

ANALISIS FENOMENA *PHUBBING* PADA GEN Z DALAM PERSPEKTIF HADITS ADAB DAN SOSIAL

Kholilurrohman

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Kholilurrohman325@gmail.com

Nasrulloh

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

nasrulloh@syariah.uin-malang.ac.id

Abstrak

The rapid development of digital communication technology has significantly transformed social interaction patterns among Generation Z, particularly through the emergence of phubbing, a behavior characterized by ignoring face-to-face interlocutors due to excessive smartphone use. This study aims to analyze phubbing behavior among Generation Z through the lens of hadith on manners and social ethics. Using a literature-based approach, this research examines contemporary studies on phubbing alongside relevant prophetic traditions concerning conversational etiquette, etiquette in gatherings, and social interaction ethics. The findings indicate that phubbing contradicts the ethical values emphasized in the hadith, including the obligation to give full attention, respect interlocutors, and maintain social harmony. This phenomenon also reflects a weakened internalization of Islamic manners in the context of digital communication. The study highlights the continued relevance of hadith-based ethical principles in addressing modern communication challenges and underscores the importance of cultivating adab education for Generation Z to ensure the mindful and ethical use of digital technology.

Keywords: phubbing, Generation Z, hadith, social manners, communication ethics.

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi komunikasi digital telah membawa perubahan drastis dalam pola interaksi sosial, terutama di kalangan generasi muda dan perubahan sosial menuntut reinterpretasi nilai-nilai al-Qur'an dan hadis agar mampu menjawab tantangan masa kini (Nasrulloh, 2020). Salah satu bentuk perubahan sosial adalah *phubbing* (perilaku mengabaikan lawan bicara di hadapan sendiri karena lebih fokus pada *smartphone*). Fenomena ini pertama kali diperkenalkan secara konseptual dalam kajian komunikasi modern, kemudian dibuktikan sebagai bentuk gangguan komunikasi tatap muka yang mengurangi kualitas hubungan interpersonal (Roberts & David, 2016). Di Indonesia, *phubbing* muncul sebagai masalah sosial yang relevan karena semakin kuatnya penetrasi *smartphone* dan media sosial, khususnya di kalangan Generasi Z. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang intens berhubungan erat dengan perilaku *phubbing* pada siswa Generasi Z di SMKN 5 Kota Bengkulu (Safitri et al., 2019). Hubungan yang positif antara intensitas penggunaan media sosial dan perilaku *phubbing* ini menunjukkan bahwa fenomena tersebut bukan sekedar tren, tapi menjadi perilaku sosial yang signifikan dalam kehidupan keseharian Gen Z di Indonesia.

Generasi Z merupakan kelompok demografis yang lahir pada rentang akhir 1990-an hingga awal 2010-an, generasi yang akrab dengan teknologi digital sejak usia dini. Dalam kajian perilaku komunikasi, *phubbing* dianggap mencerminkan rendahnya fokus terhadap komunikasi tatap muka karena dominasi penggunaan *smartphone* dalam interaksi sosial sehari-hari (Zahria & Hidayat, 2023). Studi di Indonesia menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa pernah mengalami atau melakukan *phubbing*, di mana pengguna *smartphone* cenderung kehilangan empati dan perhatian terhadap lawan bicara (Zahria & Hidayat, 2025). Kondisi ini semakin menyiratkan bahwa *phubbing* menjadi norma perilaku di lingkungan sosial anak muda, yang berpotensi mengganggu keharmonisan relasi interpersonal serta kualitas komunikasi sosial mereka.

Selain mengganggu hubungan interpersonal, perilaku *phubbing* juga muncul dalam dinamika komunikasi keluarga generasi Z di perkotaan Indonesia. Penelitian fenomenologis di Jakarta menemukan bahwa *phubbing* memicu perubahan pola komunikasi dalam keluarga, di mana anggota keluarga cenderung berkomunikasi melalui *smartphone*, mengakibatkan berkurangnya kualitas interaksi tatap muka dan perhatian personal antara orang tua dan anak (Litha & Tobing, 2025). Temuan ini memperlihatkan

bahwa *phubbing* bukan hanya fenomena remaja atau mahasiswa, tetapi juga berdampak dalam kehidupan sosial yang lebih luas di keluarga.

Kajian etika komunikasi dalam konteks digital juga relevan dengan fenomena *phubbing*, khususnya dalam perspektif Islam. Beberapa penelitian di Indonesia menekankan pentingnya adab berinteraksi dalam lingkungan online maupun offline. Misalnya, kajian etika dalam penggunaan media sosial melalui tinjauan hadis menegaskan bahwa seorang Muslim wajib menjaga sopan santun, tidak menyakiti sesama, dan berinteraksi secara bertanggung jawab di dunia digital (Siregar et al., 2024). Nilai-nilai adab komunikasi ini mencakup prinsip-prinsip moral yang tidak hanya berlaku di dunia nyata, tetapi juga harus diterapkan dalam ruang digital seperti media sosial atau penggunaan *smartphone* yang berlebihan.

