Partner Phubbing dan Depresi Dikalangan Dewasa Awal yang Menikah

Kadek Indah Purnama Sari[1], Martaria Rizky Rinaldi[2]
Email: kadekindahpsari@gmail.com[1]
Universitas Mercu Buana Yogyakarta[1,2]

Abstrak

Pernikahan pada masa dewasa awal tetap memiliki tantangan dalam menghadapi berbagai permasalahan atau konflik, untuk menjaga hubungan pernikahan tetap harmonis. Konflik atau masalah yang terjadi selama pernikahan juga dapat meningkatkan kerentanan terhadap depresi, baik pada suami maupun pada istri. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengeksplorasi faktor-faktor yang dapat membantu mengurangi risiko depresi dikalangan dewasa awal. Tujuan dari penelitian ini adalah Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *partner phubbing* dan depresi pada dewasa awal yang menikah. menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dan menggunakan 200 responden yang dikumpulkan melalui formular online. Instrumen yang digunakan adalah skala *partner phubbing* yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia untuk mengukur *partner phubbing* dan skala Patient Health Questionnaire (PHQ)-9 untuk mengukur tingkat depresi. Hasil menunjukan adanya hubungan positif yang signifikan antara *partner phubbing* dan depresi ($r = 0.286$, $p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *partner phubbing* berkaitan dengan tingginya tingkat depresi dan sebaliknya. Implikasi praktis dalam penelitian ini yaitu dapat memberikan pemahaman pada dewasa awal diharapkan dapat menurunkan perilaku phubbing pada pasangan sehingga mampu mengurangi resiko depresi pada pasangan yang menerima phubbing tersebut.

Kata Kunci: *Partner Phubbing*, Depresi, Dewasa Awal

Abstract

Marriage in early adulthood still has challenges in dealing with various problems or conflicts, to maintain a harmonious marriage relationship. Conflicts or problems that occur during marriage can also increase vulnerability to depression, both in husbands and wives. Therefore, this study is important to explore factors that can help reduce the risk of depression among early adults. The purpose of this study is This study is to determine the relationship between partner phubbing and depression in married early adults. using a quantitative correlational approach and using 200 respondents collected through an online formular. The instruments used are partner phubbing scale which has been adapted into Indonesian to measure partner phubbing and the Patient Health Questionnaire (PHQ)-9 scale to measure the level of depression. The results showed a significant positive relationship between partner phubbing and depression ($r = 0.286$, $p < 0.05$). This finding indicates that the higher the level of partner phubbing is related to the higher level of depression and vice versa. The practical implications of this study are that it can provide understanding to young adults, which is expected to reduce phubbing behavior in couples, thereby reducing the risk of depression in couples who receive phubbing.

Keywords: *Partner phubbing*, *Depression, Early Adulthood*

PENDAHULUAN

Dewasa awal merupakan masa perkembangan individu yang berlangsung antara usia 18-40 tahun. Tugas perkembangan pada tahap ini adalah memilih seorang teman hidup, belajar hidup dengan suami atau istri, membentuk sebuah keluarga, membesarkan anak-anak, dan mengelola sebuah rumah tangga. Tugas-tugas perkembangan tersebut banyak difokuskan pada bagaimana individu membangun rumah tangga, sehingga yang menjadi salah satu fokus tugas perkembangan pada masa dewasa awal adalah pernikahan (Hurlock, 2011).

Pernikahan merupakan salah satu tahapan yang harus ditempuh untuk membina sebuah keluarga yang harmonis. (Itryah & Ananda, 2023). Meskipun telah dianggap memiliki usia yang ideal untuk menikah, pernikahan pada masa dewasa awal tetap memiliki tantangan dalam hal kematangan sosio-emosional seperti pasangan harus menghadapi berbagai permasalahan atau konflik, untuk menjaga hubungan pernikahan tetap harmonis. Konflik atau masalah yang terjadi selama pernikahan juga dapat meningkatkan kerentanan terhadap depresi, baik pada suami maupun pada istri. (Aini & Afdal, 2020)

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa diperkirakan kasus depresi di seluruh dunia mencapai 193 juta orang (Santomauro et al., 2021). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), menunjukkan angka 6,1 % dari kurang lebih 250 juta penduduk Indonesia atau sekitar 15 juta orang di Indonesia mengalami depresi. Selain itu, Indonesian Family Life Survey (IFLS) pada tahun 2014 menunjukkan bahwa de presi dapat mencapai 21,8% pada orang dewasa (Reuter et al., 2020).

