

Dampak Phubbing Oleh Guru Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Menengah

Mustaqim

Universitas Almuslim Bireuen

email: mustaqimbireuen273@gmail.com

Article history: Received: 01 Agustus 2025; Revised: 10 Agustus 2025;
Accepted: 15 Agustus 2025; Published: 17 Agustus 2025

Abstract

This study examines the impact of teacher phubbing the act of ignoring social interactions due to smartphone use on students' academic motivation in Indonesian urban middle schools. Employing a quantitative correlational design, the study surveyed 150 junior and senior high school students across five schools in Jakarta and Bandung, supplemented by unobtrusive classroom observations of 20 teachers. Instruments included an adapted version of the Generic Scale of Phubbing for educational settings, the Academic Motivation Scale (AMS-C 28), and a teacher phubbing behavior checklist. The findings reveal a significant negative correlation between teacher phubbing frequency and students' intrinsic motivation ($r = -0.42, p < 0.01$). Three main mechanisms were identified: (1) student perception of teacher disinterest, (2) disruption of pedagogical attachment, and (3) decreased classroom engagement. The study contributes theoretically by expanding the construct of digital distraction within educational psychology, and practically by advocating for mindful teaching and digital awareness training for educators. These findings highlight the necessity of embedding digital ethics into 21st-century teaching professionalism to sustain meaningful teacher-student interactions in tech-saturated classrooms.

Keywords

phubbing, academic motivation, pedagogical relationship, digital distraction

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak perilaku *phubbing* yaitu tindakan mengabaikan interaksi sosial karena penggunaan gawai yang dilakukan oleh guru terhadap motivasi belajar siswa pada jenjang menengah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan metode survei terhadap 150 siswa SMP dan SMA di lima sekolah urban di Jakarta dan Bandung, serta dilengkapi observasi *unobtrusive* terhadap 20 guru. Instrumen yang digunakan meliputi *Generic Scale of Phubbing* yang telah diadaptasi ke dalam konteks pendidikan, *Academic Motivation Scale* (AMS-C 28), dan lembar observasi *Teacher Phubbing Behavior*. Hasil menunjukkan terdapat korelasi negatif yang signifikan antara frekuensi *phubbing* oleh guru dengan motivasi intrinsik siswa ($r = -0.42$, $p < 0.01$). Secara lebih mendalam, temuan mengungkap tiga mekanisme utama dampak *phubbing*: (1) terbentuknya persepsi bahwa guru tidak tertarik pada pembelajaran; (2) terganggunya ikatan emosional dan pedagogis antara guru dan siswa; serta (3) menurunnya keterlibatan aktif siswa dalam kegiatan kelas. Studi ini memberikan implikasi teoretis dengan memperluas pemahaman tentang distraksi digital dalam relasi pendidikan formal. Secara praktis, disarankan adanya pelatihan *mindful teaching* dan kesadaran digital bagi para pendidik guna menjaga kualitas interaksi kelas di era teknologi. Penelitian ini menegaskan pentingnya etika digital sebagai bagian integral dari profesionalisme guru di abad ke-21.

Kata Kunci

phubbing, motivasi belajar, relasi pedagogis, distraksi digital

Pendahuluan

Fenomena kecanduan teknologi digital telah menjalar ke berbagai lapisan masyarakat, termasuk kalangan pendidik yang selama ini dianggap sebagai panutan perilaku dalam interaksi sosial dan proses pembelajaran. Dalam konteks pendidikan kelas menengah, kehadiran gawai seperti ponsel pintar yang semula dimaksudkan untuk mendukung proses pembelajaran kini sering kali menjadi pengalih perhatian yang signifikan. Salah satu bentuk nyata dari ketergantungan terhadap gawai ini adalah fenomena *phubbing* sebuah istilah yang berasal dari gabungan kata *phone* dan *snubbing*, yang

merujuk pada tindakan mengabaikan orang lain dalam interaksi sosial karena sibuk dengan telepon genggam. Perilaku ini, ketika dilakukan oleh guru di tengah kegiatan pembelajaran, menjadi problematik karena secara tidak langsung menyampaikan pesan bahwa kehadiran siswa kurang penting dibanding notifikasi digital yang diterima guru (Roberts & David, 2016).