Berangkat dari realitas empiris dan nilai-nilai etika Islam, fenomena *phubbing* pada Generasi Z Indonesia membutuhkan kajian yang lebih dalam dari perspektif hadis tentang adab dan sosial. Ajaran Islam secara eksplisit menekankan pentingnya menjaga hubungan baik antar individu, menghormati keberadaan orang lain, serta menghindari perilaku yang merugikan lawan bicara. Misalnya, prinsip dalam hadis yang menyatakan bahwa seorang Muslim tidak boleh meremehkan atau menyakiti saudaranya menunjukkan urgensi penghormatan terhadap lawan bicara dalam interaksi sosial. Meskipun hadis tersebut tidak menyebut secara eksplisit istilah *phubbing*, nilai-nilai adab yang terkandung di dalamnya relevan untuk dianalisis sebagai landasan konseptual untuk mengevaluasi perilaku *phubbing* sebagai perilaku sosial yang bertentangan dengan adab Islam.

Kajian etika digital dari perspektif hadis menunjukkan perlunya integrasi prinsip-prinsip moral tradisional ke dalam konteks komunikasi modern. Penelitian semacam ini juga ditemukan dalam kajian hadis dan etika digital, yang menekankan pentingnya menerapkan nilai-nilai moral seperti menjaga lisan, tanggung jawab sosial, dan tidak merugikan orang lain dalam interaksi daring (Ulya, 2025). Nilai-nilai tersebut, apabila diterjemahkan dalam konteks *phubbing*, dapat memberikan landasan normative bagi Generasi Z untuk menyadari konsekuensi sosial dari perilaku mengabaikan lawan bicara demi *smartphone*.

Penelitian-penelitian terdahulu umumnya masih memfokuskan *phubbing* pada aspek psikososial, seperti hubungan dengan *fear of missing out* (FoMO) atau kontrol diri sebagai prediktor *phubbing* Gen Z (Lauw & Jannah, 2024). Namun, sejauh ini masih minim kajian yang secara komprehensif menggabungkan fenomena ini dengan nilai-nilai adab dan sosial dalam perspektif hadis. Kondisi ini menciptakan research gap penting, masih belum

ada pemahaman teoretis yang kuat tentang bagaimana ajaran hadis mengenai adab berbicara, adab majelis, dan hubungan sosial dapat digunakan untuk memahami dan menilai perilaku *phubbing* pada Generasi Z. Oleh karena itu, penelitian ini melakukan analisis terhadap *phubbing* Gen Z Indonesia melalui lensa hadis adab dan sosial demi memberikan kontribusi pada kajian etika digital yang berbasis nilai-nilai Islam.

B. Hasil dan Pembahasan

1. Fenomena *Phubbing* pada Generasi Z

Fenomena *phubbing* pada Generasi Z di Indonesia menunjukkan kecenderungan yang semakin meningkat seiring dengan intensitas penggunaan *smartphone* dan media digital. Generasi Z merupakan kelompok yang sejak kecil telah hidup berdampingan dengan teknologi digital, sehingga orientasi sosial mereka banyak dipengaruhi oleh perangkat elektronik, terutama *smartphone*. Kebiasaan untuk selalu terhubung secara daring membuat interaksi sosial langsung sering kali tidak mendapatkan perhatian penuh. Penelitian Safitri et al. (2025) menunjukkan bahwa tingginya frekuensi penggunaan media sosial memiliki hubungan positif dengan perilaku *phubbing* pada peserta didik, di mana perhatian mereka dengan mudah teralih pada notifikasi atau aktivitas digital ketika sedang berinteraksi langsung. Temuan ini diperkuat oleh Zahria dan Hidayat (2025) yang menemukan bahwa mahasiswa Gen Z cenderung kehilangan fokus dalam percakapan tatap muka karena adanya dorongan psikologis untuk tetap mengikuti arus informasi digital (fear of missing out atau FOMO).

Phubbing pada Gen Z muncul dalam berbagai konteks kehidupan sehari-hari, khususnya ketika mereka lebih memilih menatap layar *smartphone* ketimbang memberikan perhatian kepada orang yang sedang berbicara. Perilaku seperti mengecek pesan, membuka media sosial, atau sekadar menggulir layar terjadi bahkan dalam percakapan penting, sehingga mengurangi kualitas komunikasi interpersonal. Sampe dan Tobing (2025) dalam penelitian fenomenologisnya di Jakarta menemukan bahwa perilaku *phubbing* berpengaruh pada menurunnya empati serta kedekatan emosional dalam interaksi sosial, khususnya dalam lingkungan keluarga. Mereka mencatat bahwa anggota keluarga yang merasa diabaikan akibat *phubbing* menunjukkan rasa kecewa, jengkel, dan kehilangan makna dalam percakapan yang seharusnya menjadi momen kedekatan.

Dari sudut pandang sosial, *phubbing* memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hubungan antarindividu. Komunikasi yang seharusnya menjadi sarana memperkuat hubungan justru terganggu oleh perhatian yang terbagi antara dunia nyata dan dunia digital. Situasi ini menyebabkan

meningkatnya kesalahpahaman, menurunnya kepekaan emosional, serta melemahnya hubungan interpersonal. Oleh karena itu, fenomena *phubbing* pada Gen Z tidak lagi dapat dianggap sebagai kebiasaan kecil yang sepele, melainkan telah menjadi pola perilaku sosial yang dapat mengikis nilai-nilai kesopanan, empati, dan keharmonisan dalam relasi sosial.

