

**PENGARUH *PHUBBING* DAN *SELF DISCLOSURE*
TERHADAP *FRIENDSHIP QUALITY* PADA DEWASA AWAL**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk

Menyusun Skripsi dalam Program Studi S-1 Psikologi (S.Psi)



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Oleh :

Rizka Yusia Rahma Dilla
J91219124

Dosen Pembimbing :

Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si
NIP. 197605112009122002

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UIN SUNAN AMPEL SURABAYA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Phubbing* dan *Self Disclosure* Terhadap *Friendship Quality* pada Dewasa Awal” adalah karya asli yang ditunjukkan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 8 Juni 2023



Rizka Yusia Rahma Dilla

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Pengaruh Phubbing dan Self Disclosure Terhadap Friendship Quality pada

Dewasa Awal

Oleh :

Rizka Yusia Rahma Dilla

J91219124

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 8 Juni 2023

Dosen Pembimbing



Hj. Tatik Mukhoyyaroh, S.Psi., M.Si

NIP. 197605112009122002

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI

PENGARUH PHUBBING DAN SELF DISCLOSURE TERHADAP FRIENDSHIP
QUALITY PADA DEWASA AWAL

Yang disusun oleh :
Rizka Yusia Rahma Dilla
J91219124

Telah dipertahankan di Depan Tim Penguji
Pada Tanggal 26 Juni 2023

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. phil. Khoirun Niam
NIP. 197007251996031004
Susunan Tim Penguji,

Penguji I,

Hj. Tatik Mukhoyvaroh. S.Psi., M.Si
NIP. 197605112009122002
Penguji II,

Dr. H. Jainudin, M.Si
NIP. 196205081991031002
Penguji III,

Funsu Andiarna, M.Kes
NIP. 198710142014032002

Penguji IV,

Dr. Ria Qadariah Arief, M.Kes
NIP. 198703142014032001



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rizka Yusia Rahma Dilla
NIM : J91219124
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : rizkayusia@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh *Phubbing* dan *Self Disclosure* Terhadap *Friendship Quality* pada Dewasa Awal

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 17 Juli 2023

Penulis

(Rizka Yusia Rahma Dilla)

INTISARI

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian ini menggunakan teknik sampling insidental dengan jumlah responden 348 dewasa awal yang berdomisili di Kota Surabaya. Pengumpulan data dilakukan secara *online* dengan memakai skala *friendship quality*, *phubbing*, dan juga *self disclosure*. Pengolahan data menggunakan uji hipotesis analisis regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh secara parsial antara variabel *phubbing* (X1) dengan variabel *friendship quality* (Y) dengan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$) dan variabel *self disclosure* (X2) dengan variabel *friendship quality* (Y) dengan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$). Penelitian ini juga mendapatkan hasil terdapat pengaruh simultan variabel *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality* dengan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$). Besar sumbangan efektif variabel *phubbing* adalah 18% dan variabel *self disclosure* adalah 8,68%, sedangkan 73% sisanya dipengaruhi variabel lain. Kesimpulan penelitian ini adalah adanya pengaruh dari *phubbing* dan *self disclosure* baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini memberikan saran untuk masyarakat agar meletakkan *handphone* saat berkumpul dan juga terbuka terhadap teman, sedangkan saran untuk peneliti selanjutnya agar meneliti variabel yang belum diteliti, juga memperluas wilayah penelitian.

Kata Kunci : *Friendship Quality, Phubbing, Self Disclosure, dan Dewasa Awal*

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

This research aim to know effect phubbing and self disclosure to friendship quality in young adulthood. This research is quantitative correlational research. The sampling technique that used in this research is accidental sampling with 348 subject who lived in Surabaya. Data is collected via online using friendship quality scale, phubbing scale, also self disclosure scale. Processing data is using multiple linear regression analysis hypothesis testing. Result of the research showed that there is partial effect between phubbing variable (X1) and friendship quality (Y) with significant 0,000 ($<0,05$) and self disclosure variable (X2) and friendship quality (Y) with significant 0,000 ($<0,05$). This research also get result that there is simultaneous effect phubbing and self disclosure variable to friendship quality with significant 0,000 ($<0,05$). The effective contribution score of phubbing variable is 18% and self disclosure is 8,68%, while the rest of 73% is from another variable. The conclusion of this research that there are effects from phubbing and self disclosure partially and simultantly. This research give advice for people for not using handphone when gathering and open to friends, meanwhile advice for another researcher are make research another variable that have not researched yet, also expand research area.

Keyword : Friendship Quality, Phubbing, Self Disclosure, and Young Adulthood

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

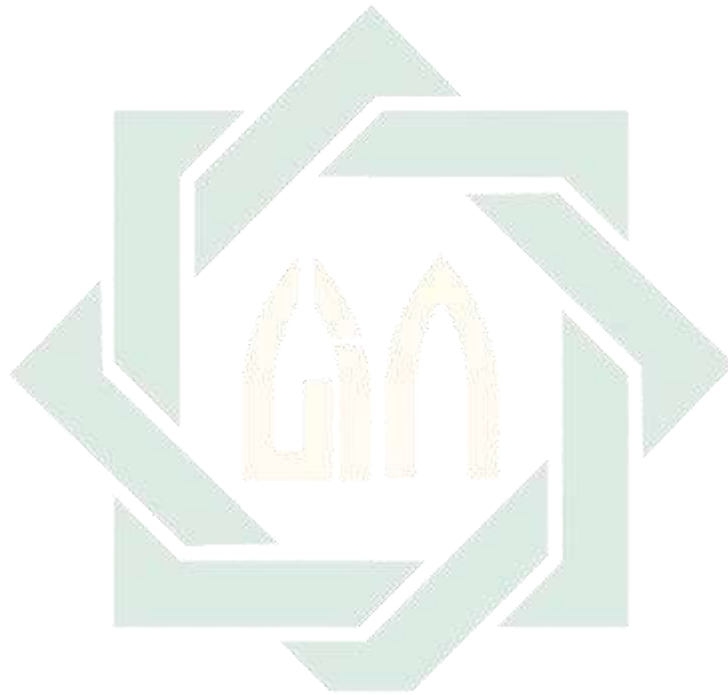
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
PERNYATAAN PUBLIKASI	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
INTISARI	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Keaslian Penelitian	9
D. Tujuan Penelitian	13
E. Manfaat Penelitian	14
F. Sistematika Pembahasan	14
BAB II	16
A. Friendship Quality	16
1. Pengertian <i>Friendship Quality</i>	16
2. Aspek <i>Friendship Quality</i>	17
3. Faktor <i>Friendship Quality</i>	18
B. Phubbing	19
1. Pengertian <i>Phubbing</i>	19
2. Aspek <i>Phubbing</i>	20
3. Faktor <i>Phubbing</i>	21
C. Self Disclosure	22
1. Pengertian <i>Self Disclosure</i>	22
2. Aspek <i>Self Disclosure</i>	23

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Tabel Skala Likert.....	31
Tabel 3.2. <i>Blue Print</i> Skala <i>Friendship Quality</i>	31
Tabel 3.3. Hasil Uji Validitas <i>Friendship Quality</i>	33
Tabel 3.4. <i>Blue Print</i> Baru Skala <i>Friendship Quality</i>	34
Tabel 3.5. Hasil Uji Reliabilitas <i>Friendship Quality</i>	34
Tabel 3.6. <i>Blue Print</i> Skala <i>Phubbing</i>	35
Tabel 3.7. Hasil Uji Validitas <i>Phubbing</i>	36
Tabel 3.8. <i>Blue Print</i> Baru Skala <i>Phubbing</i>	37
Tabel 3.9. Hasil Uji Reliabilitas <i>Phubbing</i>	38
Tabel 3.10. <i>Blue Print</i> Skala <i>Self Disclosure</i>	39
Tabel 3.11. Hasil Uji Validitas <i>Self Disclosure</i>	40
Tabel 3.12. <i>Blue Print</i> Baru Skala <i>Self Disclosure</i>	41
Tabel 3.13. Hasil Uji Reliabilitas <i>Self Disclosure</i>	41
Tabel 4.1. Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia.....	45
Tabel 4.2. Deskripsi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	45
Tabel 4.3. Deskripsi Subjek Berdasarkan Status Pekerjaan.....	46
Tabel 4.4. Deskripsi Subjek Berdasarkan Status Pernikahan	46
Tabel 4.5. Pedoman Hasil Pengukuran	47
Tabel 4.6. Hasil Uji Deskriptif Data	47
Tabel 4.7. Kategorisasi <i>Friendship Quality</i>	48
Tabel 4.8. Kategorisasi <i>Phubbing</i>	48
Tabel 4.9. Kategorisasi <i>Self Disclosure</i>	49
Tabel 4.10. Tabulasi Silang Usia	49
Tabel 4.11. Tabulasi Silang Jenis Kelamin.....	50
Tabel 4.12. Tabulasi Silang Status Pekerjaan	50
Tabel 4.13. Tabulasi Silang Status Pernikahan.....	51
Tabel 4.14. Hasil Uji Normalitas	52
Tabel 4.15. Hasil Uji Heteroskedastisitas	52
Tabel 4.16. Hasil Uji Multikolinearitas.....	53
Tabel 4.17. Hasil Uji T.....	54
Tabel 4.18. Hasil Uji F	56
Tabel 4.19. Model <i>Summary</i>	56
Tabel 4.20. Tabel Uji Sumbangan Efektif	57

DAFTAR GAMBAR

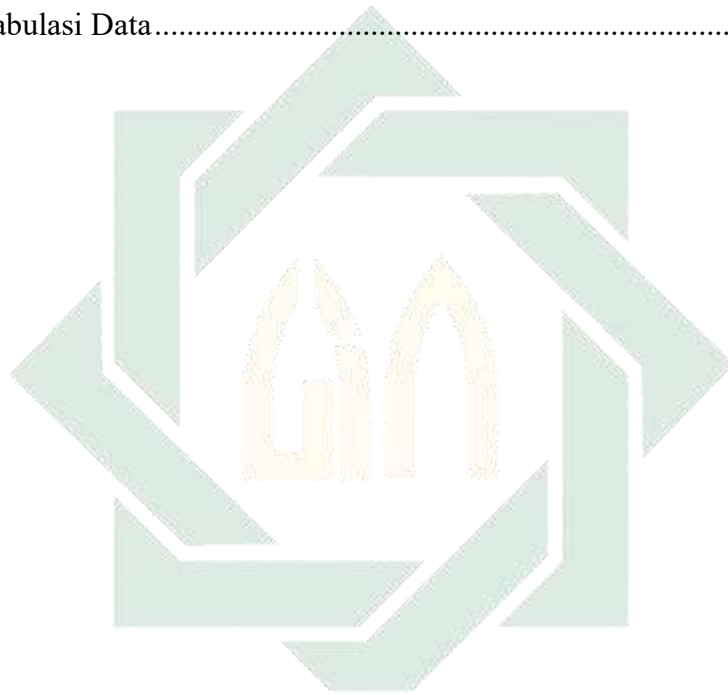
Gambar 2.1. Kerangka Teoritik 27



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel Isaac dan Michael	79
Lampiran 2. Lembar Expert Judgement.....	80
Lampiran 3. Lembar Kuesioner Penelitian	99
Lampiran 4. Data Mentah	104
Lampiran 5. Tabulasi Data.....	151



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Friendship atau pertemanan merupakan suatu hubungan interpersonal diantara dua orang secara sukarela dan terus menerus saling memiliki rasa ketergantungan dan akan saling mendukung secara sosio-emosional serta terlibat dalam kedekatan, *intimacy*, rasa sayang, juga saling membantu (Fehr, 1996; Rosalinda, Susanto, & Mawarni, 2016). Terdapat aspek kuantitas dan kualitas dalam suatu hubungan pertemanan, namun kualitas lebih diutamakan dibandingkan dengan kuantitas karena memiliki hubungan pertemanan yang berkualitas akan membuat seseorang merasa didukung, dipercaya, dan aman dalam emosional (Sandjojo, 2017). *Friendship quality* adalah hubungan pertemanan yang dinilai dari tinggi dan rendahnya kualitas hubungan. Hubungan yang *friendship quality*nya tinggi akan memiliki *companionship*, sikap saling menolong, dan keinginan saling meningkatkan harga diri yang juga tinggi. Sebaliknya, hubungan yang memiliki *friendship quality* rendah akan memiliki rasa persaingan, tidak adanya kesetaraan, dan juga munculnya konflik (Mathur & Berndt, 2006; Matitaputty & Rozali, 2021).