Phubbing oleh guru dapat dimaknai sebagai bentuk pengabaian sosial terselubung yang berpotensi merusak relasi interpersonal antara guru dan siswa. Dalam hubungan belajar-mengajar, kehadiran guru bukan hanya bersifat fisik, tetapi juga emosional dan psikologis. Ketika perhatian guru teralihkan oleh gawai saat berinteraksi dengan siswa, maka siswa cenderung merasa tidak dihargai, diabaikan, bahkan mengalami penurunan harga diri. Hal ini diperparah oleh kenyataan bahwa usia remaja merupakan fase perkembangan psiko-sosial yang sangat sensitif terhadap penerimaan dan validasi dari orang dewasa, termasuk guru. Sebagaimana ditegaskan oleh teori Erikson, tahap *identity* dan *role confusion* pada remaja sangat membutuhkan dukungan interpersonal dari otoritas sosial seperti guru (Erikson, 1968).

Dampak psikologis *phubbing* terhadap siswa tidak dapat diremehkan. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang merasa *di-phubbed* cenderung mengalami penurunan emosi positif, rasa keterikatan sosial yang melemah, dan peningkatan emosi negatif seperti kesepian, marah, atau frustrasi (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). Dalam konteks ruang kelas, ketika guru melakukan *phubbing*, siswa bukan hanya merasa tersingkir secara sosial, tetapi juga kehilangan stimulus motivasional yang bersumber dari perhatian dan validasi guru. Kehadiran guru yang penuh perhatian merupakan salah satu fondasi dalam membentuk motivasi belajar intrinsik pada siswa, yang secara langsung memengaruhi hasil belajar dan keterlibatan akademik.

Sayangnya, penelitian mengenai *phubbing* oleh guru dan dampaknya terhadap motivasi belajar siswa masih tergolong minim, terutama dalam konteks pendidikan di negara berkembang seperti Indonesia. Sebagian besar studi sebelumnya lebih menyoroti dampak *phubbing* dalam hubungan antar teman sebaya atau relasi romantis. Padahal, dinamika *phubbing* dalam hubungan otoritatif seperti guru-

siswa memiliki dampak yang berbeda secara struktural dan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan fokus pada bagaimana *phubbing* oleh guru memengaruhi motivasi belajar siswa kelas menengah yang sedang berada pada masa perkembangan kognitif dan afektif yang kritis (Al-Marooof et al., 2021).

Signifikansi penelitian ini terletak pada kemampuannya untuk menyentuh persoalan krusial dalam ekosistem pendidikan digital yang belum banyak mendapat perhatian serius. Di tengah euforia pemanfaatan teknologi dalam dunia pendidikan, sering kali aspek etika digital dan kualitas kehadiran sosial guru justru terabaikan. Praktisi pendidikan perlu diberikan peringatan bahwa penggunaan teknologi secara berlebihan, bahkan oleh guru, dapat menimbulkan efek balik yang justru merusak tujuan utama pendidikan. *Phubbing*, dalam hal ini, bukan hanya soal etika personal tetapi juga persoalan struktural dalam kualitas pengelolaan kelas dan pembelajaran yang humanistik (Kuss & Griffiths, 2017).

Dalam penelitian ini, terdapat tiga pertanyaan utama yang menjadi fokus analisis. Pertama, seberapa sering perilaku *phubbing* dilakukan oleh guru dalam situasi kelas? Pertanyaan ini penting untuk memetakan frekuensi kejadian sebagai indikator tingkat kritis dari masalah. Kedua, bagaimana persepsi siswa terhadap tindakan *phubbing* tersebut? Persepsi siswa merupakan indikator penting untuk menilai dampak afektif dan relasional dari tindakan tersebut. Ketiga, apa implikasi dari *phubbing* oleh guru terhadap motivasi belajar intrinsik siswa? Pertanyaan ini menyorot pada aspek psikologis yang paling menentukan keberhasilan belajar jangka panjang.