Fenomena *phubbing* pada Generasi Z di Indonesia semakin terlihat seiring dengan meningkatnya intensitas penggunaan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari. Generasi Z merupakan kelompok digital native yang sejak kecil telah terpapar teknologi digital dan internet, sehingga pola interaksi sosial mereka sangat dipengaruhi oleh perangkat elektronik. Dalam laporan nasional mengenai perilaku digital remaja, Kementerian Komunikasi dan Informatika menyebutkan bahwa lebih dari 95% remaja di Indonesia mengakses internet melalui *smartphone*, dan penggunaannya sebagian besar terkait media sosial serta komunikasi instan (Kementerian Kominfo, 2022). Tingginya tingkat konektivitas ini menjadikan Gen Z sangat rentan mengalami distraksi digital saat berinteraksi langsung, sebuah kondisi yang menjadi pemicu utama munculnya perilaku *phubbing*.

Penelitian Indonesia menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* berlebihan berkorelasi dengan menurunnya kualitas interaksi tatap muka. Studi oleh Pratiwi (2021) menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki intensitas penggunaan media sosial tinggi cenderung menunjukkan penurunan fokus ketika berkomunikasi secara langsung, terutama dalam suasana sosial santai. Dalam psikologis, fenomena *fear of missing out* (FOMO) juga memperkuat kecenderungan *phubbing* pada Gen Z. Menurut penelitian Lestari dan Wulandari (2020), FOMO mendorong remaja untuk terus memantau *smartphone* agar tidak tertinggal informasi digital, bahkan ketika mereka sedang berada dalam interaksi tatap muka. Hal ini menyebabkan perhatian mereka terbagi antara dunia nyata dan dunia maya.

Studi lain menemukan bahwa *phubbing* berdampak pada menurunnya kualitas hubungan interpersonal. Penelitian Restiviani et al., (2023) mengenai perilaku komunikasi mahasiswa menunjukkan bahwa kebiasaan mengecek *smartphone* saat lawan bicara sedang berbicara menimbulkan perasaan diabaikan, menurunkan empati, dan memicu frustrasi emosional. Dalam konteks keluarga, penelitian Siregar et al., (2024) mengungkapkan bahwa penggunaan *smartphone* yang tidak terkendali pada momen kebersamaan keluarga menyebabkan menurunnya kualitas komunikasi antar anggota keluarga, termasuk hilangnya kehangatan dan kedekatan emosional.

Dengan melihat berbagai temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa *phubbing* bukan lagi sekadar kebiasaan kecil, melainkan fenomena sosial

yang berdampak signifikan terhadap kualitas hubungan antarmanusia. Fenomena ini menggambarkan perubahan pola interaksi pada Generasi Z yang cenderung memprioritaskan koneksi digital dibandingkan koneksi interpersonal langsung, sehingga mengurangi nilai empati, kehadiran sosial, dan kualitas komunikasi dalam kehidupan sehari-hari.

2. Makna Hadis-Hadis tentang Adab dan Nilai Sosial

Hadis-hadis Nabi Muhammad SAW memberikan landasan etika yang kuat mengenai bagaimana manusia seharusnya berinteraksi secara sosial dengan penuh penghormatan, perhatian, dan kesantunan. Teladan Rasulullah SAW dalam memperlakukan lawan bicara merupakan rujukan utama dalam memahami nilai adab yang berkaitan dengan fenomena *phubbing* pada era modern. Dalam salah satu riwayat, disebutkan bahwa Rasulullah SAW selalu menghadapkan seluruh tubuhnya ketika diajak berbicara oleh seseorang. Hadis tersebut menyatakan:

النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا كَلَّمَهُ أَحَدٌ أَقْبَلَ عَلَيْهِ بِوَجْهِهِ كُلِّهِ

"Nabi Muhammad SAW, apabila diajak bicara oleh seseorang, beliau menghadapkan seluruh wajah dan tubuhnya kepada orang tersebut." (HR. Tirmidzi)

Perilaku Rasulullah ini menunjukkan bahwa memberikan perhatian penuh kepada lawan bicara merupakan prinsip adab yang sangat dijunjung tinggi. Dengan demikian, perilaku *phubbing* yang secara fisik dan psikologis mengalihkan perhatian ke arah *smartphone* secara langsung bertentangan dengan prinsip etika perhatian total dalam berinteraksi.

Selain itu, konsep perhatian dalam percakapan juga ditegaskan dalam hadis mengenai hak-hak sosial sesama Muslim. Rasulullah SAW bersabda bahwa di antara hak seorang Muslim atas Muslim lainnya adalah mendengarkan ketika diajak berbicara. Dalam beberapa riwayat dikatakan:

وَإِذَا حَدَّثَكَ فَاسْتَمِعْ لَهُ

"Dan apabila ia berbicara kepadamu, maka dengarkanlah dia." (HR. Muslim)

Hadis ini menegaskan bahwa mendengarkan bukan hanya sopan santun, tetapi merupakan hak sosial yang wajib dipenuhi. Ketika seseorang melakukan *phubbing*, yaitu dengan tidak memberikan perhatian dan

pendengaran secara penuh kepada lawan bicara, sehingga secara etis dapat dianggap mengurangi hak yang semestinya diterima oleh orang lain.