DSM (2013: 163), Gejala depresi merupakan perubahan suasana hati dalam episode depresi berat sering digambarkan oleh orang-orang seperti perasaan sedih, putus asa, disertai perasaan tidak berharga atau bersalah yang terkait dengan episode depresi mayor dapat mencakup evaluasi negatif yang tidak realistis tentang nilai seseorang atau keasyikan dengan atau merenungkan kegagalan. Suasana hati yang tertekan hampir sepanjang hari, hampir setiap hari, seperti: merasa kosong dan putus asa. Menurut Anosike et al., (2020) Depresi adalah gangguan suasana hati dengan timbulnya perasaan sedih yang dalam serta perasaan tidak peduli.

Lohoff (2010) menyebutkan bahwa depresi dipengaruhi oleh berbagai faktor yang kompleks, termasuk faktor genetik, lingkungan, psikologis, sosial, dan fisik. Faktor sosial seperti dukungan sosial yang kurang atau isolasi sosial juga berperan penting dalam risiko depresi seseorang (Wang et al. 2017); Yu et al., 2023). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Karada dkk (2016) menunjukkan bahwa mengabaikan lawan bicara dengan menggunakan ponsel pintar di hadapan mereka atau bisa disebut dengan *partner phubbing* dapat meningkatkan rasa pengucilan dari lingkungan sosial. Pengucilan sosial pada akhirnya dapat meningkatkan gejala depresi (Leary, 1990). Selain itu, Wang et al. (2017) menyimpulkan bahwa *partner phubbing* merupakan faktor risiko terjadinya depresi pada pasangan.

Roberts dan David, (2016) mendefinisikan *partner phubbing* sebagai tingkat penggunaan ponsel oleh seseorang saat bersama pasangannya. Menurut Arshad dan Imran (2023), *partner phubbing* adalah tindakan mengabaikan pasangan romantis saat percakapan dengan memperhatikan ponsel. Terdapat beberapa aspek *partner phubbing* menurut Roberts dan David, (2016) antara lain: 1) Sikap individu terhadap *ponsel (individual attitudes towards cell phones*). 2) Keterlibatan dengan ponsel *(involvement with cell phones*). 3) Kecanduan ponsel (*cell phone addiction*).

Penelitian yang meneliti terkait hubungan antara *partner phubbing* dan depresi masih sangat terbatas. Terdapat penelitian dilakukan oleh Roberts dan David, (2016) menyebutkan bahwa *partner phubbing* ditemukan secara tidak langsung berdampak pada depresi melalui kepuasan hubungan dan akhirnya kepuasan hidup. Disisi lain, terdapat penelitian yang dilakukan oleh (Wang et al., 2017) mengatakan bahwa *partner phubbing* memiliki hubungan positif tidak langsung terhadap depresi melalui kepuasan hubungan. Namun, efek tidak langsung ini hanya terjadi pada individu yang telah menikah lebih dari tujuh tahun saja.

Dari beberapa penelitian diatas masih sangat jarang yang meneliti terkait hubungan antara *partner phubbing* dan depresi di Indonesia khususnya pada subjek dewasa awal yang menikah. Selain itu, dari penelitian terdahulu belum ada yang meneliti secara langsung hubungan antara *partner phubbing* dan depresi itu sendiri. Oleh karena itu, penelitian ini menghasilkan pemahaman baru dengan fokus pada hubungan antara *partner phubbing* dan depresi di kalangan dewasa awal yang menikah di Indonesia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *partner phubbing* dan depresi pada dewasa awal yang menikah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan wawasan yang berharga bagi upaya pencegahan depresi di kalangan dewasa awal yang menikah. Jika penelitian ini menemukan bahwa tingkat *partner phubbing* yang tinggi berkaitan dengan gejala depresi yang tinggi pada dewasa awal yang menikah, hal ini dapat memberikan dasar untuk mengembangkan penelitian bagi peneliti selanjutnya. Sebaliknya, jika tidak ada hubungan yang signifikan antara *partner phubbing* dan depresi, penelitian ini tetap penting karena dapat mengarah pada identifikasi faktor-faktor lain yang lebih dominan dalam mempengaruhi depresi pada dewasa awal yang menikah.

METODE PENELITIAN

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif korelasional untuk menguji hubungan antar variabel. Variabel yang difokuskan yaitu partner phubbing dan depresi. Dalam penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan memberikan daftar pernyataan kepada para responden melalui google formulir. Jenis skala pengukuran yang digunakan yakni skala likert. Skala likert merupakan metode pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok terhadap fenomena sosial (Sugiyono, 2020).

Alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi dua skala, yaitu skala untuk mengukur tingkat partner phubbing dan depresi. *Partner phubbung* diukur menggunakan skala milik Roberts dan David, (2016) yang telah diadaptasi ke Bahasa Indonesia dan diuji reliabilitasnya. Skala ini terdiri dari Sembilan pertanyaan yang dijawab menggunakan lima opsi : tidak pernah, jarang, kadang-kadang, sering, selalu. Skala *partner phubbing* juga telah diuji reliabilitasnya oleh peneliti dan menghasilkan nilai *Cronbach Alpha* (α) sebesar 0,810.

Sementara itu, Tingkat depresi diukur menggunakan skala *Patient Health Questionnaire (PHQ)-9* yang telah dikembangkan sesuai dengan kriteria DSM-IV kemudian diterjemahkan dan diuji validitas serta reliabilitas oleh (Dian et al., 2022) dan menghasilkan nilai Cronbach Alpha (α) sebesar 0,873. Skala *PHQ-9* terdiri dari sembilan pertanyaan yang dijawab menggunakan lima opsi: tidak terjadi sama sekali, beberapa hari, lebih dari setengah hari, hampir setiap hari.

Kriteria subjek penelitian yaitu merupakan perempuan maupun laki-laki berusia 18-40 tahun yang sudah menikah. Penelitian oleh *Pew Research Center* (2019) menunjukkan bahwa kelompok usia dewasa awal adalah pengguna media sosial terbesar karena mereka terbiasa dengan teknologi sejak dini. Maka dari itu, data dikumpulkan melalui formulir online yang disebarkan melalui sosial media seperti Instagram, Twitter, TikTok, dan WhatsApp. Untuk memastikan bahwa partisipan yang mengisi formulir sesuai dengan kriteria , setiap peserta diminta untuk mengisi informasi demografis. Informasi ini kemudian digunakan untuk memverifikasi apakah peserta memenuhi kriteria subjek penelitian yang telah ditetapkan sebelumnya. Jika terdapat ketidaksesuaian antara informasi yang disampaikan oleh peserta dan kriteria subjek, data dari peserta tersebut akan dikecualikan dari analisis.

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling yang digunakan yaitu convenience sampling.

Convenience sampling adalah teknik pengambilan sampel non-probabilitas dimana peneliti memilih elemen sampel berdasarkan ketersediaan dan kedekatan yang mudah diakses (Elfil & Negida, 2017).

Pengolahan data menggunakan analisis deskriptif dan uji korelasi dengan spearman rho. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik dasar dari data yang dikumpulkan. Tujuan utama dari analisis deskriptif adalah untuk memberikan gambaran yang jelas mengenai distribusi data. Selanjutnya, uji korelasi dengan spearman rho, digunakan untuk mengukur kekuatan dan arah hubungan linear antara dua variabel. Analisis data dibantu dengan program analisis *statistic Jamovi.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan pengumpulan data didapatkan 215 responden. Kemudian dipilih yang sesuai dengan kriteria sehingga mendapatkan 160 partisipan. Sebagian besar partisipan berjenis kelamin perempuan (66.0%). Kemudian sebagian besar partisipan berasal dari Pulau Jawa (48.8%). Selain itu, usia pernikahan partisipan sebagian besar berada pada rentang 1-5 tahun (63.8%).

Data demografi partisipan disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Data Demografis

N = 160		Frekuensi	Persentase
Jensi Kelamin	Laki-Laki	55	34,4
	Perempuan	105	65,6
Usia	18-40	160	100
Pulau	Bali	74	46,3
	Jawa	78	48,8
	Kalimantan	1	0,6
	Sulawesi	1	0,6
	Sumatera	5	3,1
	Lombok	1	0,6
Usia Pernikahan	1-5	102	63,8
	6-10	31	19,4
	11-15	18	11,3
	15-20	8	5,0
	20-25	1	0,6

Hasil analisis deskriptif dari dua variabel yang diamati dalam penelitian ini, yaitu *partner phubbing* dan depresi ditunjukan pada tabel 2. Untuk partner phubbing , nilai rata-rata adalah 26.7, dengan rentang nilai 9 hingga 44, dan nilai standar deviasi sebesar 7.42. Sementara itu, untuk variabel depresi, nilai rata-rata adalah 7.45 dengan rentang nilai antara 0 hingga 23, dan nilai standar deviasi sebesar 5.85.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Standar Deviasi	Rata-rata
Partner phubbing	9	44	7,42	26,7
Depresi	0	23	5.85	7.35