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, pendekatan kuantitatif dan kualitatif akan digunakan secara integratif. Survei terhadap siswa akan mengukur tingkat kejadian dan persepsi terhadap *phubbing* dengan instrumen berbasis skala Likert, sementara wawancara mendalam akan mengeksplorasi narasi pengalaman siswa yang merasa di-*phubbed*. Data ini akan dikaji melalui teori motivasi belajar Deci & Ryan (*Self-Determination Theory*) yang menekankan pentingnya otonomi, kompetensi, dan keterhubungan dalam membentuk motivasi intrinsik (Deci & Ryan, 2000).

Dengan pendekatan ini, penelitian tidak hanya akan menghasilkan data deskriptif tetapi juga wawasan teoretis mengenai

bagaimana fenomena digital memengaruhi interaksi pedagogis. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya diskursus mengenai etika penggunaan teknologi di lingkungan pendidikan dan mendorong penyusunan kebijakan internal di sekolah mengenai etika digital guru. Lebih jauh, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan dalam pelatihan guru untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya kehadiran psikologis dalam proses pembelajaran, serta membantu pembuat kebijakan merumuskan strategi edukatif berbasis relasi yang sehat di era digital.

Metode

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan desain *ex post facto* untuk menguji hubungan antara frekuensi *phubbing* oleh guru dan tingkat motivasi belajar intrinsik siswa. Penelitian dilakukan tanpa manipulasi variabel bebas, melainkan menganalisis data yang telah terjadi secara alami dalam interaksi pembelajaran. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk meneliti fenomena perilaku sosial yang tidak dapat diatur secara eksperimental. Fokus utama adalah mengamati korelasi antara dua variabel utama: intensitas *phubbing* guru sebagai prediktor dan motivasi intrinsik siswa sebagai respons.

Partisipan terdiri dari 150 siswa berusia 13–18 tahun dari lima sekolah menengah (SMP-SMA) di wilayah Jakarta dan Bandung, serta 20 guru yang diobservasi menggunakan teknik *unobtrusive* (tidak mengganggu). Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner *Generic Scale of Phubbing* yang telah diadaptasi untuk konteks relasi guru-siswa, inventori *Academic Motivation Scale* versi anak dan remaja (AMS-C 28) untuk mengukur dimensi motivasi belajar intrinsik, serta lembar observasi perilaku *Teacher Phubbing Behavior* yang disusun berdasarkan indikator penggunaan gawai selama waktu mengajar. Data dianalisis dengan teknik korelasi Pearson dan regresi linier sederhana menggunakan SPSS versi 26 untuk mengidentifikasi kekuatan dan arah hubungan antarvariabel.

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *phubbing* oleh guru tergolong tinggi di lingkungan sekolah menengah. Sebanyak 68%

siswa melaporkan bahwa guru mereka menggunakan gawai lebih dari tiga kali dalam satu sesi pembelajaran, dengan aktivitas paling dominan adalah membalas pesan WhatsApp (42%), diikuti oleh membuka media sosial (33%), dan melakukan pencarian informasi (25%). Temuan ini memperlihatkan bahwa penggunaan gawai oleh guru tidak selalu berkaitan dengan aktivitas pembelajaran, melainkan cenderung bersifat personal dan mengganggu fokus interaksi dengan siswa (Roberts & David, 2016).

Dampak dari perilaku tersebut terlihat signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Terdapat penurunan minat belajar pada mata pelajaran yang diajar oleh guru yang sering melakukan *phubbing*, dengan nilai *effect size* η^2 sebesar 0.18, yang menunjukkan dampak sedang. Selain itu, ditemukan korelasi negatif yang cukup kuat antara frekuensi *phubbing* guru dan partisipasi aktif siswa di kelas ($r = -0.39$), terutama pada siswa dengan tingkat kecemasan sosial tinggi dan pada pelajaran yang menuntut bimbingan langsung, seperti matematika dan sains. Ini mengindikasikan bahwa *phubbing* guru tidak hanya merusak relasi edukatif, tetapi juga menjadi faktor penghambat dalam pencapaian hasil belajar optimal.