Nilai adab berikutnya terlihat dalam larangan untuk meremehkan sesama manusia. Rasulullah SAW bersabda:

بِحَسَبِ امْرِئٍ مِنَ الشَّرِّ أَنْ يَحْقِرَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ

"Cukuplah seseorang dianggap berbuat buruk ketika ia meremehkan saudaranya sesama Muslim." (HR. Muslim)

Phubbing dapat dipahami sebagai bentuk peremehan sosial terselubung, karena memunculkan kesan bahwa keberadaan *smartphone* dianggap lebih penting daripada keberadaan manusia yang sedang berinteraksi secara langsung. Meski tidak menggunakan kata atau tindakan kasar, *phubbing* dapat menimbulkan perasaan tidak dihargai, terabaikan, atau direndahkan pada pihak lain.

Hadis mengenai adab majelis juga memiliki relevansi yang kuat dalam sosial modern. Rasulullah SAW melarang perilaku yang mengganggu keharmonisan majelis atau menciptakan situasi yang membuat orang lain merasa terganggu. Dalam salah satu riwayat disebutkan:

لَا يَجْلُ لِرَجُلٍ أَنْ يُفَرِّقَ بَيْنَ اثْنَيْنِ إِلَّا بِإِذْنِهِمَا

"Tidak halal bagi seseorang untuk mengganggu atau memisahkan dua orang yang sedang duduk bersama tanpa izin keduanya." (HR. Abu Dawud)

Meskipun *phubbing* merupakan fenomena baru yang tidak ada pada masa Nabi, namun secara substansi dapat dikategorikan sebagai perilaku yang mengganggu makna kebersamaan dalam sebuah majelis. Ketidakhadiran secara psikologis akibat sibuk dengan *smartphone* dapat merusak fokus, mengurangi kenyamanan lawan bicara, dan menciptakan suasana yang tidak harmonis.

Nilai adab yang ditekankan dalam hadis juga mencakup pentingnya keramahan, empati, dan menghadirkan wajah cerah dalam interaksi sosial. Rasulullah SAW bersabda:

وَإِنَّكَ لَنْ تَسَعَ النَّاسَ بِمَالِكَ، فَسَعَهُمْ بِبَسْطِ الْوَجْهِ وَحُسْنِ الْخُلُقِ

"Engkau tidak akan mampu melayani semua manusia dengan hartamu, maka layani mereka dengan wajah cerah dan akhlak yang baik." (HR. Baihaqi)

Hadis ini menunjukkan bahwa interaksi sosial yang baik memerlukan kehadiran emosional, ekspresi positif, dan akhlak mulia semuanya tidak dapat terwujud ketika seseorang melakukan *phubbing*. Wajah yang terus menatap layar, minim kontak mata, dan tidak menunjukkan ekspresi yang mendukung komunikasi tentu bertolak belakang dengan perintah untuk menghadirkan keramahan dan akhlak baik.

Secara keseluruhan, hadis-hadis tentang adab berbicara, mendengarkan, menjaga harmoni majelis, serta larangan meremehkan orang lain memberikan kerangka moral yang sangat relevan untuk mengkaji fenomena *phubbing*. Meski merupakan perilaku modern, *phubbing* secara esensial bertentangan dengan nilai-nilai etis yang diajarkan Rasulullah SAW, karena mengabaikan manusia, merusak hubungan sosial, dan mengurangi kualitas interaksi. Hadis-hadis ini menegaskan bahwa dalam perspektif Islam, perhatian dan penghormatan kepada manusia adalah prioritas yang tidak boleh digantikan oleh kesibukan terhadap benda mati, termasuk *smartphone*.

3. Analisis Perilaku *Phubbing* Generasi Z dalam Perspektif Hadis

Analisis perilaku *phubbing* pada Generasi Z dalam perspektif hadis menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara pola interaksi modern yang dipengaruhi perkembangan teknologi dan nilai-nilai adab yang diajarkan Rasulullah SAW. *Phubbing* yakni tindakan mengabaikan lawan bicara karena fokus pada *smartphone* mencerminkan bentuk yang menentang dengan ajaran Islam mengenai penghormatan terhadap sesama. Dalam berbagai hadis disebutkan bahwa Rasulullah SAW selalu memberikan perhatian penuh kepada siapa pun yang berbicara dengannya. Hal ini ditunjukkan dalam riwayat:

النَّبِيُّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ كَانَ إِذَا كَلَّمَهُ أَحَدٌ أَقْبَلَ عَلَيْهِ بِوَجْهِهِ كُلِّهِ

“Nabi Muhammad SAW, apabila diajak bicara oleh seseorang, beliau menghadapkan seluruh wajah dan tubuhnya kepada orang tersebut”.