Masa perkembangan yang salah satu tugas perkembangannya adalah membangun hubungan dengan akrab dan intim bersama orang lain adalah masa dewasa awal. Erickson dalam Santrock (2012) menyatakan jika masa dewasa

awal merupakan periode keakraban versus keterkucilan, dalam periode ini seseorang harusnya membentuk dan memiliki hubungan yang akrab dengan orang lain. Ketika dewasa awal memiliki hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi maka dewasa awal akan mencapai keakraban, tetapi jika dewasa awal tidak bisa mencapai hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi maka dewasa awal akan mencapai keterkucilan. Masa dewasa awal terhitung mulai dari seseorang memasuki usia 20an dan berakhir pada usia 30an (Santrock, 2012). Tetapi nyatanya, saat seseorang semakin bertambah dewasa, semakin sulit juga membangun hubungan pertemanan yang berkualitas karena sedikitnya waktu yang ada untuk bersama-sama dengan teman dan bertambahnya kesibukan dewasa awal pada tugas dan juga tanggung jawab baru (Hall, 2019; Hurlock, 2011).

Brasil (2017) mengatakan orang dewasa awal mengalami kesulitan untuk mempertahankan hubungan pertemanan terutama pertemanan sejak masa sekolah karena dewasa awal akan memisahkan diri demi mengerjakan tugas rumah tangga atau pekerjaan. Banyak hubungan pertemanan yang berkualitas rendah mengakibatkan dewasa awal mengalami kesepian meskipun sebenarnya usia dewasa awal memiliki kesempatan lebih besar untuk berhasil dalam hubungan pertemanan. Hal ini karena rentannya konflik yang terjadi dalam hubungan pertemanan (Rawlins, 2017). Sari (2021) menjelaskan jika masa dewasa awal mengalami permasalahan pada pertemanan karena merasa tidak ada teman yang bisa bersama, dipercaya, dan berbagi cerita yang mengakibatkan terjadinya *quarter life crisis* pada dewasa awal. Wrzus et al

(2017) juga mengatakan jika kualitas pertemanan dewasa awal cenderung menurun terutama ketika dewasa awal terlibat dalam hubungan romantis ataupun saat menjadi orang tua.

Riset dari *Science Alert* terhadap 83 orang dari usia 23-38 tahun menghasilkan penemuan jika hanya 53% responden yang memiliki hubungan pertemanan berkualitas tinggi. Riset ini dilakukan ulang dengan menambah jumlah responden menjadi 92 ribu orang dan hasilnya hanya 34-53% responden yang memiliki hubungan pertemanan berkualitas tinggi (Firdaus & Rachmanita, 2018). Usia dewasa akan memiliki kesulitan yang lebih untuk menjalin, mengembangkan, dan memelihara pertemanan dibandingkan dengan usia remaja. Orang dewasa menghabiskan waktunya untuk kesibukan lain seperti karir sehingga waktu yang dihabiskan untuk bersama temannya tidak lagi ada dan membuat ikatan pertemanan semakin menghilang (Hronis, 2022). Selain itu, lingkungan sekitar seperti lingkungan kerja memiliki daya saing yang tinggi untuk mendapatkan pengakuan dari atasan sehingga menyebabkan kemungkinan membangun ikatan pertemanan yang berkualitas tinggi sangat kecil (Camelia, 2022). Kemungkinan seorang dewasa awal tidak memiliki teman terutama di era sekarang sekitar 4-5 kali dibandingkan beberapa dekade lalu akibat tanggung jawab orang dewasa seperti pasangan, keluarga, dan lainnya (Mills, 2022).

Friendship quality yang rendah akan membuat kepuasan hubungan juga rendah dan akan membuat seseorang kesepian. Hal ini akhirnya membuat seseorang tersebut memutuskan untuk bunuh diri karena kesepian seperti

banyaknya kasus bunuh diri yang ada di daerah Kabupaten Gunung Kidul (Gandhi, 2022; Hidayat, 2018). Terdapat sebuah kasus dari seseorang yang akan berusia 25 tahun dan merasakan kesepian karena tidak memiliki lingkungan pertemanan yang berkualitas tinggi. Seseorang tersebut mengatakan jika masa dewasa jauh lebih susah mendapatkan teman dibandingkan dengan masa remaja (*BBC News*, 2019).

Kasus selanjutnya adalah pembunuhan yang dilakukan seseorang berumur 35 tahun berinisial RT kepada temannya akibat perasaan dendam yang ada di hatinya. Kemudian, karena RT tidak memiliki teman dekat yang bisa menjadi tempat curhat dan tidak ada yang memberi ketenangan, maka RT memilih untuk mengikuti hatinya dengan melakukan pembunuhan (Ernes, 2022; Rahmawati, 2022). Selebriti berinisial DC (29 tahun) mengatakan jika teman-teman yang ada disekitar DC hanya datang untuk masalah pekerjaan. Hal ini membuat DC merasa jika tidak memiliki dukungan terutama ketika DC terseret kasus (Rahmawati, 2021). Beberapa masalah dari dewasa awal terkait pertemanan akhirnya melahirkan artikel tips cara berteman dan memelihara hubungan pertemanan seperti Nariswari (2021), Camelia (2022), dan Pratiwi (2021).

Salah satu faktor yang menyebabkan *friendship quality* menjadi rendah adalah perilaku *phubbing*. Perilaku *phubbing* akan membuat keterlibatan seseorang dalam percakapan berkurang yang membuat terganggunya interaksi sosial (Turkle, 2011). *Phubbing* merupakan suatu perilaku seseorang yang akan mengabaikan orang lain saat berinteraksi dan

memilih untuk fokus kepada *handphone* (Karadağ et al., 2015). *Phubbing* ditemukan memiliki dampak negatif terhadap kualitas hubungan karena sering mengakibatkan konflik (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019). Perilaku *phubbing* akan menurunkan kualitas dari hubungan pertemanan. Hal ini disebabkan oleh adanya rasa kesal terhadap seseorang yang melakukan *phubbing* karena mereka sering mengabaikan orang lain saat percakapan berlangsung (Rois & Purwani, 2022). Padahal penduduk Indonesia yang menggunakan *smartphone* mencapai 202,6 juta dan usia 20-29 tahun menjadi usia terbanyak yang menggunakan *smartphone* (Adisty, 2022).

Penelitian untuk melihat keterkaitan antara perilaku *phubbing* dan *friendship quality* pernah dilakukan sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Lestari (2020) kepada generasi Z didapatkan jika terdapat hubungan signifikan yang negatif antar perilaku *phubbing* dan *friendship quality*. Penelitian selanjutnya oleh Parus et al (2021) mendapatkan hasil adanya efek negatif dari perilaku *phubbing* terhadap *friendship quality* terhadap mahasiswa. Namun, hasil penelitian yang didapatkan oleh Maharani (2020) adalah tidak adanya pengaruh antara perilaku *phubbing* dengan *friendship quality* pada remaja akhir. Mashoedi & Pekerti (2022) dalam penelitiannya juga menemukan jika *friendship quality* pada orang yang beranjak dewasa tidak terpengaruh oleh perilaku *phubbing*.

Selain *phubbing*, faktor lain yang juga menyebabkan tingginya *friendship quality* adalah *self disclosure*. Dengan adanya *self disclosure*, seseorang bisa saling mengetahui dan juga mengenal sifat serta pola pikir orang

lain sehingga hubungan pertemanan bisa menjadi baik (Patel, 2017). Perkembangan dan pemeliharaan hubungan pertemanan tergantung dari bagaimana keterbukaan dalam hubungan, serta adanya rasa suka berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman (Desjarlais, Gilmour, Sinclair, Howell, & West, 2015). *Self disclosure* adalah mengungkapkan tentang informasi apapun tentang diri seseorang tersebut kepada orang lain (Caci, Cardaci, & Miceli, 2019; Wheelless & Grotz, 1976). Chairunnisa (2018) mengungkapkan masih banyak yang merasa sulit dan malu untuk mengungkapkan diri secara langsung pada orang lain. Padahal ketika dalam hubungan terdapat pengungkapan tentang diri individu satu sama lain, maka individu tersebut akan bisa lebih mengenal satu sama lain dan *friendship* yang ada menjadi lebih tinggi (Willems, Finkenauer, & Kerkhof, 2020).

Penelitian untuk melihat keterkaitan antara perilaku *self disclosure* dan *friendship quality* sudah pernah dilakukan pada penelitian – penelitian sebelumnya. Terdapat penelitian yang menemukan hasil terdapatnya hubungan signifikan yang bernilai positif antara *self disclosure* dengan *friendship quality* (Indrawan & Lestari, 2021). Oktaviani (2020) yang melakukan penelitian kepada remaja akhir juga menemukan temuan terdapatnya hubungan signifikan yang bernilai positif antara *self disclosure* dan *friendship quality*. Namun, Rumambi (2017) dalam penelitiannya menemukan perbedaan hasil yaitu *self disclosure* tidak mempengaruhi tinggi rendahnya *friendship quality*. Penelitian dari (Wang, Jackson, & Zhang, 2011) juga menemukan hasil penelitian jika *self disclosure* tidak mempengaruhi *friendship quality*. Terdapat juga temuan

jika tidak terdapat hubungan antara *self disclosure* dengan *friendship quality* terhadap siswa remaja (Nurlaili, 2022).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, kajian tentang topik *friendship quality* masih menarik untuk diteliti. Ditambah masih sedikitnya penelitian tentang pertemanan terhadap dewasa awal (Hojjat & Moyer, 2017). Penelitian ini menjadi penting karena masa dewasa awal menjadi masa saat permasalahan yang sering dihadapi adalah hubungan pertemanan yang renggang. Hal ini menyebabkan munculnya rasa kesepian dan *quarter life crisis* pada dewasa awal karena *friendship quality* yang rendah (Febrieta, 2017; Sari, 2021). Rasa kesepian yang dimiliki dewasa awal ini bisa menyebabkan terjadinya peristiwa bunuh diri (Gandhi, 2022). Padahal jika seorang dewasa awal memiliki *friendship quality* yang tinggi, hubungan tersebut akan memberikan bantuan, rasa aman, dan juga dukungan emosional (Utomo, 2020). Tingginya *friendship quality* ini akan membuat seorang dewasa awal memiliki kepuasan hidup, *subjective well-being*, resiliensi, dan juga kebahagiaan (Hapsari & Sholichah, 2021; Kaparang & Himawan, 2022; Salsabila & Maryatmi, 2019; Soviana, 2020).

Penelitian ini dilakukan pada dewasa awal di Kota Surabaya. Surabaya merupakan kota metropolitan dengan penduduk terpadat kedua di Indonesia. Karakteristik masyarakat Surabaya memiliki sifat ekspresif, mudah bergaul, dan lebih terbuka dalam berkomunikasi terhadap orang lain (Pemerintah Kota Surabaya, 2023). Dengan karakteristik masyarakat Surabaya yang terlihat memiliki peluang besar untuk memiliki *friendship quality* yang

tinggi, belum ditemukan adanya penelitian tentang *friendship quality* pada dewasa awal di Surabaya. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Soekoto, Muttaqin, & Tondok (2020) ditemukan jika *friendship quality* pada remaja akhir di Surabaya lebih tinggi dibandingkan dengan *friendship quality* yang dimiliki oleh remaja tengah dan remaja awal.

Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian – penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu bedanya variabel yang diteliti karena belum ada penelitian yang meneliti secara langsung pengaruh 2 variabel secara bersamaan yaitu *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality*. Penelitian sebelumnya meneliti variabel *friendship quality* dengan *phubbing* dan *self disclosure* secara terpisah. Selain itu, subjek, metode dan lingkungan juga menjadi pembeda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. Subjek yang digunakan oleh penelitian sebelumnya kebanyakan menggunakan subjek remaja sedangkan penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal.

Masih ditemukan juga hasil yang berbeda dari beberapa penelitian yaitu terdapat penelitian yang menyatakan ada hubungan dan pengaruh tetapi ada juga yang menyatakan tidak ada hubungan dan pengaruh antar variabel. Penelitian ini akan melihat pengaruh antara *phubbing* dan *self disclosure* secara bersamaan terhadap *friendship quality* pada dewasa awal dan diharapkan dapat memberikan gambaran kontribusi dari kedua variabel terhadap tinggi rendahnya *friendship quality* pada dewasa awal.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yang didasarkan latar belakang sebelumnya adalah

1. Apakah terdapat pengaruh *phubbing* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal?
2. Apakah terdapat pengaruh *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal?
3. Apakah terdapat pengaruh *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal?

C. Keaslian Penelitian

Beberapa peneliti telah melakukan penelitian sebelumnya tentang variabel perilaku *phubbing*, *self disclosure* dan *friendship quality*. Penelitian Lestari (2020) memperoleh hasil penelitian jika terdapat hubungan signifikan yang bernilai negatif antar perilaku *phubbing* dan *friendship quality*. Hubungan ini memiliki arti jika semakin tinggi tingkat perilaku *phubbing* maka semakin rendah *friendship quality* yang dimiliki oleh Gen Z di Universitas X di Jakarta Barat. Selanjutnya, Parus et al (2021) mendapatkan temuan adanya efek negatif dari perilaku *phubbing* terhadap *friendship quality* terhadap mahasiswa dengan menggunakan uji regresi linear sederhana. Mahasiswa dengan perilaku *phubbing* tingkat tinggi akan membuat *friendship quality* yang dimiliki bertingkat rendah, begitu juga jika tingkat perilaku *phubbing* yang dimiliki rendah berarti tingkat *friendship quality* yang dimiliki akan semakin tinggi.

Selain itu, Ilham & Rinaldi (2019) juga melakukan penelitian tentang pengaruh *phubbing* terhadap *friendship quality*. Subjek yang digunakan adalah mahasiswa sejumlah 116 menggunakan teknik *purposive sampling* dan uji regresi linear sederhana. Maharani (2020) dalam penelitiannya yang menggunakan teknik *snowball* sampling mendapatkan hasil penelitian tidak adanya pengaruh antara perilaku *phubbing* dengan *friendship quality* pada 200 remaja akhir. Tetapi ketika dimoderasi oleh kecerdasan emosi, perilaku *phubbing* menjadi memiliki pengaruh terhadap *friendship quality* pada remaja akhir. Mashoedi & Pekerti (2022) pernah melakukan penelitian tentang *phubbing* dan *friendship quality* menggunakan 166 orang yang beranjak dewasa di Depok, Jakarta, Tangerang, Bekasi, dan Bogor. Teori yang digunakan adalah teori *phubbing* milik Roberts dan David. Penelitian selanjutnya oleh Haq (2022) menggunakan generasi Z di kota Palembang sebagai sampel dan *purposive sampling* sebagai teknik sampling. Penelitian ini mencari pengaruh perilaku *phubbing* melalui komunikasi interpersonal untuk memprediksi *friendship quality*.

Prayona (2019) meneliti *friendship quality* pada 211 siswa berusia 15-19 tahun di Yogyakarta. Penelitian ini mencari peran penengah *anxiety attachment* antara pengalaman *being phubbed* dengan *friendship quality*. Penelitian tentang *phubbing* juga pernah dilakukan oleh Sun & Samp (2022) dengan survei online pada pengguna *smartphone* berusia diatas 18 tahun. Hasil penelitian yang didapatkan adalah *phubbing* memiliki dampak pada hubungan dengan teman terutama kepuasan relasional. Penelitian dari Alencar (2021)

menggunakan metode *quasi experiment* dengan 96 subjek untuk melihat dampak perilaku *phubbing* kepada *friendship quality*. Subjek akan diberikan video interaksi teman berdurasi 2 menit dan dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu kelompok dengan video tidak ada *phubbing*, video dengan *phubbing* sebagian, dan video *phubbing* penuh. Aulia (2019) melakukan penelitian kepada siswa di daerah Tangerang. Hasil yang didapatkan adalah *friendship quality* bisa mempengaruhi adiksi penggunaan *smartphone* pada siswa.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurlaili (2022) ditemukan jika tidak terdapat hubungan antara *self disclosure* dengan *friendship quality* terhadap 154 siswa remaja. Penelitian menggunakan uji korelasi rank spearman dengan skala *friendship quality* dari Parker dan Asher serta skala *self disclosure* dari Devito. Kemudian Oktaviani (2020) juga melakukan penelitian tentang *self disclosure* dan *friendship quality* menggunakan sampel 100 remaja akhir. Penelitian yang dilakukan menggunakan skala *self disclosure* dari Jourad dan skala *friendship quality* dari Parker dan Asher. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Rumambi (2017) kepada 39 siswa menggunakan skala *self disclosure* dari Jourad. Penelitian yang dilakukan menemukan hasil yaitu *self disclosure* tidak mempengaruhi tinggi rendahnya *friendship quality* sehingga variabel *self disclosure* dikatakan tidak bisa menjadi prediktor dari variabel *friendship quality*. Desjarlais & Joseph (2017) dalam penelitian tentang *friendship quality* menggunakan skala *self disclosure* dari Valkenburg dan Peter dan skala *friendship quality* milik Armsden dan Greenberg. Sampel yang digunakan adalah 212 dewasa muda berusia 18-25 tahun.

Selanjutnya, Vijayakumar et al (2020) dalam penelitiannya menyatakan jika ada keterkaitan antara *self disclosure* dengan *friendship quality* pada 125 remaja yang diteliti. *Friendship quality* bisa menjadi lebih tinggi jika tingginya *self disclosure* juga dimiliki oleh remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Stefanie (2016) menggunakan metode kualitatif dengan wawancara, observasi, dan juga dokumentasi untuk mengetahui *self disclosure* dalam persahabatan. Subjek yang digunakan adalah 3 pasang sahabat yang berusia antara 23-24 tahun. Penelitian tentang *friendship quality* selanjutnya dilakukan oleh Baiocco, Laghi, Di Pomponio, & Nigito (2012) terhadap gay dan lesbian berusia 14-22 tahun di Italia. Tujuan dari penelitian ini adalah mencari perbedaan gender dalam *friendship quality* dan melakukan *self disclosure* pada pola persahabatan gay dan lesbian. Indrawan & Lestari (2021) melakukan penelitian tentang *self disclosure* dan *friendship* pada mahasiswa berusia 18-21 tahun. Penelitian ini menggunakan teknik sampel *quota sampling* dan menggunakan uji korelasi *product moment* serta uji *one way anova*.

Tian (2013) melakukan penelitian pada 385 blogger menggunakan teori *self disclosure* milik Miller, Berg, dan Archer dan teori *friendship quality* milik Furman dan Buhrmester. Hasil penelitian ini adalah semakin akrab informasi yang dibagikan melalui blog maka blogger akan mendapatkan teman baru dan memiliki *friendship quality* lebih tinggi. Wang et al (2011) melakukan penelitian kepada 190 remaja SMK dengan umur 15-19 tahun di China. Teori *friendship quality* dalam penelitian ini menggunakan teori milik Valkenburg

dan Peter. Penelitian ini mendapatkan hasil jika *self disclosure* dan juga komunikasi secara online tidak ada kaitannya dengan *friendship quality*.

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dituliskan, penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian – penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu bedanya variabel yang diteliti karena belum ada penelitian yang meneliti secara langsung pengaruh 2 variabel secara bersamaan yaitu *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality*. Penelitian sebelumnya meneliti variabel *friendship quality* dengan *phubbing* dan *self disclosure* secara terpisah. Selain itu, subjek, metode dan lingkungan juga menjadi pembeda penelitian ini dengan penelitian sebelumnya. Subjek yang digunakan oleh penelitian sebelumnya kebanyakan menggunakan subjek remaja sedangkan penelitian ini menggunakan subjek dewasa awal. Kemudian, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *random sampling*, juga menggunakan lokasi di Surabaya.

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk

1. Mengetahui pengaruh *phubbing* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal.
2. Mengetahui pengaruh *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal.
3. Mengetahui pengaruh *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan juga memperkuat teori yang sudah ada khususnya pada bidang psikologi sosial tentang *friendship quality* dan psikologi perkembangan khususnya masa dewasa awal.
- b. Penelitian ini bermanfaat untuk menjadi referensi dari penelitian-penelitian terbaru mengenai *friendship quality*.

2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan rujukan dalam menyelesaikan permasalahan tentang *friendship quality* dan membantu meningkatkan *friendship quality* yang dimiliki agar dewasa awal bisa merasakan dampak positif dari tingginya *friendship quality*.
- b. Penelitian ini dapat membantu dewasa awal mengurangi perilaku *phubbing* dan meningkatkan *self disclosure* sehingga dapat memiliki hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi.

F. Sistematika Pembahasan

Pembahasan pada penelitian terbagi menjadi 5 bab, yaitu pendahuluan, kajian pustaka, metode penelitian, hasil dan pembahasan, serta penutup. Sistematika pembahasan penelitian ini mengacu kepada panduan milik UIN Sunan Ampel Surabaya.

Bab pertama merupakan pendahuluan, yang berisi latar belakang dari permasalahan yang diangkat dalam penelitian. Bab ini juga berisi pertanyaan

penelitian, keaslian penelitian, serta tujuan dan manfaat dari penelitian ini. Bagian terakhir dari bab pendahuluan adalah sistematika pembahasan.

Bab kedua merupakan kajian pustaka yang berisi tentang teori-teori dari variabel yang digunakan dalam penelitian. Kajian pustaka meliputi pengertian, aspek, dan juga faktor dari *friendship quality*, *phubbing*, dan *self disclosure*. Bab ini juga membahas tentang hubungan dari ketiga variabel yang ada, kerangka teoritik dari penelitian, juga hipotesis yang muncul.

Bab ketiga berisi metode penelitian yang menjabarkan rancangan penelitian, identifikasi variabel, definisi operasional, populasi, teknik sampling, dan juga sampel. Bab metode penelitian juga menjabarkan tentang lokasi dan waktu yang digunakan dalam penelitian, instrument penelitian, dan analisis data.

Bab keempat berisi hasil dan pembahasan yang dimulai dari penjabaran perencanaan, pelaksanaan, dan hasil penelitian. Kemudian dilanjutkan dengan menguji hipotesis yang terdiri dari uji asumsi klasik sebelum menguji hipotesis menggunakan uji regresi linear berganda. Bagian terakhir dari bab ini adalah tentang pembahasan yang membahas tentang hasil penelitian dan dikaitkan dengan teori yang ada.

Bab kelima merupakan penutup yang berisi kesimpulan dari penelitian yang didapat dari pertanyaan penelitian dan pembahasan yang telah dibahas pada bab-bab sebelumnya. Bab ini ditutup dengan saran untuk penelitian selanjutnya dan juga pihak-pihak lain yang berhubungan dengan penelitian ini.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Friendship Quality*

1. Pengertian *Friendship Quality*

Friendship quality merupakan suatu pertemanan yang dinilai dari tinggi dan rendahnya kualitas hubungan. Tingginya kualitas hubungan dari pertemanan bisa dilihat dari sejauh mana kebersamaan pertemanan (*companionship*) dalam hubungan, saling membantu antar teman, dan juga meningkatnya harga diri (*self esteem*) satu sama lain. Sebaliknya, rendahnya kualitas hubungan dari pertemanan adalah adanya ketidaksetaraan, persaingan dan juga konflik dalam hubungan pertemanan (Mathur & Berndt, 2006; Matitaputty & Rozali, 2021). Menurut Mee Thien et al (2012), *friendship quality* merupakan penilaian sejauh mana hubungan pertemanan itu yang ditandai dengan adanya ketentuan tertentu seperti keintiman, bantuan, dukungan, validasi, kepedulian, dan juga *companionship*.