Berdasarkan data penelitian skala partner phubbing dan depresi, diperoleh uji normalitas dan linearitas. Hasil uji normalitas variabel partner phubbing diperoleh nilai p = 0,056 (p>0,05) yang berarti sebaran data normal. Sedangkan variabel depresi diperoleh nilai p = <.0,001 (p<0,05) yang berarti sebaran data depresi tidak terdistribusi normal. Selanjutnya uji

linearitas menggunakan jamovi menunjukan grafik dan diketahui bahwa antara *partner phubbing* dan depresi terdapat hubungan yang linear. Setelah melakukan uji asumsi normalitas dan linearitas, ditemukan bahwa sebaran data variable depresi tidak terdistribusi normal sehingga peneliti melanjutkan uji hipotesis spearman rho untuk mengetahui hubungan antar variabel.

Hasil uji hipotesis pada tabel 5 memperoleh nilai signifikansi sebesar <0.001 (p< 0,05). Selain itu diperoleh nilai r = 0.269 menunjukkan bahwa hubungan antara dua variabel positif. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *partner phubbing* dan depresi. Hal ini menunjukkan semakin tinggi partner phubbing, maka semakin tinggi pula tingkat depresinya. Sebaliknya, semakin rendah partner phubbing, maka semakin rendah pula tingkat depresinya.

Tabel 3, Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Spearman's rho	df	p
Partner phubbing dan Depresi	0.269	158	<0,001

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara tingkat *partner phubbing* dan depresi pada dewasa awal yang menikah. Penelitian oleh Roberts dan David, (2016) menyebutkan bahwa partner phubbing dapat menyebabkan perasaan diabaikan oleh pasangan. Hal ini memicu konflik interpersonal, penurunan kepuasan hubungan, dan meningkatnya stres emosional, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan risiko depresi. Hal itu didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Chotpitayasunondh dan Douglas, (2018) mengemukakan bahwa perilaku *phubbing* dapat mengarah pada munculnya konflik interpersonal karena individu lebih memilih berinteraksi dengan ponselnya daripada dengan individu lainnya. Selain itu phubbing, sebagai bentuk perilaku pengabaian berbasis teknologi, dapat merusak kualitas komunikasi pasangan, sehingga memperburuk harmoni hubungan dan menciptakan jarak emosional. Hal itu sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al-Saggaf dan O'Donnell (2019) mengatakan bahwa *phubbing* mampu melemahkan ikatan antara pasangan, menimbulkan perasaan cemburu, meningkatkan depresi dan menurukan kepuasa hubungan.

Selain itu Krasnova et al. (2016) menyebutkan bahwa penggunaan ponsel secara berlebihan dapat mengganggu hubungan interpersonal, terutama dalam situasi di mana perhatian dan interaksi langsung sangat penting dalam hubungan pernikahan. Jika hubungan interpersonal

terganggu dapat menyebabkan konflik dalam pernikahan. Konflik atau masalah yang terjadi selama pernikahan juga dapat meningkatkan kerentanan terhadap depresi, baik pada suami maupun pada istri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Karada dkk (2016) menunjukkan bahwa mengabaikan lawan bicara dengan menggunakan ponsel pintar di hadapan mereka atau bisa disebut dengan partner phubbing dapat meningkatkan rasa pengucilan dari lingkungan sosial serta diabaikan. Hal ini didukung oleh penelitian Togar et al (2023) menjelaskan bahwa saat pasangan terlalu fokus dengan ponselnya, dapat menyebabkan pasangan lainnya merasa cemburu, frustasi dan diabaikan. Pengucilan sosial dan pengabaian dapat menyebabkan depresi. Menurut Wang et al. (2017) Partner phubbing tidak hanya mengurangi waktu berkualitas bersama pasangan tetapi juga dapat meningkatkan perasaan kesepian dan isolasi emosional, yang merupakan faktor penting dalam perkembangan depresi. Temuan pada penelitian ini memperluas pemahaman tentang dampak partner phubbing, terutama pada dewasa awal yang menikah. Menurut Hurlock (2011) Dewasa awal merupakan kelompok usia yang sedang menghadapi tantangan perkembangan seperti penyesuaian peran pernikahan dan tanggung jawab baru. Hal tersebut menyebabkan pasangan dewasa awal rentan terhadap depresi yang disebabkan oleh gangguan komunikasi pasangan seperti *partner phubbing.*

Hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa *partner phubbing* dan depresi adalah fenomena penting yang perlu diperhatikan. Penelitian-penelitian sebelumnya telah membuktikan bahwa *partner phubbing* berdampak pada kesepian, kecemburuan, dan penurunan kepuasan hubungan (Roberts & David, 2016); Wang et al., 2017). Penelitian ini menghasilkan pemahaman baru dengan fokus pada hubungan antara partner phubbing dan depresi di kalangan dewasa awal yang menikah di Indonesia.