Hadis ini mengandung makna bahwa interaksi sosial membutuhkan kehadiran lahir dan batin secara utuh. Perilaku *phubbing* yang justru memecah fokus antara dunia nyata dan digital menjadi bentuk pengingkaran atas prinsip perhatian total tersebut.

Dalam pandangan hadis, mendengarkan lawan bicara bukan hanya soal sopan santun, tetapi juga bagian dari hak sosial yang wajib dipenuhi. Hadis riwayat Muslim menegaskan:

وَإِذَا حَدَّثَكَ فَاسْتَمِعْ لَهُ

“Apabila ia berbicara kepadamu, maka dengarkanlah dia.”

Ketika seorang anggota Generasi Z melakukan *phubbing*, yang mana tidak hanya mengabaikan komunikasi, tetapi juga mengurangi hak sosial lawan bicara untuk didengar secara penuh. Kondisi ini dapat menimbulkan luka emosional, perasaan diremehkan, dan berkurangnya kualitas hubungan interpersonal. Dengan demikian, *phubbing* dapat dikategorikan sebagai bentuk pelanggaran terhadap adab mendengarkan yang menjadi salah satu prinsip penting dalam tata krama Islam.

Lebih jauh lagi, hadis tentang larangan meremehkan sesama Muslim memperkuat analisis bahwa *phubbing* merupakan bentuk tahqīr atau merendahkan orang lain secara tidak langsung. Dalam hadis disebutkan:

"بِحَسَبِ أَمْرِي مِنَ الشَّرِّ أَنْ يَحْقِرَ أَخَاهُ الْمُسْلِمَ "

“cukuplah seseorang dianggap berbuat buruk ketika ia meremehkan saudaranya sesama Muslim”

Walaupun *phubbing* tidak dilakukan dengan niat meremehkan, perilaku ini memberikan kesan bahwa lawan bicara tidak cukup penting untuk mendapatkan perhatian. Ini menunjukkan bahwa etika Islam tidak hanya menilai tindakan berdasarkan niat semata, tetapi juga melihat dampaknya terhadap perasaan dan martabat orang lain.

Dari perspektif adab, *phubbing* juga bertentangan dengan prinsip menjaga harmoni dan kenyamanan dalam sebuah pertemuan. Rasulullah SAW menekankan bahwa majelis harus dijaga dari perilaku yang dapat mengganggu atau memecah konsentrasi. Ketika seseorang sibuk bermain atau mengecek *smartphone* saat berada dalam majelis, maka dapat mengurangi kualitas kehadiran sosialnya dan secara tidak langsung menciptakan gangguan psikologis bagi peserta majelis lainnya. Perilaku ini dapat menghambat kelancaran diskusi, mengurangi rasa saling menghargai, serta mengganggu dinamika komunikasi.

Dalam dimensi akhlak yang lebih luas, *phubbing* juga bertentangan dengan prinsip menghadirkan wajah cerah dan keramahan dalam interaksi. Hadis yang menyatakan:

" فَسَعَهُمْ يَبْسُطُ الْوَجْهَ وَحُسْنَ الْخُلُقِ "

“layani manusia dengan wajah cerah dan akhlak yang baik”

Hadits ini menunjukkan bahwa kehadiran ekspresif dan perhatian emosional merupakan bagian dari adab sosial dalam Islam. Namun, *phubbing* membuat seseorang kehilangan kontak mata, ekspresi ramah, dan respons emosional yang diperlukan untuk menciptakan hubungan sosial yang hangat.

Dari semua perspektif hadis tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku *phubbing* pada Generasi Z merupakan fenomena modern yang secara substansial bertentangan dengan nilai-nilai adab Islam, baik dalam aspek mendengarkan, menghormati, menghadiri majelis, maupun menjaga hubungan emosional yang baik. Oleh karena itu, analisis dalam perspektif hadis memberikan gambaran bahwa perilaku *phubbing* tidak hanya berdampak pada aspek sosial, tetapi juga pada dimensi moral dan spiritual yang berkaitan dengan penghormatan terhadap sesama manusia.

Dalam perspektif hadis, perilaku *phubbing* pada Generasi Z dapat dianalisis sebagai bentuk pengabaian terhadap nilai-nilai adab sosial yang diajarkan Rasulullah SAW. Hadis-hadis yang menekankan pentingnya perhatian penuh, penghormatan terhadap lawan bicara, serta larangan menyakiti perasaan orang lain menjadi indikator utama untuk menilai perilaku *phubbing*. Analisis ini menunjukkan bahwa *phubbing* bukan sekadar kebiasaan digital, melainkan fenomena sosial yang memiliki implikasi etis terhadap kualitas hubungan antar manusia dalam pandangan Islam. Dapat dijelaskan bentuk perilaku *phubbing* sebagai berikut:

- a. Perilaku *phubbing* bertentangan dengan prinsip *al-inṣāṭ* (mendengarkan dengan penuh perhatian) yang sering dijelaskan dalam hadis. Rasulullah SAW dikenal sebagai sosok yang tidak pernah memotong pembicaraan, tidak mengalihkan pandangan ketika berbicara, dan memberikan perhatian penuh kepada siapa pun yang sedang berbicara kepadanya.