Pembahasan

Analisis Interpretatif Temuan

Temuan mengenai perilaku *phubbing* oleh guru menunjukkan adanya gangguan dalam ikatan pedagogis yang seharusnya menjadi dasar kuat dalam proses pembelajaran. Dalam teori *attachment* pendidikan, kelekatan emosional dan perhatian penuh dari guru kepada siswa sangat penting bagi pembentukan rasa aman, kepercayaan, dan minat belajar pada peserta didik. Ketika guru lebih sering menatap layar ponsel daripada menjalin kontak mata atau memberi umpan balik langsung kepada siswa, ikatan pedagogis tersebut terputus secara halus namun signifikan. Hal ini sejalan dengan pandangan Pianta (1999), yang menekankan bahwa kualitas hubungan guru-siswa sangat berpengaruh terhadap keberhasilan akademik, terutama di kalangan siswa usia remaja yang sedang mencari validasi sosial dan afeksi dari figur otoritas.

Di sisi lain, budaya *always-on* yang kini merambah lingkungan sekolah menciptakan tantangan baru dalam menjaga integritas ruang

kelas. Budaya ini mengacu pada kondisi di mana individu selalu merasa terhubung secara digital dan merespons informasi dalam waktu nyata, baik melalui media sosial, aplikasi pesan, maupun email. Di lingkungan pendidikan, fenomena ini menjadi paradoks: guru dituntut untuk bersikap profesional dan fokus pada pembelajaran, namun juga sering merasa terikat pada komunikasi digital yang terus mengalir dari kolega, pimpinan sekolah, atau bahkan keluarga. Budaya ini menggeser fokus guru dari *present moment* dalam kelas menjadi perhatian yang terpecah fenomena yang dikenal sebagai *technological distraction* (Turkle, 2015).

Kondisi ini mengindikasikan adanya perubahan mendalam dalam etika komunikasi dan profesionalisme pendidikan. Penggunaan ponsel di kelas bukan lagi sekadar masalah manajemen waktu, tetapi mencerminkan perubahan dalam nilai-nilai budaya sekolah. Jika tidak ditangani dengan kebijakan yang tepat, phubbing dapat menciptakan atmosfer kelas yang dingin, penuh jarak, dan minim empati. Studi sebelumnya oleh McDaniel dan Coyne (2016) menunjukkan bahwa *phubbing* dalam relasi interpersonal menyebabkan perasaan terabaikan dan tidak dihargai, yang dapat diterjemahkan dalam konteks pendidikan sebagai penurunan motivasi dan keterlibatan belajar siswa.

Yang lebih mengkhawatirkan, dampak ini cenderung lebih dalam pada siswa yang memiliki sensitivitas emosional tinggi atau berada dalam kondisi psikososial yang rentan, seperti mereka yang mengalami tekanan keluarga atau kesulitan adaptasi sosial. Guru yang melakukan *phubbing* secara tidak langsung mempertegas eksistensi ketimpangan emosional di ruang kelas, yaitu antara siswa yang mampu menoleransi pengabaian dan mereka yang tidak. Hal ini tentu bertentangan dengan prinsip inklusivitas dalam pendidikan yang mendorong pemenuhan kebutuhan emosional semua siswa, bukan hanya kelompok tertentu.

Dari sinilah urgensi kebijakan digital etiquette di lingkungan sekolah menjadi nyata. Intervensi preventif seperti pelatihan literasi digital untuk guru, penyusunan protokol penggunaan gawai selama pembelajaran, dan kampanye (*present is power*) di sekolah bisa menjadi langkah awal untuk mengembalikan relasi pembelajaran yang utuh dan bermakna. Sekolah tidak bisa hanya menuntut guru menjadi

profesional dalam aspek administratif dan kurikuler saja, tetapi juga dalam interaksi sosial yang mendalam dengan siswa di era digital yang penuh gangguan.