Friendship quality merupakan ukuran kualitas suatu hubungan pertemanan. Dalam hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi akan saling peduli, membantu, mendukung, bersama, dan juga melindungi satu sama lain. Hubungan pertemanan yang berkualitas tinggi memiliki tingkat konflik dan juga pengkhianatan yang rendah (Parker & Asher, 1993; Verswijvel, Heirman, Hardies, & Walrave, 2018). Hojjat & Moyer (2017)

mendefinisikan *friendship quality* sebagai pengukuran dari eksistensi persahabatan. Kualitas ini akan menilai sejauh mana persahabatan tersebut memenuhi ketentuan utama dari sebuah hubungan yang bersifat timbal balik.

Friendship quality yang tinggi akan membuat individu yang menjalani hubungan pertemanan tersebut memiliki perilaku sosial yang baik, saling terbuka, dukungan harga diri, keintiman dan juga loyalitas antar keduanya. Sedangkan *friendship quality* yang rendah membuat hubungan pertemanan tersebut sering memiliki konflik, dan juga terdapat persaingan untuk membuktikan siapa yang lebih baik. Selain itu, salah satu pihak merasa bahwa pihak lain terkadang menjadi bos dan akan mendominasi dunia mereka (Berndt, 2002).

2. Aspek *Friendship Quality*

Friendship quality memiliki 5 aspek, yaitu

- 1) *Companionship*, yaitu jumlah waktu yang dihabiskan oleh sepasang teman untuk bersama.
- 2) Rendahnya konflik, yaitu sesuatu yang dikaitkan dengan pemutusan hubungan. Adanya perbedaan pendapat, perkelahian, dan saling mengganggu akan mempengaruhi kelangsungan hubungan pertemanan.
- 3) *Help*, yaitu ketersediaan seseorang untuk datang membantu jika temannya membutuhkan pertolongan.

- 4) *Security*, yaitu keyakinan seseorang untuk merasa aman memiliki hubungan pertemanan dengan orang lain, yang mencakup merasa percaya dan dapat mengandalkan temannya.
- 5) *Closeness*, yaitu kedekatan dan keterikatan yang dirasakan oleh seseorang dengan temannya (Bukowski, Hoza, & Boivin, 1994; Eggermont, Bastin, & Claes, 2021).

3. Faktor *Friendship Quality*

Faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya *friendship quality* menurut Turkle (2011) antara lain

- 1) Komunikasi, sedikit banyaknya komunikasi yang dilakukan baik secara langsung maupun melalui teknologi akan menumbuhkan koneksi yang berkelanjutan.
- 2) Keinginan untuk peduli, hubungan yang saling memiliki keinginan untuk peduli dan menolong orang lain akan meningkatkan pertemanan. Seseorang menginginkan temannya peduli seperti seseorang tersebut peduli kepada temannya.
- 3) Perilaku *phubbing*, perilaku ini akan membuat keterlibatan seseorang dalam percakapan menjadi berkurang sehingga membuat terganggunya interaksi sosial.
- 4) Teknologi, menggunakan aplikasi *chatting* dan telepon bisa meningkatkan frekuensi kebersamaan sehingga hubungan pertemanan menjadi lebih dekat.

Menurut Patel (2017), faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya *friendship quality* antara lain

- 1) Persepsi, mengacu kepada kemampuan untuk menangkap atau menebak perkataan ataupun perilaku dari orang lain.
- 2) Ketersediaan, artinya seseorang bersedia untuk membantu ketika dibutuhkan oleh orang lain.
- 3) Kepercayaan, artinya seseorang memiliki keyakinan kuat untuk percaya dan mengandalkan atas perkataan ataupun kemampuan orang lain.
- 4) *Self disclosure*, artinya seseorang bisa saling mengetahui dan juga mengenal sifat serta pola pikir orang lain sehingga hubungan pertemanan bisa menjadi baik (Patel, 2017).

B. Phubbing

1. Pengertian Phubbing

Phubbing memiliki 2 akar kata, yaitu *phone* dan juga *snubbing*, yang berarti mengabaikan menggunakan ponsel. *Phubbing* merupakan perilaku saat seseorang mengabaikan orang lain dengan memperhatikan *handphone* saat berbicara langsung dengan orang lain di lingkungan sosial. Hal ini bisa menyebabkan sakit hati pada orang lain akibat merasa tidak diacuhkan saat berbicara (Chotpitayasunondh & Douglas, 2018b). *Phubbing* merupakan tindakan dari seseorang mengabaikan orang lain saat berinteraksi dan memilih untuk fokus kepada *handphone*. Seseorang dikatakan melakukan perilaku *phubbing* ketika memilih untuk melihat dan

lebih fokus kepada *handphone* sehingga seseorang tersebut melepaskan diri dari percakapan yang sedang berlangsung (Karadağ et al., 2015).

Menurut Al-Saggaf & O'Donnell (2019), *phubbing* merupakan perilaku saat seseorang memainkan *handphone* pada saat sedang bercakap-cakap dengan orang lain. Orang yang melakukan *phubbing* disebut dengan *phubber* dan orang yang mengalami *phubbing* dari orang lain disebut dengan *phubbee(s)*. Menurut Roberts & David (2016), *phubbing* adalah perilaku seseorang melihat *handphone*, menjawab telepon masuk, mengetik *chat*, atau mengecek sosial media ketika orang lain berbicara dalam suatu komunikasi.

Perilaku *phubbing* yang dilakukan seseorang saat komunikasi sedang berlangsung secara sadar atau tidak sadar akan membuat munculnya rasa terabaikan atau terkucilkan. *Phubbing* memiliki ciri-ciri adanya kontak mata yang dialihkan kepada *handphone* padahal seharusnya kontak mata terjadi antara individu yang berbicara dan yang mendengarkan. Hal ini akan memunculkan penafsiran sebagai memberikan perilaku menolak secara sosial ataupun perilaku *silent treatment* (Aditia, 2021).

2. Aspek *Phubbing*

Menurut Chotpitayasunondh & Douglas (2018a), *phubbing* memiliki 4 aspek yaitu

- 1) *Nomophobia*, yaitu adanya rasa kegelisahan ketika jauh dari *handphone*. Individu yang tidak berada di dekat *handphone* akan merasa gelisah, munculnya rasa cemas juga tidak nyaman.

- 2) Konflik interpersonal, yaitu munculnya konflik dengan orang lain akibat terhambatnya komunikasi dalam suatu interaksi sosial.
- 3) Isolasi diri, yaitu individu yang memisahkan diri dari orang lain dengan fokus terhadap *handphone* untuk menghindari interaksi sosial.
- 4) Pengakuan masalah, yaitu pengakuan yang muncul dalam individu bahwa individu tersebut terlalu banyak fokus terhadap *handphone* dan tidak mengacuhkan interaksi sosial.

3. Faktor *Phubbing*

Karadağ et al (2015) mengemukakan faktor *phubbing* antara lain

- 1) Kecanduan *smartphone*, yaitu seseorang yang candu dan memiliki keterikatan dengan *smartphone* sehingga akan mempengaruhi kehidupan seseorang tersebut.
- 2) Kecanduan internet, yaitu menggunakan internet secara berlebihan dan juga tidak terkontrol sehingga menyebabkan masalah seperti masalah psikologis, sosial, dan juga pekerjaan.
- 3) Kecanduan sosial media, yaitu tidak mempunya mengontrol penggunaan sosial media dan adanya rasa gelisah ketika tidak memainkan sosial media dalam waktu lama.
- 4) Kecanduan *game*, yaitu adanya keinginan untuk terus bermain *game* secara berlebihan dan akan menimbulkan dampak negatif bagi individu tersebut.

C. *Self Disclosure*

1. Pengertian *Self Disclosure*

Self disclosure merupakan tindakan mengungkapkannya informasi apapun kepada orang lain dari seseorang. Informasi yang dibagikan merupakan informasi pribadi yang bersifat intim (Caci et al., 2019; Wheelless & Grotz, 1976). Menurut DeVito (2014), *self disclosure* menjadi suatu bentuk komunikasi pengungkapan diri dari seseorang yang akan memberikan pesan informasi terkait diri kepada lawan bicaranya. Informasi yang diungkapkan ini dilakukan secara sadar dan sengaja.

Karina & Suryanto (2012) mengemukakan *self disclosure* sebagai pengungkapan suatu pesan tentang diri seseorang kepada lainnya. Proses pengungkapan diri berlangsung secara sukarela untuk meningkatkan kedekatan antara individu dengan lawan bicaranya. Menurut Taylor et al (2009), *self disclosure* merupakan proses mengungkapkan fakta pribadi yang tidak diketahui orang lain. *Self disclosure* ini bisa berupa opini pribadi ataupun penilaian tentang orang lain.

Pesan yang diungkapkan berisi tentang perasaan, pengalaman, juga pendapat yang jujur dan akurat. Proses *self disclosure* tidak boleh dilakukan atas dasar kebohongan hanya untuk menampilkan individu tersebut merupakan individu yang baik (Ni'matillah, 2015). *Self disclosure* yang tinggi pada seseorang akan membuat seseorang tersebut suka berinteraksi dengan orang lain dibandingkan dengan seseorang yang kurang terbuka.

Seseorang dengan tingkat *self disclosure* rendah akan membuat seseorang tersebut sulit untuk berkomunikasi dengan orang lain (Gainau, 2009).

2. Aspek *Self Disclosure*

Aspek *self disclosure* antara lain

- 1) *Intended disclosure*, yaitu adanya niat secara sadar atau sengaja tentang pengungkapan terkait informasi diri pada orang lain.
- 2) *Amount factor*, yaitu frekuensi dan juga durasi dari pengungkapan diri kepada orang lain.
- 3) *Positive-negative disclosure*, yaitu informasi positif atau negatif yang diungkapkan oleh seseorang kepada orang lain.
- 4) *Honesty-accuracy disclosure*, yaitu kejujuran dan juga keakuratan individu memandang diri sendiri sehingga mampu mengungkapkan informasi pribadi secara jujur dan akurat pula.
- 5) *Control of general depth*, yaitu perasaan individu atas kedalaman pesan dari topik yang diungkapkan kepada orang lain (Kim, Shin, & Chai, 2015; Wheelless & Grotz, 1976).

3. Faktor *Self Disclosure*

Self disclosure dipengaruhi oleh beberapa hal menurut DeVito (2014), yaitu antara lain

- 1) Efek diadik, merupakan berlangsungnya komunikasi diantara dua orang. Ketika salah satu individu mengungkapkan informasi diri, maka yang lain menjadi terdorong juga untuk mengungkapkan informasi diri.

- 2) Besar kelompok, artinya *self disclosure* pada kelompok dengan ukuran kecil memiliki kemungkinan lebih besar daripada pada kelompok dengan ukuran besar. Kemungkinan ini disebabkan umpan balik atas informasi yang diungkapkan bisa lebih baik dan bisa lebih mengontrol situasi komunikasi.
- 3) Topik pembicaraan, artinya semakin akrab hubungan antar individu maka akan semakin dalam topik pembicaraannya.
- 4) Nilai atau valensi, individu lebih suka mengungkapkan informasi positif diri apalagi jika lawan bicara bukan merupakan orang yang sangat akrab dengan individu tersebut.
- 5) Jenis kelamin, perempuan lebih tinggi tingkat *self disclosure* yang dimiliki daripada laki – laki.
- 6) Ras, terdapat ras yang lebih memiliki tingkat *self disclosure* tinggi daripada lainnya. Contohnya adalah orang dengan ras kulit putih di Amerika yang tingkat *self disclosure*nya lebih tinggi dibandingkan orang Negro.
- 7) Usia, orang yang berusia 17-50 tahun lebih memiliki tingkat *self disclosure* tinggi dibandingkan dengan usia dibawah 17 atau diatas 50 tahun.
- 8) Kedekatan dalam hubungan, seseorang akan lebih mudah mengungkapkan diri pada orang yang dirasa dekat atau akrab.