Generasi Z yang sering mengalihkan pandangan dan perhatian kepada *smartphone* ketika lawan bicara sedang berbicara, secara tidak

langsung telah mengabaikan teladan Rasulullah SAW. Penelitian Indonesia mendukung analisis ini. Studi (Nur Haliza et al., 2022) tentang etika komunikasi Islami di era digital menemukan bahwa perilaku tidak fokus saat berinteraksi, termasuk karena penggunaan *smartphone*, dipandang sebagai pelanggaran terhadap adab mendengarkan dalam Islam. *Phubbing* menyebabkan lawan bicara merasa tidak dihargai, sehingga melemahkan hubungan sosial yang seharusnya dijaga dengan adab dan akhlak.

- b. Perilaku *phubbing* juga dapat dipandang sebagai bentuk *taqlīl al-ihtirām* (pengurangan penghormatan) terhadap orang lain. Dalam hadis ditegaskan bahwa seorang Muslim tidak boleh melakukan tindakan yang menyakiti perasaan sesama, termasuk dalam bentuk non-verbal.

Dalam konteks komunikasi digital, *phubbing* dipandang sebagai bentuk gangguan emosional yang dapat menyakiti perasaan lawan bicara. Penelitian oleh Aulia Nurul Khasanah et al., (2024) menemukan bahwa perilaku *phubbing* pada remaja menimbulkan dampak psikologis berupa perasaan diabaikan, marah, dan menurunnya kualitas hubungan interpersonal. Ini sejalan dengan nilai-nilai hadis yang menuntut seorang Muslim untuk menjaga kenyamanan dan kehormatan orang lain dalam interaksi sosial.

- c. *Phubbing* juga terkait dengan persoalan *adab al-majlis* (etika dalam pertemuan). Hadis Nabi melarang seseorang melakukan tindakan yang mengganggu jalannya majelis, termasuk sikap tidak sopan atau tidak fokus.

Dalam penggunaan *smartphone* yang berlebihan saat pertemuan sosial dapat mengganggu suasana, mengurangi perhatian, dan menghilangkan nilai kebersamaan. Studi oleh Rahmawati et al., (2024) tentang perilaku digital mahasiswa menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* dalam majelis akademik menyebabkan penurunan kualitas diskusi dan partisipasi, sehingga bertentangan dengan nilai-nilai adab majelis dalam Islam.

- d. *Phubbing* dapat dinilai sebagai bentuk kelalaian terhadap *husn al-mu'āmalah* (akhlak yang baik dalam berinteraksi). Hadis Nabi yang menganjurkan sikap ramah dan senyum kepada sesama menunjukkan

bahwa Islam menekankan pentingnya komunikasi yang hangat dan positif.

Ketika seseorang melakukan *phubbing*, ia kehilangan elemen penting berupa kontak mata, ekspresi wajah, dan keharmonisan komunikasi. Penelitian oleh Cahya et al., (2023) mengungkapkan bahwa interaksi digital yang tidak seimbang mengurangi kehangatan emosional dalam hubungan sosial. Hal ini menandakan bahwa *phubbing* bertentangan dengan prinsip ihsan dan husn al-khuluq dalam hadis.

Dengan demikian, *phubbing* dapat dikategorikan sebagai perilaku yang tidak sejalan dengan nilai-nilai adab dalam hadis. Analisis ini menunjukkan bahwa fenomena sosial modern tetap dapat dikaji menggunakan prinsip-prinsip hadis yang bersifat universal. Pemahaman terhadap hadis-hadis tersebut dapat menjadi landasan moral bagi Generasi Z dalam menyeimbangkan penggunaan teknologi dan menjaga kualitas interaksi manusia.

4. Relevansi Perilaku *Phubbing* dengan Nilai-Nilai Adab dalam Hadis

Relevansi antara fenomena *phubbing* dengan nilai-nilai adab dalam hadis dapat dipahami melalui hubungan antara prinsip etika Islam dan praktik interaksi sosial modern. Hadis-hadis mengenai adab berbicara, adab mendengarkan, serta menjaga kenyamanan lawan bicara menegaskan bahwa Islam memberikan perhatian besar terhadap kualitas komunikasi antarmanusia. Dalam berbagai riwayat, Rasulullah SAW mencontohkan akhlak komunikasi yang menjunjung tinggi empati dan perhatian penuh, seperti menghadap sepenuhnya kepada lawan bicara. Nilai ini menunjukkan bahwa kehadiran sosial yang utuh merupakan bagian penting dari adab Islami. Perilaku *phubbing*, yang membuat seseorang lebih fokus pada *smartphone* dibandingkan lawan bicara, bertentangan dengan teladan tersebut

Selain itu, hadis mengenai hak seorang Muslim untuk didengarkan dan dihargai juga menjadi kerangka penting dalam menilai fenomena *phubbing*. Penggunaan *smartphone* saat berinteraksi secara langsung dapat mengurangi kualitas mendengarkan dan membuat lawan bicara merasa diabaikan. Penelitian Muchlis et al., (2025) mengenai etika sosial dalam perspektif hadis menjelaskan bahwa gangguan emosional yang ditimbulkan oleh sikap tidak memperhatikan lawan bicara termasuk dalam kategori pelanggaran adab komunikasi. Dalam konteks generasi muda, penelitian oleh Erwinsyah &

Marsa, (2025) menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* memicu rasa tidak dihargai dan menurunnya kedekatan emosional dalam pertemanan remaja dan mahasiswa. Temuan tersebut memperjelas bahwa *phubbing* secara nyata mengikis nilai-nilai adab yang berakar dalam ajaran hadis.