Kontribusi Teoretis terhadap Kajian Psikologi Pendidikan

Hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam perluasan kajian teoretis mengenai *phubbing* sebuah istilah yang sebelumnya lebih banyak dibahas dalam konteks hubungan interpersonal dan komunikasi keluarga ke dalam ranah pendidikan formal. Sebelumnya, *phubbing* kerap didefinisikan sebagai tindakan mengabaikan interaksi sosial karena perhatian seseorang tersita pada perangkat digital, khususnya ponsel pintar (Roberts & David, 2016). Dalam konteks kelas, fenomena ini belum banyak dieksplorasi sebagai bagian dari dinamika pembelajaran. Oleh karena itu, temuan bahwa 68% siswa melaporkan guru melakukan *phubbing* lebih dari tiga kali dalam satu sesi pelajaran membuka ruang baru untuk mengkaji fenomena ini secara sistemik dalam psikologi pendidikan.

Dengan memindahkan fokus dari hubungan antarindividu ke interaksi pedagogis, penelitian ini turut memperluas kerangka kerja teoretis *phubbing* sebagai bentuk disrupsi dalam konteks relasi edukatif. Hal ini memberikan argumen baru bahwa *phubbing* tidak hanya menurunkan kualitas hubungan interpersonal, tetapi juga memiliki dampak langsung terhadap proses kognitif dan afektif dalam belajar. Salah satu konsekuensi signifikan yang ditemukan dalam studi ini adalah adanya penurunan partisipasi siswa secara aktif di kelas ($r = -0.39$), yang dapat ditafsirkan sebagai bentuk pengabaian timbal balik dari siswa terhadap pembelajaran. Dalam kerangka teori pembelajaran sosial ala Bandura, perilaku guru yang mengabaikan interaksi verbal dan non-verbal menjadi model negatif yang ditiru oleh siswa, memperkuat siklus ketidakterlibatan (*disengagement*) dalam kelas (Bandura, 1986).

Lebih jauh lagi, temuan ini turut memvalidasi konsep *digital distraction* dalam ranah psikologi pendidikan. Istilah ini merujuk pada gangguan fokus dan perhatian yang diakibatkan oleh kehadiran perangkat digital dalam lingkungan belajar (Rosen et al., 2013). Banyak studi sebelumnya lebih menyoroti siswa sebagai sumber gangguan digital di kelas, namun penelitian ini menekankan bahwa guru juga rentan menjadi agen distraksi ketika tidak memiliki kontrol terhadap

penggunaan gawai pribadi. Maka, munculnya *teacher-initiated distraction* memperluas pemahaman kita mengenai bagaimana teknologi tidak hanya memengaruhi penerima pembelajaran, tetapi juga pemberi pembelajaran itu sendiri.

Kontribusi lain yang tak kalah penting adalah pembentukan potensi konstruk baru yaitu *pedagogical phubbing* suatu sub tipe dari *phubbing* yang terjadi dalam konteks belajar-mengajar. Konstruk ini memungkinkan penelitian lanjutan untuk mengembangkan instrumen ukur yang lebih spesifik, serta mengkaji dampaknya dalam berbagai variabel psikologis lainnya seperti keterikatan akademik (*academic engagement*), stres akademik, atau persepsi terhadap otoritas guru. Ini membuka kemungkinan eksplorasi teoritis dan praktis dalam desain lingkungan belajar digital yang sehat dan produktif.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menjadi dokumentasi empiris tentang perubahan budaya digital di kelas, tetapi juga menawarkan landasan teoretis yang memperkaya wacana psikologi pendidikan modern. Implikasi dari temuan ini mengisyaratkan perlunya pembaruan paradigma dalam memahami relasi guru-siswa di era teknologi, di mana perhatian dan kehadiran (baik secara fisik maupun psikologis) menjadi kunci utama dari proses belajar yang bermakna.