D. Pengaruh *Phubbing*, *Self Disclosure* Terhadap *Friendship Quality*

Friendship quality dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu komunikasi, keinginan untuk peduli, perilaku *phubbing*, teknologi, persepsi, ketersediaan, kepercayaan, dan *self disclosure* (Patel, 2017; Turkle, 2011). Pengaruh perilaku *phubbing* terhadap *friendship quality* telah diteliti oleh beberapa peneliti. Namun masih terdapat beberapa hasil penelitian antara penelitian satu dan yang lain. Perilaku *phubbing* ditemukan adanya hubungan dengan *friendship quality* di beberapa penelitian sebelumnya seperti penelitian dari Ilham & Rinaldi (2019), Lestari (2020), Parus et al (2021), dan Rois & Purwani (2022). Pengaruh yang diberikan kepada *friendship quality* adalah pengaruh negatif yang disebabkan oleh adanya rasa kesal terhadap seseorang yang melakukan *phubbing* karena mereka sering mengabaikan orang lain saat percakapan berlangsung. Ketika perilaku *phubbing* semakin tinggi akan mempengaruhi *friendship quality* menjadi rendah.

Berbeda pada penelitian dari Mashoedi & Pekerti (2022) yang tidak menemukan adanya pengaruh dari perilaku *phubbing* pada *friendship quality*. Maharani (2020) dalam penelitiannya juga mendapatkan hasil jika tidak ada pengaruh langsung antara perilaku *phubbing* dengan *friendship quality*. Namun, perilaku *phubbing* menjadi memiliki pengaruh terhadap *friendship quality* ketika terdapat variabel kecerdasan emosi sebagai variabel moderator.

Selanjutnya, pengaruh *self disclosure* terhadap *friendship quality* juga telah diteliti oleh beberapa peneliti. Namun, masih tetap ditemukan perbedaan hasil dari beberapa penelitian sebelumnya. *Self disclosure* dikatakan memiliki

pengaruh berdasarkan penelitian dari Desjarlais & Joseph (2017), Oktaviani (2020), dan Vijayakumar et al (2020). *Self disclosure* memiliki hubungan dan pengaruh terhadap *friendship quality* yang artinya untuk meningkatkan *friendship quality* yang ada bisa dilakukan dengan meningkatkan *self disclosure*.

Tetapi, Nurlaili (2022) dan juga Rumambi (2017) memiliki hasil yang berbeda yaitu tidak ditemukan hubungan dari *self disclosure* dengan *friendship quality*. *Self disclosure* tidak mempengaruhi tinggi rendahnya *friendship quality* sehingga variabel *self disclosure* dikatakan tidak bisa menjadi prediktor dari variabel *friendship quality*.

E. Kerangka Teori

Friendship quality pada dewasa awal disebabkan oleh beberapa hal. Turkle (2011) menyebutkan jika salah satu faktor *friendship quality* merupakan perilaku *phubbing*. Penelitian dari Ilham & Rinaldi (2019) dan Parus et al (2021) menemukan hasil jika *friendship quality* benar dipengaruhi secara signifikan oleh variabel perilaku *phubbing*. Hal ini disebabkan oleh adanya rasa kesal terhadap seseorang yang melakukan *phubbing* karena mereka sering mengabaikan orang lain saat percakapan berlangsung. Kemudian Patel (2017) menyebutkan jika salah satu faktor *friendship quality* adalah *self disclosure*. Penelitian dari Desjarlais & Joseph (2017) mendapatkan temuan jika terdapat pengaruh dari *self disclosure* terhadap *friendship quality*. *Friendship quality* yang ada bisa ditingkatkan dengan cara meningkatkan *self disclosure*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif korelasional sebagai rancangan penelitian, rancangan ini akan menganalisis apakah antar variabel terdapat hubungan sebab akibat atau tidak (Sugiyono, 2017). Penelitian ini akan menganalisis pengaruh perilaku *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal.

B. Identifikasi Variabel

Penelitian ini menggunakan 3 variabel yang terdiri dari 2 variabel bebas atau independen (X1 dan X2) serta 1 variabel terikat atau dependen (Y).

1. Variabel bebas (X1) : *Phubbing*
2. Variabel bebas (X2) : *Self Disclosure*
3. Variabel terikat (Y) : *Friendship Quality*

C. Definisi Operasional

1. *Friendship quality*

Friendship quality adalah ukuran tinggi rendahnya kualitas pada hubungan pertemanan yang diukur dengan skala *Friendship Quality* yang memiliki aspek *companionship*, rendahnya konflik, *help*, *security*, dan *closeness*. *Friendship quality* dalam penelitian ini dikatakan tinggi ketika

secara acak tanpa memperhatikan strata dan setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama (Sugiyono, 2017). Kuesioner akan disebarakan melalui sosial media dan kepada beberapa orang. Subjek secara acak yang termasuk dalam kriteria dan bersedia menjadi responden akan mengisi kuesioner penelitian.

3. Sampel

Penelitian ini menggunakan sampel dengan kriteria berusia 20-39 tahun dan berdomisili di Surabaya. Kuota sampel dari penelitian ini menggunakan sejumlah 348 sampel berdasarkan tabel Isaac dan Michael dengan tingkat kesalahan 5% (Sugiyono, 2017).

E. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Kota Surabaya dengan subjek warga yang berdomisili di Kota Surabaya berumur 20-39 tahun.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama bulan Maret 2023 dengan menyebarkan kuesioner online melalui *google form* kepada warga Kota Surabaya.

F. Instrumen Penelitian

Terdapat 3 instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu instrumen *friendship quality*, *phubbing*, dan juga *self disclosure*. Penelitian ini menggunakan skala likert dengan pilihan jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Item pada instrumen penelitian ini menggunakan bentuk *favorable* dan *unfavorable*. Keterangan skor yang digunakan dalam penelitian ini disebutkan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 3.1. Tabel Skala Likert

Pilihan Jawaban	Skor	
	<i>Favorable (F)</i>	<i>Unfavorable (F)</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

1. Instrumen *Friendship Quality*

a. Definisi Operasional

Friendship quality adalah ukuran tinggi rendahnya kualitas pada hubungan pertemanan yang diukur dengan skala *Friendship Quality* yang memiliki aspek *companionship*, rendahnya konflik, *help*, *security*, dan *closeness*.

b. Alat Ukur

Alat ukur *friendship quality* pada penelitian ini mengadaptasi dari alat ukur yang dikembangkan oleh Bukowski et al (1994). Skala ini pernah digunakan oleh Aulia (2019) pada penelitiannya dengan nilai reliabilitas 0,778 yang terdiri dari 23 item dengan rincian 19 item berjenis *favorable* dan 4 item berjenis *unfavorable*. *Blueprint* dari skala *friendship quality* dijelaskan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 3.2. Blue Print Skala *Friendship Quality*

Aspek	No Item		Jumlah
	F	UF	
<i>Companionship</i>	1,2,3,4	-	4
Rendahnya Konflik	-	5,6,7,8	4
<i>Help</i>	9, 10, 11, 12, 13	-	5
<i>Security</i>	14, 15, 16, 17, 18	-	5
<i>Closeness</i>	19, 20, 21, 22, 23	-	5
Jumlah	19	4	23

Sebelum melakukan penyebaran kuesioner dan pengujian validitas serta reliabilitas, alat ukur *friendship quality* diatas melalui tahap *expert judgement* kepada 2 orang ahli, yaitu Ananda S.M., S.Psi., M.Psi selaku dosen psikologi pada Universitas Setia Budi Surakarta, *researcher* pada organisasi nirlaba Mafindo, dan *Co-founder* dari platform *Hope Elation*. Ahli selanjutnya adalah Qurrota A'yuni Fitriana, M.Psi., Psikolog selaku dosen psikologi di Universitas Negeri Surabaya dan psikolog di Biro Psikologi *Empathy*. Item yang ada setelah melalui proses *expert judgement* tidak berubah jumlahnya namun ada beberapa item yang berganti redaksi supaya bisa lebih dipahami oleh responden nantinya.

c. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

1) Validitas Instrumen

Penelitian ini menggunakan uji validitas guna mengetahui kevalidan alat ukur yang digunakan. Alat ukur tersebut dikatakan valid ketika nilai *corrected item-total correlation* yang ada bernilai lebih dari atau sama dengan 0,3 (Azwar, 2013). Skala *friendship quality* yang memiliki 23 item menggunakan *tryout* terpakai untuk menguji skala. Hasil pengukuran validitas disebutkan dalam tabel dibawah ini:

Tabel 3.3. Hasil Uji Validitas *Friendship Quality*

No Item	<i>Corrected Item-Total Correlation</i>	Keterangan
Item 1	.363	Valid
Item 2	.574	Valid
Item 3	.333	Valid
Item 4	.479	Valid
Item 5	-.007	Tidak Valid
Item 6	.591	Valid
Item 7	.594	Valid
Item 8	-.053	Tidak Valid
Item 9	.387	Valid
Item 10	.614	Valid
Item 11	.609	Valid
Item 12	.532	Valid
Item 13	.549	Valid
Item 14	.484	Valid
Item 15	.414	Valid
Item 16	.458	Valid
Item 17	.501	Valid
Item 18	.548	Valid
Item 19	.591	Valid
Item 20	.581	Valid
Item 21	.507	Valid
Item 22	.561	Valid
Item 23	.508	Valid

Berdasarkan data tabel diatas, skala *friendship quality* memiliki 2 item yang gugur yaitu pada item nomor 5 dan 8. Dua item ini dinyatakan tidak valid karena memiliki nilai *corrected item-total correlation* yang kurang dari atau sama dengan 0,3 sehingga harus dihapus dari skala dan mengubah *blueprint* awal. *Blueprint* skala *friendship quality* setelah menghapus item yang tidak valid tertera pada tabel dibawah ini:

2. Uji Heteroskedastisitas

Penelitian ini menggunakan uji heteroskedastisitas guna melihat adanya ketidaksamaan varians residual antar pengamatan. Model regresi dikatakan menjadi model yang baik ketika tidak memiliki gejala heteroskedastisitas. Data variabel dikatakan memiliki heteroskedastisitas ketika signifikansi yang ada bernilai <0.05 dan tidak berheteroskedastisitas ketika memiliki nilai signifikansi >0.05 (Yudiatmaja, 2013).

3. Uji Multikolinearitas

Penelitian ini memakai uji multikolinearitas guna melihat korelasi dari variabel independent yang ada. Model regresi dikatakan menjadi model yang baik jika tidak memiliki multikolinearitas didalamnya. Uji ini melihat dari nilai *tolerance* dan VIF, jika nilai VIF < 10 dan *tolerance* $> 0,10$ berarti tidak terdapat multikolinearitas, tetapi ketika nilai VIF > 10 dan *tolerance* $< 0,10$ berarti terdapat multikolinearitas (Yudiatmaja, 2013).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Merencanakan dan Melaksanakan Penelitian

Penelitian ini melalui beberapa tahap dalam perencanaan dan pelaksanaannya. Pada tahap merencanakan penelitian, peneliti mengidentifikasi permasalahan yang ada pada kehidupan sosial dan menentukan topik penelitian yang diambil. Setelah itu, peneliti menentukan subjek dan rumusan masalah dalam penelitian. Peneliti melakukan kajian literatur terkait dengan topik penelitian. Peneliti juga menyiapkan alat ukur variabel dengan mengadaptasi dari penelitian yang pernah dilakukan di Indonesia tentang topik yang sama.

Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti meminta bantuan ahli untuk melakukan proses *expert judgement* alat ukur. Setelah itu, baru peneliti melaksanakan penelitian pada dewasa awal di Surabaya mulai tanggal 15 Maret 2023 sampai dengan 18 Maret 2023. Penelitian ini dilakukan secara *online* menggunakan *google form* dan disebarikan melalui *whatsapp*, *Instagram*, *twitter*, dan *telegram*. Data yang telah terkumpul kemudian dilakukan proses skoring untuk bisa mendapatkan hasil penelitian serta membuat kesimpulan. Tahap terakhir adalah penulisan laporan yang

4) Status pernikahan

Tabel 4.13. Tabulasi Silang Status Pernikahan

		Status Nikah		Total
		Belum menikah	Sudah menikah	
FQ	Tinggi	53	8	61
	Sedang	214	37	251
	Rendah	34	2	36
Total		301	47	348

Dari tabel diatas dapat disimpulkan jika responden yang belum menikah memiliki tingkat *friendship quality* tinggi yang lebih banyak sebanyak 53 responden.

B. Pengujian Hipotesis**1. Uji Asumsi Klasik**

a. Uji Normalitas Residual

Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini bertujuan melihat normalnya distribusi data residual dari variabel. Uji normalitas yang digunakan menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov. Distribusi yang ada pada variabel dikatakan normal ketika memiliki nilai >0.05 , sebaliknya distribusi yang ada pada variabel dikatakan tidak normal ketika bernilai < 0.05 (Muhid, 2019).

sebesar 18% terhadap *friendship quality* dewasa awal di Surabaya. Mayoritas dewasa awal di Surabaya memiliki skor *phubbing* dengan kategori sedang sebesar 67%.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh (Parus et al., 2021) yaitu terdapat pengaruh negatif *phubbing* terhadap *friendship quality*. Ketika perilaku *phubbing* yang dilakukan oleh dewasa awal meningkat, maka *friendship quality* yang dimiliki akan menurun. Turkle (2011) menjelaskan jika *friendship quality* memiliki beberapa faktor, salah satunya adalah *phubbing*. Perilaku *phubbing* yang membuat seseorang lebih fokus terhadap ponsel akan mengurangi keterlibatan seseorang tersebut terhadap percakapan yang sedang berlangsung. Hal ini akhirnya membuat interaksi sosial yang ada menjadi terganggu.

Phubbing yang terjadi membuat seseorang menjadi merasa cemburu kekurangan keintiman saat sedang bersama dan bercakap-cakap dengan teman (Al-Saggaf & O'Donnell, 2019). Dewasa awal yang melakukan *phubbing* lebih memilih untuk menghabiskan waktunya untuk menggunakan ponsel dan menggantikan interaksi sosial yang sedang berlangsung. Adanya perilaku *phubbing* diantara teman akan mengurangi kedekatan yang dirasakan, koneksi, dan juga kepercayaan. Hal ini akhirnya mempengaruhi kualitas hubungan pertemanan yang ada akibat munculnya konflik.

Konflik yang muncul pada hubungan pertemanan dewasa awal akibat *phubbing* dan menurunkan *friendship quality* dikarenakan adanya miskomunikasi saat melakukan interaksi. Pelaku *phubbing* tidak akan

mendengarkan pembicaraan lawannya dengan penuh sehingga informasi yang tersampaikan menjadi tidak utuh. Tidak jarang lawan bicara harus mengulangi perkataan yang disampaikan akibat pelaku *phubbing* tidak mampu menerima informasi dengan penuh. Hal ini membuat lawan bicara menjadi kesal dan tidak nyaman terhadap interaksi yang sedang dilakukan. Dewasa awal yang melakukan *phubbing* pada saat berinteraksi dan mengabaikan percakapan membuat lawan bicara kehilangan empatinya terhadap pelaku *phubbing* tersebut. Bahkan pelaku *phubbing* juga dikucilkan oleh lingkungan sosialnya karena dianggap mempengaruhi interaksi sosial (Rois & Purwani, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Ilham & Rinaldi (2019) juga menemukan hasil jika perilaku *phubbing* memiliki pengaruh negatif terhadap *friendship quality*. Dewasa awal yang melakukan *phubbing* cenderung bersikap tidak peduli terhadap sekelilingnya, termasuk kepada percakapan dan situasi ketika sedang berkumpul bersama teman. Hal ini karena penggunaan ponsel membuat seseorang menjadi lebih fokus terhadap ponselnya untuk membuka sosial media atau mengirim pesan. Saat dewasa awal menggunakan ponsel ditengah-tengah interaksi akan memunculkan perasaan negatif sehingga mampu menurunkan kualitas hubungan pada pertemanan.

Hipotesis kedua pada penelitian ini diterima, yaitu terdapat pengaruh *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal. Nilai t hitung sebesar 5,359 dan t tabel sebesar 1,97 sehingga $t \text{ hitung} > t \text{ tabel}$ juga signifikansi pada uji T model *self disclosure* adalah 0,000 yang berarti berada dibawah 0,05 dengan nilai korelasi 0,284. Nilai korelasi yang positif

mengartikan jika pengaruh yang diberikan oleh *self disclosure* kepada *friendship quality* adalah positif. Berdasarkan hasil perhitungan sumbangan efektif dari R square, *self disclosure* memiliki pengaruh sebesar 8,68% terhadap *friendship quality* dewasa awal di Surabaya. Mayoritas dewasa awal di Surabaya memiliki skor *self disclosure* dengan kategori sedang sebesar 71,8%.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2020). Semakin tinggi *self disclosure* yang dilakukan oleh dewasa awal, maka akan semakin tinggi juga *friendship quality* yang dimiliki. Sebaliknya, semakin rendah *self disclosure* yang dilakukan dewasa awal, semakin rendah pula *friendship quality* yang dimiliki. Patel (2017) menyebutkan jika dengan adanya *self disclosure*, seseorang bisa saling mengetahui dan juga mengenal sifat serta pola pikir orang lain sehingga hubungan pertemanan bisa menjadi baik.

Dalam hubungan pertemanan, seseorang akan mencari kesamaan baik pikiran, perasaan, pandangan, atau sikap. Hal ini dapat diperoleh dengan cara berbagi informasi terkait pribadi satu sama lain. Ketika seseorang saling mengungkapkan terkait dirinya, maka akan muncul sikap mengenal, percaya, dan memahami antar karakter teman. Keakraban dalam hubungan pertemanan akan meningkat seiring dengan seringnya pengungkapan informasi pribadi sehingga seseorang akan bisa merasakan apa yang sedang dirasakan oleh temannya (Indrawan & Lestari, 2021).

Perkembangan dan pemeliharaan hubungan pertemanan tergantung dari bagaimana keterbukaan dalam hubungan, serta adanya rasa suka berbagi pikiran, perasaan, dan pengalaman (Desjarlais et al., 2015). Melakukan *self disclosure* dalam hubungan pertemanan akan meningkatkan kepercayaan, pengertian, dan juga komitmen dalam hubungan sehingga *friendship quality* akan meningkat. Dalam memulai hubungan pertemanan, *self disclosure* juga berperan untuk berbagi pernyataan positif antar teman sehingga memunculkan daya tarik dan dukungan satu sama lain. Penelitian yang dilakukan oleh Vijayakumar et al (2020) juga mendapatkan hasil yang sama yaitu *self disclosure* memiliki pengaruh terhadap *friendship quality*. *Self disclosure* akan meningkatkan perilaku afektif dan keterlibatan dalam hubungan pertemanan.

Self disclosure akan berubah menjadi lebih intim seiring dengan stabilnya hubungan pertemanan. Saat pertemanan baru terbentuk, *self disclosure* yang dilakukan akan sebatas nama, umur, atau diskusi ringan. Seiring berjalannya waktu, *self disclosure* akan berubah menjadi cita-cita, tujuan hidup, bahkan tentang kelemahan diri. Oleh karena itu, *self disclosure* penting untuk menjaga hubungan pertemanan tetap berkualitas. Ketika dalam hubungan pertemanan berhenti melakukan *self disclosure* bisa menjadi tanda adanya rasa ketidakpuasan dalam hubungan pertemanan. Akhirnya hal ini berujung kepada putusnya hubungan pertemanan (Willems et al., 2020).

Pada tabel ANOVA, nilai signifikansi uji F atau uji simultan adalah 0,000 dengan nilai F sebesar 63,711. Nilai signifikansi ini berada dibawah 0,05 sehingga hipotesis ketiga diterima yaitu *phubbing* dan *self disclosure* mempengaruhi *friendship quality* dewasa awal secara simultan. Besar

pengaruh *phubbing* dan *self disclosure* secara simultan adalah 27%, sedangkan 73% dipengaruhi oleh faktor lain.

Dalam berinteraksi dengan teman, melakukan proses pengungkapan informasi diri berupa pikiran dan perasaan yang tidak dibarengi dengan perilaku *phubbing*, akan membuat teman bisa langsung menerima pesan dan memberikan tanggapan akan pesan yang disampaikan. Respon yang diberikan oleh teman dengan cepat tanpa memainkan ponsel ditafsirkan sebagai pemahaman, validasi, dan juga kepedulian kepada teman. Perasaan ini akan mempengaruhi *friendship quality* pada dewasa awal menjadi lebih baik (Beukeboom & Pollmann, 2021).

Hasil tabulasi silang diatas menunjukkan jika *friendship quality* yang tinggi banyak dimiliki oleh dewasa awal pada usia 20-24 tahun di wilayah Surabaya. Orang dewasa awal yang lebih muda memiliki jumlah teman yang lebih banyak dibandingkan dengan orang dewasa awal yang lebih tua. Hal ini karena usia 24 tahun keatas, dewasa sudah berfokus pada tugas-tugas baru dalam kehidupannya seperti pekerjaan, pasangan, dan juga anak-anak. Dewasa yang lebih muda berfokus pada kualitas pertemanan yang mampu memberikan dukungan sosial satu sama lain dan memiliki tingkat humor yang sama (Pezirkianidis, Stalikas, & Moraitou, 2022).

Warga Surabaya yang berstatus sebagai mahasiswa memiliki tingkat *friendship quality* yang lebih tinggi dibandingkan pekerjaan lainnya menurut hasil dari tabulasi silang. Tingkat *friendship quality* yang tinggi akan membuat mahasiswa memiliki seseorang yang bisa mendengarkan, membantu, dan

mendukung secara emosional. Penelitian yang dilakukan oleh Saenusa (2020) juga menunjukkan jika mahasiswa di Universitas Pendidikan Indonesia secara umum memiliki tingkat *friendship quality* yang tinggi. Mahasiswa memiliki perilaku saling menolong, mendukung, mendengarkan curhatan orang lain dengan intensitas tinggi serta rendahnya perilaku bersaing, berkonflik, dan berkhianat.

Dewasa awal yang berstatus sebagai mahasiswa memiliki kemungkinan untuk memelihara hubungan pertemanannya lebih tinggi secara langsung (bertatap muka) dibandingkan secara virtual. Hal ini terutama saat mahasiswa sedang berada di lingkungan kampus bersama-sama. Pertemanan berkualitas yang terjaga sejak masa perguruan tinggi bisa memiliki pengalaman pendidikan yang memuaskan. Selain itu, dewasa awal mampu memperbaiki kehidupan sosial setelah lulus dan juga mendapatkan peluang karir yang lebih baik (Friday, 2021).

Hasil tabulasi silang selanjutnya menunjukkan jika dewasa awal di Surabaya yang berjenis kelamin perempuan memiliki *friendship quality* yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Idfar & Ferdian (2022) yaitu skor mean *friendship quality* pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan skor mean *friendship quality* pada laki-laki. Perempuan memiliki tingkat *companionship*, *help*, *closeness*, dan empati yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Sebaliknya, tingkat konflik yang dimiliki perempuan lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki.

Perempuan lebih bisa berbagi emosi dan pikiran satu sama lain yang membuat *friendship quality* yang dimiliki lebih tinggi jika dibandingkan dengan laki-laki. Tingkat manajemen konflik yang dimiliki oleh perempuan ketika memiliki masalah dengan temannya juga lebih tinggi dari laki-laki. Hal ini diakibatkan adanya maskulinitas pada lingkungan sosial yang membuat laki-laki kurang bisa memiliki keintiman dan keterbukaan terhadap orang lain (Langheit & Poulin, 2022).