Dari perspektif adab majelis, *phubbing* juga berpotensi merusak keharmonisan interaksi sosial. Dalam hadis, Rasulullah SAW menekankan pentingnya menjaga keteraturan majelis, menghadiri dengan penuh hormat, serta tidak melakukan tindakan yang mengganggu suasana kebersamaan. Ketika seseorang lebih memilih berinteraksi dengan dunia digital selama berada dalam majelis, perilaku tersebut menurunkan kualitas partisipasi dan menghambat keberlangsungan komunikasi sosial. Hal ini didukung oleh penelitian Setiawan (2021), yang menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan dalam diskusi kelompok menyebabkan peserta tidak fokus dan mengacaukan dinamika komunikasi. Fenomena ini menunjukkan bahwa *phubbing* bertentangan dengan nilai adab majelis yang telah digariskan dalam hadis.

Relevansi nilai-nilai adab dalam hadis juga terlihat dalam aspek akhlak emosional seperti senyum, keramahan, dan ekspresi positif dalam pertemuan sosial. Hadis tentang pentingnya menampilkan wajah cerah ketika berinteraksi menegaskan bahwa komunikasi bukan hanya soal kata-kata, tetapi juga kehangatan emosional. Namun, *phubbing* menghilangkan elemen kontak mata, ekspresi wajah, dan respons emosional yang menjadi kunci hubungan interpersonal. Penelitian Aelia, et.al (2023) menyatakan bahwa *smartphone* mengubah pola interaksi sosial remaja dengan mengurangi keintiman komunikasi dan mengalihkan fokus dari percakapan langsung. Hal ini mengindikasikan bahwa *phubbing* tidak sekadar perilaku digital, melainkan bentuk pengurangan kualitas adab interaksi sosial sebagaimana digariskan dalam hadis.

Dengan demikian, fenomena *phubbing* yang banyak ditemukan pada Generasi Z memiliki keterkaitan kuat dengan melemahnya penerapan nilai-nilai adab dalam hadis. Hadis-hadis tentang adab berbicara, mendengarkan, menjaga kehormatan lawan bicara, serta menjaga keharmonisan majelis memperlihatkan bahwa perilaku *phubbing* bertentangan dengan prinsip dasar akhlak Islami. Relevansi ini menunjukkan bahwa nilai-nilai adab dalam hadis tetap kontekstual dan dapat dijadikan pedoman bagi generasi digital untuk menyeimbangkan antara kecanggihan teknologi dan kewajiban moral dalam menjaga etika hubungan antarmanusia.

C. Kesimpulan

Perilaku *phubbing* yang semakin marak terjadi pada Generasi Z merupakan fenomena sosial yang lahir dari intensitas penggunaan smartphone dan ketergantungan pada konektivitas digital. Fenomena ini berdampak signifikan terhadap kualitas interaksi tatap muka, hubungan interpersonal, dan dinamika sosial. Melalui tinjauan fenomenologis, terlihat bahwa *phubbing* bukan hanya kebiasaan digital, tetapi juga mencerminkan perubahan pola komunikasi dan prioritas perhatian di kalangan generasi muda.

Kajian hadis menunjukkan bahwa nilai-nilai adab dan etika sosial yang diajarkan oleh Rasulullah SAW sangat menekankan pentingnya perhatian penuh, penghormatan terhadap lawan bicara, menjaga kenyamanan majelis, serta menjauhi tindakan yang dapat menyakiti secara verbal maupun emosional. Rasulullah SAW memberikan keteladanan dengan menghadapkan seluruh tubuh kepada lawan bicara, menjawab salam dengan penuh kehangatan, serta mengutamakan akhlak yang baik dalam setiap bentuk interaksi. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa kualitas hubungan manusia tidak hanya ditentukan oleh tutur kata, tetapi juga oleh kehadiran penuh, bahasa tubuh, dan kepedulian emosional.

Analisis terhadap perilaku *phubbing* dalam perspektif hadis menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara praktik sosial modern tersebut dengan prinsip-prinsip adab Islami. *Phubbing* dapat dianggap sebagai bentuk pengurangan penghormatan, gangguan emosional, dan perilaku yang merusak kualitas interaksi sosial. Ketidakhadiran perhatian dalam interaksi tatap muka membuat lawan bicara merasa diabaikan, yang bertentangan dengan nilai-nilai yang diajarkan dalam hadis tentang adab berbicara, adab mendengarkan, serta adab majelis.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa nilai-nilai adab dalam hadis tetap relevan dan aplikatif dalam menghadapi tantangan sosial di era digital. Prinsip-prinsip adab tersebut dapat menjadi pedoman moral bagi Generasi Z untuk menyeimbangkan penggunaan teknologi dengan kebutuhan menjaga hubungan sosial yang sehat dan penuh akhlak. Menginternalisasi nilai-nilai hadis dalam kehidupan sehari-hari diharapkan mampu membentuk perilaku komunikasi yang lebih etis, empatik, dan harmonis dalam masyarakat modern.

