of Missing Out dan Kesepian terhadap Psychological Well-Being pada Remaja Akhir Pengguna Media Sosial Twitter di Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Insight*, 6(1). <https://wearesocial.com/uk/blog/2022/01/digital-2022-another-year-of-bumper-growth-2/>,
- Russel, D. W. (1996). 0296lonelinessscale3. *Journal Of Personality Assessment*.
- Sabrina, K. N., Syakarofath, N. A., Karmiyati, D., & Widyasari, D. C. (2022). Loneliness dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development (13th ed.)*. (13th ed). New York: McGraw-Hill.
- Sappaile, B. I. (2010). *Konsep Penelitian Ex-Post Facto* (Vol. 1, Number 2).
- Shen, X., & Xie, X. (2024). How parental phubbing decreases adolescent core self-evaluation through basic psychological need satisfaction: Evidence from longitudinal mediation analysis and longitudinal network analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 41(10), 3031-3060.
- Sihotang, H., Pd, M., Penerbitan, P., Buku, P., & Tinggi, P. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Twenge, J. M., Spitzberg, B. H., & Campbell, W. K. (2019). Less in-person social interaction with peers among U.S. adolescents in the 21st century and links to loneliness. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(6), 1892–1913. <https://doi.org/10.1177/0265407519836170>
- Vangelisti, A. L. ., & Perlman, Daniel. (2006). *The Cambridge handbook of personal relationships*. Cambridge University Press.
- Wang, P., Yin, L., Ouyang, M., Wang, W., & Lei, L. (2025). Parental phubbing, loneliness, and adolescent materialism: A cross-lagged panel study. *Mobile Media and Communication*, 13(1), 255–275. <https://doi.org/10.1177/20501579241297941>
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The Experience Emotional and Social Isolation*. The MIT Press.
- Widana, I. W., & Muliani, P. L. (2020). *Uji Persyaratan Analisis*. Klik Media.



Yan, J., & Wang, X. (2024). Parental head-down behavior and adolescent loneliness: the mediating role of parent-child communication and the moderating role of parent-child attachment. *Studies of Psychology and Behavior*. <https://doi.org/10.12139/j.1672-0628.2024.06.012>