Menurut hasil dari tabulasi silang, tingkat *friendship quality* pada dewasa awal yang belum menikah lebih tinggi daripada dewasa awal yang sudah menikah. Wrzus et al (2017) mengatakan jika dewasa awal yang sudah menikah dan menjadi orang tua akan cenderung menurun kualitas pertemanannya. Hal ini karena dewasa awal yang sudah menikah memiliki tanggung jawab baru untuk mengurus rumah tangga. Memiliki tingkat *friendship quality* yang tinggi sejak sebelum menikah juga bisa membuat hubungan pertemanan lebih terjaga saat sudah berada dalam pernikahan (Harris, Marts, & Kumaran, 2019).

Data *friendship quality* dewasa awal di Surabaya mayoritas berada pada kategori sedang dengan persentase 72,1%. Kemudian dewasa awal yang memiliki tingkat *friendship quality* tinggi sebanyak 17,5% dan tingkat *friendship quality* rendah sebanyak 10,3%. Dewasa awal yang memiliki tingkat *friendship quality* yang tinggi akan mendapatkan bantuan, rasa aman, dan juga dukungan emosional (Utomo, 2020).

Tingginya *friendship quality* memang menjadi sumber dukungan sosial yang penting bagi seseorang. Hubungan pertemanan yang berkualitas akan menyediakan dukungan emosional berupa perhatian dan kepedulian, dukungan informasional seperti pemberian informasi ataupun saran terkait hal yang ingin diketahui oleh tema. Selain itu, hubungan pertemanan juga bisa memberikan bantuan material baik berupa bantuan langsung (misalnya menolong mengantarkan ke sekolah), bahkan bisa berupa bantuan barang (misalnya membutuhkan uang). Dukungan-dukungan ini bersifat timbal balik dalam hubungan, yang artinya seorang teman pasti akan membantu temannya dan juga mendapatkan bantuan dari temannya.

Friendship quality yang tinggi juga dapat mempengaruhi kesehatan seseorang karena dalam hubungan pertemanan akan ada yang mendorong, mencontohkan, atau mempromosikan gaya hidup sehat. Dalam Hojjat & Moyer (2017) memiliki *friendship quality* mampu meningkatkan kesehatan seseorang secara fisik dan mental sebanyak 6,6%. Hal ini dilakukan dengan saling mengingatkan dan melakukan aktivitas bersama, makan makanan yang bergizi terutama buah dan sayur, juga tidur yang cukup.

Tingginya *friendship quality* akan menyalakan bagian otak yang membuat seseorang merasa nyaman dan ingin terus bergaul dengan teman. Ketika memiliki hubungan pertemanan yang berkualitas, hipotalamus otak melalui kelenjar pituitari yang ada pada bawah otak akan memproduksi hormon dopamin, endorfin, serotonin, dan juga oksitosin yang memunculkan kebahagiaan dan juga menurunkan tingkat stres (Mandel, 2017). Hormon

dopamin akan mempengaruhi motivasi dan mengatur suasana hati agar lebih bahagia. Hormon endorfin akan meredakan stress dan nyeri, menghasilkan perasaan tenang dan tentram, juga membantu meningkatkan *self-esteem*, kepercayaan diri, dan juga membuat seseorang lebih optimis. Hormon oksitosin akan mempengaruhi perasaan cinta dan sayang sehingga hubungan pertemanan bisa lebih akrab dan intim. Hormon serotonin akan membuat *mood* menjadi lebih stabil dan memunculkan perasaan senang (Irawan, 2019).

Penelitian yang dilakukan ini memiliki beberapa kekurangan dan juga keterbatasan selama proses pelaksanaan. Proses pengambilan data secara *online* membuat peneliti sulit untuk melakukan pengontrolan yang mengakibatkan responden mengisi seadanya. Hal ini membuat data beberapa subyek tidak dapat digunakan dan harus dibuang. Selain itu, waktu penelitian dan juga tenaga yang terbatas membuat sampel penelitian hanya berjumlah sedikit.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini mendapatkan kesimpulan bahwa:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan *phubbing* secara negatif terhadap *friendship quality* pada dewasa awal.
2. Terdapat pengaruh yang signifikan *self disclosure* secara positif terhadap *friendship quality* pada dewasa awal.
3. Terdapat pengaruh simultan yang signifikan *phubbing* dan *self disclosure* dimana *phubbing* berpengaruh negatif dan *self disclosure* berpengaruh positif terhadap *friendship quality* pada dewasa awal.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan untuk mengetahui pengaruh *phubbing* dan *self disclosure* terhadap *friendship quality* pada dewasa awal, peneliti memberikan beberapa saran diantaranya:

1. Bagi Masyarakat Umum

Masyarakat umum khususnya dewasa awal yang telah memiliki teman dan hubungan pertemanan yang berkualitas diharapkan bisa terus mempertahankan hubungan pertemanannya bahkan hingga fase dewasa akhir nanti. Saat sedang berkumpul dengan teman, disarankan untuk tidak memainkan ponsel sehingga suasana bisa lebih intim dan dapat membuat hubungan pertemanan menjadi lebih akrab. Selain itu, membagi pikiran dan

perasaan kepada teman juga disarankan agar dalam hubungan pertemanan bisa saling mengerti. Sebaliknya, ketika teman sedang berbicara untuk menuangkan pikiran atau perasaannya, diharapkan masyarakat bisa mendengarkan dengan baik dan memberikan *feedback* agar teman bisa merasa nyaman dan tenang.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk meneliti variabel lain selain variabel *phubbing* dan *self disclosure* yang memiliki pengaruh terhadap *friendship quality*. Masih terdapat 73% pengaruh dari variabel lain yang bisa diteliti lebih lanjut. Peneliti selanjutnya juga diharapkan bisa memperluas wilayah penelitian dan memperbanyak subyek penelitian agar dapat mendapatkan hasil yang lebih beragam dan akurat.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Adisty, N. (2022). Mengulik Perkembangan Penggunaan Smartphone di Indonesia. Retrieved January 19, 2023, from Goodstats.id website: <https://goodstats.id/article/mengulik-perkembangan-penggunaan-smartphone-di-indonesia-sT2LA>
- Aditia, R. (2021). Fenomena Phubbing: Suatu Degradasi Relasi Sosial Sebagai Dampak Media Sosial. *Keluwih: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 8–14. <https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.4034>
- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, Reasons Behind, Predictors, and Impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132–140. <https://doi.org/10.1002/hbe2.137>
- Alencar, F. F. (2021). *The Impact of Phubbing on Affections, on The Quality of Friendships and on The Sense of Belonging: A Quasi-Experimental Study*. University Institute of Psychological, Social and Life Sciences.
- Ali, W. O. R. (2022). *Pengaruh Fear of Missing Out Terhadap Kecenderungan Perilaku Phubbing pada Pengguna Sosial Media di Kota Makassar*. Skripsi. Universitas Bosowa Makassar.
- Aulia, D. S. (2019). *Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Adiksi Smartphone pada Remaja*. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik. (2020). Proyeksi Penduduk Kota Surabaya (Jiwa), 2018-2020. Retrieved February 26, 2023, from <https://surabayakota.bps.go.id/indicator/12/197/1/proyeksi-penduduk-kota-surabaya.html>
- Baiocco, R., Laghi, F., Di Pomponio, I., & Nigito, C. S. (2012). Self-disclosure to the best friend: Friendship quality and internalized sexual stigma in Italian lesbian and gay adolescents. *Journal of Adolescence*, 35(2), 381–387. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.08.002>
- Berndt, T. J. (2002). Friendship Quality and Social Development. *Current Directions in Psychological Science*, 11(1), 7–10. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00157>
- Beukeboom, C. J., & Pollmann, M. (2021). Partner phubbing: Why using your phone during interactions with your partner can be detrimental for your relationship. *Computers in Human Behavior*, 124(March), 106932. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106932>
- Brasil, A. (2017). *Hubungan Antara Loneliness dengan Kecanduan Game Online pada Dewasa Awal*. Skripsi. Untag Surabaya.
- Bukowski, W. M., Hoza, B., & Boivin, M. (1994). Measuring Friendship Quality During Pre- and Early Adolescence : The Development and Psychometric

- Properties of The Friendship Qualities Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(1), 471–484.
- Caci, B., Cardaci, M., & Miceli, S. (2019). Development and Maintenance of Self-Disclosure on Facebook: The Role of Personality Traits. *SAGE Open*, 9(2), 2158244019856948. <https://doi.org/10.1177/2158244019856948>
- Camelia. (2022). Alasan Mengapa Semakin Dewasa Orang Cenderung Kehilangan Teman. Retrieved September 22, 2022, from liputan6.com website: <https://www.liputan6.com/citizen6/read/5005081/alasan-mengapa-semakin-dewasa-orang-cenderung-kehilangan-teman>
- Chairunnisa. (2018). *Pengaruh Kesadaran Diri dan Anonimitas Terhadap Keterbukaan Diri Pengguna Media Sosial*. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018a). Measuring Phone Snubbing Behavior: Development and Validation of The Generic Scale of Phubbing (GSP) and the Generic Scale of Being Phubbed (GSBP). *Computers in Human Behavior*, 88, 5–17. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.020>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018b). The Effects of “Phubbing” on Social Interaction. *Wiley : Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Desjarlais, M., Gilmour, J., Sinclair, J., Howell, K. B., & West, A. (2015). Predictors and Social Consequences of Online Interactive Self-Disclosure: A Literature Review from 2002 to 2014. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(12), 718–725. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0109>
- Desjarlais, M., & Joseph, J. J. (2017). Socially Interactive and Passive Technologies Enhance Friendship Quality: An Investigation of the Mediating Roles of Online and Offline Self-Disclosure. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(5), 286–291. <https://doi.org/10.1089/cyber.2016.0363>
- DeVito, J. A. (2014). *The Interpersonal Communication Book*. Edinburgh: Global Edition.
- Eggermont, K., Bastin, M., & Claes, L. (2021). Do Gender and Age Moderate the Relationship between Friendship Quality and in Community Children and Adolescents? *61(1)*, 315–326. <https://doi.org/10.5334/pb.1067>
- Ernes, Y. (2022). Cerita Circle Pertemanan Rudolf Tobing hingga Berujung Pembunuhan ICha. Retrieved November 28, 2022, from Detiknews website: <https://news.detik.com/berita/d-6365398/cerita-circle-pertemanan-rudolf-tobing-hingga-berujung-pembunuhan-icha>
- Fanysa, S. (2021). *Hubungan Self Disclosure Dengan Intimasi Pertemanan pada Mahasiswa BK di IAIN Bukittinggi*. Skripsi. IAIN Bukittinggi.
- Febrieta, D. (2017). Efek Kesepian Terhadap Hubungan Antara Persahabatan dan Kebahagiaan. *Jurnal Psiko Bhara Kajian Ilmiah Dan Penelitian Psikologi*, 1(1), 57–76.