Daftar Pustaka

Aelia Suci Nurangraini, Syamsir Syamsir, zizh Jumaita Ayu, Cynthia Bunga Belia, Dea Kartika, D. G. (2023). Pengaruh Media Sosial Terhadap Interaksi Sosial Remaja Di Universitas Negeri Padang. *Jurnal*

Pendidikan Tambusai, 9, 4800–4809.

- Aulia Nurul Khasanah, Rohmah Lulu Fitriani, Sevilla Permatawati, Siti Nur Azizah, Muslikah Muslikah, & Ashari Mahfud. (2024). Phubbing Sebagai Tantangan Etika Komunikasi: Dampaknya terhadap Kesejahteraan Emosional dalam Hubungan Personal. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(4), 363–372. <https://doi.org/10.61132/observasi.v2i4.834>
- Cahaya, M. N., Ningsih, W., & Lestari, A. (2023). Dampak Media Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologi. *Jurnal Sosial Dan Teknologi (SOSTECHI)*, 3(8), 703–706. file:///C:/Users/ASUS/Downloads/Dampak_Media_Sosial_terhadap_Kesejahteraan_Psikolo.pdf
- Emeraldien Fikri Zahria, & Alwi Hidayat Mochammad. (2023). Fenomena phubbing pada pola komunikasi mahasiswa. In *Journal of Communication* (Vol. 8).
- Erwinsyah, & Marsa, Y. J. (2025). Analysis of the phenomenon of phubbing behavior in social interaction and academic activities of students in the city of medan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan Dan Sosial*, 14(1), 154–168. <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/sosioedukasi/index>
- Evi Septiani Lauw, Miftakhul Jannah, J. P. (2024). Phubbing pada Gen Z Apakah Diprediksi oleh FOMO? *Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi*, 19(2), 143–157.
- Litha, T. S., & Tobing, M. M. (2025). *Swipe, Scroll, Silent: Perilaku Phubbing Dalam Komunikasi Keluarga Generasi Z Di Jakarta Trianna*. 5(1), 235–245.
- Muchlis, K. M. C., Rahman, A., & Afif, N. (2025). *Etika Bermedia Sosial dalam Perspektif Hadis : Studi Tematik Terhadap Nilai-Nilai Komunikasi Islam*. 5(2), 19919–19927.
- Nasrulloh. (2020). *Isu isu kontemporer dalam diskursus al-Qur'an dan Hadis*. UIN-Maliki Press.
- Nur Haliza, D. A., Erina, M. D., Choirun Nisa, I. F., & Nasrum, A. J. (2022). Etika Bermedia Sosial dalam Perspektif Al-Qur'an dan Hukum Negara di Era Revolusi Industri 4.0 dan Society 5.0. *Jurnal Riset Agama*, 2(1), 100–118. <https://doi.org/10.15575/jra.v2i1.15685>
- Putri Balqis Maharani Siregar, Nursapia Harahap, Shaqiula Devina Amanda, Nur Ainun Ghoisani Ritonga, Muhammad Arif Lubis, Fitri Holila Siregar, Fany Saputri, & Adelia Rahmadani. (2024). Pengaruh

Smartphone Terhadap Komunikasi Keluarga. *Comit: Communication, Information and Technology Journal*, 2(2), 432–438.
<https://doi.org/10.47467/comit.v2i2.3684>

Rahmawati, Muhammadun, M., Dalle, A., Usman, & Ahdar. (2024). Dampak Penggunaan Smartphone Terhadap Minat Belajar Peserta Didik. *Jurnal Research and Development Journal Of Education*, vol.3(2), 47–59.

Restiviani, Y., Kholil, S., Abdurrahman, & Rahmad Alimin Lauli. (2023). Interpersonal Communication in Overcoming the Phubbing Behavior Phenomenon in Students in Lhokseumawe City. *Al-Balagh: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 8(2), 225–248.
<https://doi.org/10.22515/albalagh.v8i2.7662>

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/https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>

Safitri, W., Elita, Y., & Sulian, I. (2019). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Perilaku Phubbing Remaja Generasi Z Pada Siswa Kelas Xi Di Smkn 5 Kota Bengkulu. *Jurnal Consilia*, 2(1), 66–74.
https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia

Siregar, M. N., Rahmi, T., & Hasibuan, M. H. (2024). *Etika Dalam Penggunaan Media Sosial (Social Media Networking) Melalui Tinjauan Hadis*. 3(4), 171–179.

Ulya, S. (2025). Hadis Dan Etika Digital: Tinjauan Terhadap Adab Bermedia Sosial Dalam Perspektif Nabi. *Jurnal Ar Risalah*, 2(1).