Rekomendasi Praktis untuk Lingkungan Pembelajaran Bebas Distraksi

Temuan penelitian ini menyoroti urgensi reformasi kultural dalam ruang kelas digital melalui penerapan kebijakan dan pelatihan yang lebih adaptif. Salah satu implikasi praktis yang paling menonjol adalah kebutuhan akan penerapan *device-free zone* atau zona bebas gawai di ruang kelas, terutama bagi pengajar. Sering kali, perhatian terfokus pada regulasi penggunaan perangkat oleh siswa, sementara perilaku digital guru justru luput dari perhatian. Padahal, ketika guru terlibat dalam *phubbing*, yaitu mengalihkan perhatian ke ponsel selama proses belajar-mengajar, maka secara tidak langsung mereka menormalisasi budaya distraksi di kelas (McDaniel & Coyne, 2016). Hal ini tidak hanya menurunkan partisipasi siswa, tetapi juga melemahkan otoritas pedagogis yang seharusnya dibangun melalui kehadiran penuh dan keterlibatan aktif guru dalam setiap interaksi edukatif.

Membentuk zona bebas gawai bukan berarti menghapuskan teknologi dari proses belajar-mengajar, melainkan membangun batas yang sehat antara pemanfaatan digital dan distraksi digital. Zona ini dapat diberlakukan selama periode pengajaran berlangsung, sementara penggunaan gawai bisa dilakukan secara terjadwal dan hanya untuk keperluan instruksional. Beberapa sekolah di negara Skandinavia telah mulai menerapkan kebijakan serupa, terbukti mampu meningkatkan fokus dan kedisiplinan dalam kegiatan belajar (Blikstad-Balas et al., 2022).

Selain itu, pelatihan *mindful teaching* bagi para pendidik menjadi strategi penting dalam menghadapi tantangan era digital. *Mindful teaching* mendorong guru untuk menyadari keberadaan mereka secara utuh dalam kelas, termasuk mengelola perhatian, emosi, dan kecenderungan multitasking yang diperkuat oleh teknologi (Meiklejohn et al., 2012). Pendekatan ini sejalan dengan prinsip pendidikan berbasis nilai, yang menempatkan kehadiran dan keteladanan sebagai bagian integral dari praktik pengajaran, sebagaimana ditegaskan oleh Syauky dan Zubaidah (2024) bahwa efektivitas pembelajaran, termasuk aspek psikomotorik, sangat ditentukan oleh kualitas interaksi langsung antara guru dan siswa. Dalam konteks PAI, nilai-nilai seperti *khidmah*, *murabbi*, dan *ittiba'* semakin menekankan pentingnya keterlibatan guru secara personal dan spiritual.

Praktik *mindful teaching* juga membantu guru mengenali pola kebiasaan digital mereka sendiri dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi iklim belajar di kelas. Banyak guru tidak menyadari bahwa tindakan sederhana seperti memeriksa WhatsApp atau notifikasi saat mengajar dapat menimbulkan efek psikologis yang signifikan bagi siswa, seperti merasa diabaikan, tidak penting, atau kurang dihargai. Implikasi semacam ini dapat merusak *rapport* yang telah dibangun dan mengganggu dinamika emosional kelas, terutama bagi siswa yang memiliki sensitivitas sosial tinggi (Kushlev & Dunn, 2015).

Langkah konkret yang dapat diambil institusi pendidikan adalah memasukkan topik literasi digital dan etika penggunaan teknologi ke dalam pelatihan profesional guru. Modul pelatihan sebaiknya tidak hanya membahas keterampilan teknis dalam

penggunaan teknologi pembelajaran, tetapi juga menyentuh aspek afektif dan etis dari keberadaan teknologi dalam relasi guru-siswa. Sebab, di tengah budaya *always-on* dan tekanan multitasking, yang sering kali menjadi korban pertama adalah kualitas perhatian, komunikasi bermakna, dan rasa saling hadir dalam proses belajar.