- Fehr, B. (1996). *Friendship Processes*. United Kingdom: SAGE.
- Firdaus, D., & Rachmanita, D. (2018). Jangan Kaget! Menurut Riset, Ini Jumlah Sahabat Sejati yang Bisa Kita Miliki. Retrieved September 22, 2022, from Hai.grid.id website: <https://hai.grid.id/read/07611654/jangan-kaget-menurut-riset-ini-jumlah-sahabat-sejati-yang-bisa-kita-miliki>
- Friday, V. (2021). Friendship: A Key Component in the Life and Longevity of College Learners. Retrieved May 3, 2023, from Goodwin University website: <https://www.goodwin.edu/enews/friendship-and-the-life-and-longevity-of-college-learners/>
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33(1), 1–18.
- Gandhi, A. (2022). Indonesia yang Kesepian. Retrieved November 28, 2022, from Kompasiana website: <https://www.kompasiana.com/albertgandhi/6312aa6f18333e0b0e1d1e44/indonesia-yang-kesepian>
- Hall, J. A. (2019). How Many Hours Does It Take to Make A Friend? *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(4), 1278–1296. <https://doi.org/10.1177/0265407518761225>
- Hapsari, I. G., & Sholichah, I. F. (2021). Framework: The Effect Of Friendship Quality And Self-Esteem On Happiness In Late Teenage Students. *Journal Universitas Muhammadiyah Gresik Engineering, Social Science, and Health International Conference (UMGESHIC)*, 1(2), 129. <https://doi.org/10.30587/umgeshic.v1i2.3378>
- Haq, F. I. (2022). *Pengaruh Perilaku Phubbing Terhadap Kualitas Persahabatan Melalui Variabel Komunikasi Interpersonal (Studi pada Generasi Z di Kota Palembang)*. Skripsi. Universitas Sriwijaya.
- Harris, V. W., Marts, G., & Kumaran, M. (2019). Promoting Healthy Relationship Development In Teens, Part II: Three Key Qualities to Foster Better Relationships. Retrieved May 6, 2023, from IFAS Extension website: <https://edis.ifas.ufl.edu/publication/FY1364>
- Hidayat, R. (2018). Pemkab Gunungkidul: Mereka yang Bunuh Diri Karena Kesepian. Retrieved November 28, 2022, from Jawapos.com website: <https://www.jawapos.com/jpg-today/13/07/2018/pemkab-gunungkidul-mereka-yang-bunuh-diri-karena-kesepian/>
- Hojjat, M., & Moyer, A. (2017). *The Psychology of Friendship*. Oxford: Oxford University Press.
- Hronis, A. (2022). Why do We Find Making New Friends So Hard as Adults? Retrieved September 22, 2022, from The Conversation website: <https://theconversation.com/why-do-we-find-making-new-friends-so-hard-as-adults-171740>

- Hurlock, E. B. (2011). Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi Kelima. *Jakarta : Erlangga*.
- Idfar, L. M. P., & Ferdian, F. R. (2022). Hubungan Online Friendship Quality Dengan Kecemasan Menghadapi Tugas Akhir Studi Pada Mahasiswa Semester Akhir Dalam Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Psikologi Manasa, 11(2)*, 22–37.
- Ilham, D. J., & Rinaldi. (2019). Pengaruh Phubbing Terhadap Kualitas Persahabatan pada Mahasiswa Psikologi UNP. *Jurnal Riset Psikologi, 00(4)*, 1–12. Retrieved from <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/psi/article/view/7607/3456>
- Indrawan, N., & Lestari, R. (2021). *Keterbukaan Diri Dan Persahabatan Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta Ditinjau Dari Jenis Kelamin*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id/92727/>
- Irawan, A. Q. (2019). Mengetahui Jenis Hormon Kebahagiaan dan Cara Efektif Meningkatkan. Retrieved May 8, 2023, from SehatQ website: <https://www.sehatq.com/artikel/hormon-kebahagiaan-di-tubuh-yang-pengaruh-mood>
- Kaparang, G., & Himawan, K. (2022). Isolasi atau Integrasi Sosial: Peran Kualitas Pertemanan Dalam Menunjang Kepuasan Hidup Dewasa Muda Lajang di Indonesia. *Jurnal Studi Pemuda, 10(2)*, 131–146. <https://doi.org/10.22146/studipemudaugm.71463>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., ... 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>
- Karina, S. M., & Suryanto. (2012). Pengaruh Keterbukaan Diri terhadap Penerimaan Sosial pada Anggota Komunitas Backpacker Indonesia Regional Surabaya dengan Kepercayaan terhadap Dunia Maya sebagai Intervening Variabel. *Insan : Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental, 1(2)*, 1–8.
- Kim, B., Shin, K. S., & Chai, S. (2015). How People Disclose Themselves Differently According to The Strength of Relationship in SNS? *Journal of Applied Business Research, 31(6)*, 2139–2146. <https://doi.org/10.19030/jabr.v31i6.9472>
- Langheit, S., & Poulin, F. (2022). Developmental Changes in Best Friendship Quality During Emerging Adulthood. *Journal of Social and Personal Relationships, 39(11)*, 3373–3393. <https://doi.org/10.1177/02654075221097993>
- Lestari, W. R. (2020). *Hubungan Perilaku Phubbing Dengan Kualitas Persahabatan Generasi Z di Universitas X di Jakarta Barat*. Skripsi. Universitas Mercu Buana Jakarta.

- Maharani, N. M. (2020). *Pengaruh Phubbing Terhadap Kualitas Persahabatan yang Dimoderatori Oleh Kecerdasan Emosi pada Remaja Akhir di Kota Bandung*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Mandel, L. (2017). Why We Need Friends, According To A Scientist. Retrieved May 8, 2023, from Thefader.com website: <https://www.thefader.com/2017/03/08/science-of-friendship#:~:text=In people and other animals,act in a friendly way.>
- Mappiare, A. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Mashoedi, S. F., & Pekerti, P. S. A. (2022). Apakah Phubbing Mengganggu Pertemanan? Hubungan Phubbing dengan Kepuasan Pertemanan pada Orang Beranjak Dewasa. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(1), 48–56. <https://doi.org/10.7454/jps.2022.07>
- Mathur, R., & Berndt, T. J. (2006). Relations of Friends' Activities to Friendship Quality. *Journal of Early Adolescence*, 26(3), 365–388. <https://doi.org/10.1177/0272431606288553>
- Matitaputty, J. S., & Rozali, Y. A. (2021). Gambaran Kualitas Persahabatan pada Remaja DKI Jakarta. *JCA Psikologi*, 2(3), 221–229.
- Mee Thien, L., Abd Razak, N., & Jamil, H. (2012). Friendship Quality Scale: Conceptualization, Development and Validation. In *Australian Association for Research in Education (NJI)*. Malaysia.
- Mills, K. (2022). Speaking of Psychology: Why is It so Hard for Adults to Make Friends? With Marisa Franco, PhD. Retrieved September 22, 2022, from APA.org website: <https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/adult-friendships>
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik*. Sidoarjo: Zifatama Jawara.
- Nariswari, S. L. (2021). Merawat Pertemanan ala Orang Dewasa dengan Cara Sederhana. Retrieved September 22, 2022, from Kompas.com website: <https://www.kompas.com/wiken/read/2021/10/09/162700681/merawat-pertemanan-ala-orang-dewasa-dengan-cara-sederhana>
- Ni'matillah, S. (2015). *Self Disclosure Siswa SMP Negeri 19 Surabaya Ditinjau dari Gender*. Skripsi. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Nurlaili. (2022). *Hubungan Antara Self-Disclosure Dengan Kualitas Persahabatan pada Remaja (Studi pada Siswa SMPN 3 XIII Koto Kampar)*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Oktaviani, F. A. (2020). *Hubungan Antara Self Disclosure dan Kualitas Persahabatan Pada Remaja Akhir*. Skripsi. Universitas Gunadarma.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (1993). Friendship and Friendship Quality in Middle Childhood: Links with Peer Group Acceptance and Feelings of Loneliness and Social Dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29(4), 611–621. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.29.4.611>

- Parus, M. S., Adu, A., & Keraf, M. K. P. A. (2021). Phubbing Behavior and Quality of Friendship in Faculty of Public Health, Nusa Cendana University. *Journal of Health and Behavioral Science*, 3(1), 13–23. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v3i1.3031>
- Patel, K. (2017). Understanding Friendship Patterns Among the Youth- An Empirical Study. *Indian Journal of Health & Wellbeing*, 8(9), 990–994.
- Pemerintah Kota Surabaya. (2023). Demografi Surabaya. Retrieved March 14, 2023, from <https://www.surabaya.go.id/id/page/0/8228/demografi>
- Pezirkianidis, C., Stalikas, A., & Moraitou, D. (2022). Character Strengths as a Predictor of Adult Friendship Quality and Satisfaction: Implications for Psychological Interventions. *The European Journal of Counselling Psychology*. <https://doi.org/10.46853/001c.57557>
- Pratiwi, R. S. (2021). 5 Tips Bangun Pertemanan yang Kuat di Usia Dewasa. Retrieved January 20, 2023, from Lifestyke Kompas website: <https://lifestyle.kompas.com/read/2021/07/26/164102420/5-tips-bangun-pertemanan-yang-kuat-di-usia-dewasa?page=all>
- Prayona, B. A. (2019). *Peran Anxiety Attachment Dalam Memoderatori Hubungan Antara Experience of Being Phubbed dan Kualitas Persahabatan Remaja*. Skripsi. Universitas Gadjah Mada.
- Rahmawati, D. (2021). Terkenal Supel, 8 Selebritas ini Akui Tak Punya Banyak Teman atau Sahabat. Alasannya Beragam. Retrieved January 20, 2023, from Hipwee website: <https://www.hipwee.com/showbiz/artis-tak-punya-banyak-teman-atau-sahabat/>
- Rahmawati, F. (2022). Rudolf Tobing Membunuh karena Sakit Hati, Kriminolog Sebut Pentingnya Punya Teman Dekat untuk Curhat. Retrieved November 28, 2022, from Kompas.com website: <https://www.kompas.tv/article/340700/rudolf-tobing-membunuh-karena-sakit-hati-kriminolog-sebut-pentingnya-punya-teman-dekat-untuk-curhat>
- Rawlins, W. (2017). *Friendship Matters*. United Kingdom: Taylor & Francis Group.
- 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>
- Rois, A. N., & Purwani, D. A. (2022). *The Impact of Phubbing on Generation Z Social Interaction*. (Aicosh 2021), 106–110. <https://doi.org/10.5220/0010805300003348>
- Rosalinda, I., Susanto, S. P., & Mawarni, A. S. (2016). Friendship-Themed Movie Effectivity to Increase Friendship Quality in SMAN I Kota Serang. *Asean Conference : 2nd Psychology & Humanity*, 741–746.
- Rumambi, R. N. R. (2017). *Pengungkapan Diri Sebagai Prediktor Kualitas*

- Persahabatan Pada Siswa Komunitas Sekolah Rumah (Homeschooling) "Pelangi" Tangerang Selatan*. Skripsi. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Retrieved from http://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/13132/2/T1_802013026_Full text.pdf
- Saenusa, L. N. (2020). *Kecenderungan Kualitas Persahabatan pada Mahasiswa dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling (Studi Deskriptif terhadap Mahasiswa Semester VI Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Akademik 2020/2021)*. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Salsabila, S. M., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Kualitas Pertemanan dan Self Disclosure Dengan Subjective Well-Being Pada Remaja Putri. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 3(3), 71–82.
- Sandjojo, C. T. (2017). Hubungan Antara Kualitas Persahabatan dengan Kebahagiaan pada Remaja Urban. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 6(2), 1721–1739.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sari, M. A. P. (2021). *Quarter Life Crisis pada Kaum Millenial*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- “Saya Jadi Canggung dan Kesepian Karena Terlalu Dikekang Orang Tua.” (2019). Retrieved November 1, 2022, from BBC News website: <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-48900101>
- Soekoto, Z. A., Muttaqin, D., & Tondok, M. S. (2020). The Quality of Friendship and Relational Aggression Among Adolescents in Surabaya. *Jurnal Psikologi*, 16(2), 188–201.
- Soviana, L. (2020). Hubungan Kualitas Persahabatan Dengan Resiliensi Pada Remaja Yang Orang Tuanya Bercerai. *Psycho Holistic*, 2(1), 129–140.
- Stefanie. (2016). Keterbukaan Diri dalam Membangun Hubungan Persahabatan Diadik Laki-Laki dan Perempuan. *Ultimacomm: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8(2), 71–82. <https://doi.org/10.31937/ultimacomm.v8i2.947>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Sun, J., & Samp, J. A. (2022). ‘Phubbing is happening to you’: examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships. *Behaviour and Information Technology*, 41(12), 2691–2704. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1943711>
- Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Kencana.
- Tian, Q. (2013). Social Anxiety, Motivation, Self-Disclosure, and Computer-Mediated Friendship: A Path Analysis of the Social Interaction in the