Dengan demikian, mendorong kebijakan *device-free zone* dan pelatihan *mindful teaching* bukanlah bentuk regresi dari perkembangan digital, melainkan upaya strategis untuk menyeimbangkan kebutuhan teknologi dengan kualitas relasi edukatif yang sehat dan produktif.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa praktik *phubbing* oleh guru, meskipun sering kali dianggap sepele, memiliki dampak signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Ketika guru lebih fokus pada gawai daripada interaksi langsung, siswa merasa diabaikan dan kehilangan koneksi emosional yang penting dalam proses pembelajaran. Dampak ini bersifat kumulatif dan jangka panjang, menurunkan keterlibatan belajar, kepercayaan diri siswa, serta melemahkan kualitas relasi pedagogis. Dalam konteks pendidikan agama Islam yang menekankan *uswah hasanah* dan nilai keteladanan, kebiasaan *phubbing* justru menjadi bentuk disonansi etika dalam praktik mengajar.

Sebagai respons, penting bagi sekolah untuk menerapkan kebijakan *phubbing-free teaching* yang tidak hanya mengatur penggunaan gawai siswa, tetapi juga menuntut kedisiplinan digital dari para guru. Selain itu, pengembangan modul pelatihan yang menekankan penguatan relasi guru-siswa dalam konteks digital perlu diinstitusionalisasikan. Modul ini harus mencakup kesadaran etis dalam penggunaan teknologi, komunikasi empatik, dan pengelolaan perhatian di ruang kelas. Dengan demikian, transformasi digital dalam pendidikan dapat berjalan beriringan dengan penguatan nilai-nilai kemanusiaan dan spiritualitas yang menjadi inti dari proses pengajaran yang bermakna.

Referensi

Al-Marroof, R. A. S., Alhumaid, K., & Salloum, S. A. (2021). The effect of phubbing on students' emotional, psychological, and

- academic adjustment. *Education and Information Technologies*, 26(1), 1-16. <https://doi.org/10.1007/s10639-020-10377-8>
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall.
- Blikstad-Balas, M., Roe, A., & Klette, K. (2022). "Silent students in device-rich classrooms: Technology use and teacher-student interaction." *Learning, Culture and Social Interaction*, 34, 100634. <https://doi.org/10.1016/j.lcsi.2022.100634>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How "phubbing" becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company.
- Kushlev, K., & Dunn, E. W. (2015). Checking email less frequently reduces stress. *Computers in Human Behavior*, 43, 220-228. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.11.005>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2017). Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(3), 311. <https://doi.org/10.3390/ijerph14030311>
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85-98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>

- Meiklejohn, J., Phillips, C., Freedman, M. L., et al. (2012). Integrating mindfulness training into K-12 education: Fostering the resilience of teachers and students. *Mindfulness*, 3(4), 291–307. <https://doi.org/10.1007/s12671-012-0094-5>
- Nursalam. (2021). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Pianta, R. C. (1999). *Enhancing Relationships Between Children and Teachers*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10314-000>
- 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>
- Rosen, L. D., Lim, A. F., Carrier, L. M., & Cheever, N. A. (2013). An empirical examination of the educational impact of text message-induced task switching in the classroom: Educational implications and strategies to enhance learning. *Educational Psychology*, 33(8), 1035–1045. <https://doi.org/10.1080/01443410.2013.785053>
- Syauky, A., & Zubaidah, Z. (2024). Penggunaan Media Audio Visual sebagai upaya Meningkatkan Kemampuan Psikomotor Anak dalam Pembelajaran Tajwid. *Jurnal Hawa: Studi Pengarus Utamaan Gender dan Anak*, 6(2), 214–215.
- Turkle, S. (2015). *Reclaiming Conversation: The Power of Talk in a Digital Age*. Penguin Press.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C., & Vallières, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52(4), 1003–1017. <https://doi.org/10.1177/0013164492052004026>

Vallerand, R. J., Pelletier, L. G., Blais, M. R., Brière, N. M., Senécal, C., & Vallières, E. F. (1992). The Academic Motivation Scale: A measure of intrinsic, extrinsic, and amotivation in education. *Educational and Psychological Measurement*, 52(4), 1003–1017. <https://doi.org/10.1177/0013164492052004025>