Selain itu, penelitian ini membahas terkait *partner phubbing* dan depresi pada dewasa awal yang sudah menikah, sehingga penelitian ini dapat memberikan kontribusi secara teoritis di bidang psikologi, khususnya psikologi klinis. Sedangkan secara praktis, penelitian ini dapat memberikan pemahaman pada dewasa awal diharapkan dapat menurunkan perilaku *phubbing* pada pasangan sehingga mampu mengurangi resiko depresi pada pasangan yang menerima phubbing tersebut.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu terkait subjek penelitian. Subjek pada penelitian ini sebagian besar berasal dari pulau Jawa serta Bali dan tidak tersebar

merata sehingga tidak dapat digeneralisasikan pada dewasa awal di seluruh wilayah Indonesia. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya dapat melibatkan subjek dari berbagai wilayah di Indonesia, hal ini akan memberikan gambaran yang lebih representatif mengenai fenomena *partner phubbing* dan hubungannya dengan depresi pada populasi dewasa awal di Indonesia.

PENUTUP

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *partner phubbing* dan depresi pada dewasa awal yang menikah. Penelitian ini menghasilkan pemahaman baru dengan fokus pada hubungan antara partner phubbing dan depresi di kalangan dewasa awal yang menikah di Indonesia.

Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan subjek dari berbagai wilayah di Indonesia hal ini akan memberikan gambaran yang lebih

representatif. Selain itu bagi dewasa awal diharapkan dapat menurunkan perilaku phubbing pada pasangan sehingga mampu mengurangi resiko depresi pada pasangan yang menerima phubbing tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, H., & Afdal, A. (2020). Analisis Kesiapan Psikologis Pasangan dalam Menghadapi Pernikahan. *Jurnal Aplikasi IPTEK Indonesia*, *4*(2), 136–146. https://doi.org/10.24036/4.24372

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-V). Washington : American Psychiatric Publishing.

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

Anosike, C., Isah, A., & Igboeli, N. U. (2020). Development and validation of a questionnaire for evaluating knowledge of risk factors for teen depression among health care trainees of a Nigerian university. *Asia-Pacific Psychiatry*, *12*(3). https://doi.org/10.1111/appy.12391

Arshad, A., & Imran, H. (2022). *Partner phubbing*, romantic jealousy and marital satisfaction among married individuals. Applied Psychology Review, 1(2).

Azwar. (2017). metode penelitian psikologi. yogyakarta: pustaka pelajar.

Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of "phubbing" on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, *48*(6), 304–316. https://doi.org/10.1111/jasp.12506

Hurlock, E.B. (2011). Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. Jakarta: Erlangga.

Ivanova, A., Gorbaniuk, O., Błachnio, A., Przepiórka, A., Mraka, N., Polishchuk, V., & Gorbaniuk, J. (2020). Mobile phone addiction, phubbing, and depression among men and women: A moderated mediation analysis. Psychiatric Quarterly, 91, 655-668.

Itryah, I., & Ananda, V. (2023). Persiapan Pernikahan dengan Pendekatan Psikologis di Kelurahan 8 Ulu Kabupaten Banyuasin, Sumatera Selatan. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, *3*(2), 759–766. https://doi.org/10.54082/jamsi.744

KaradaGE, TosuntaituB, Erzen E, Duru P,

Bostan N, MSayarakSahin B, BabadaGB. Kecanduan dunia virtual saat ini: Phubbing. Addicta: Turkish J Addict. 2016;3(2):250–269.https://doi.org/10.15805 /addicta.2016.3.0013

Krasnova, H., Abramova, O., Notter, I., & Baumann, A. (2016). Why phubbing is toxic for your relationship: Understanding the role of smartphone jealousy among "Generation Y" users.

Leary MR. Respon terhadap pengucilan sosial: kecemasan sosial, kecemburuan, kesepian, depresi, dan harga diri rendah. J Soc Clin Psychol. 1990;9(2):221–9.https://doi.org/10.1521/jscp.1990.9.2.221

Lenaini, I. (2021). Teknik Pengambilan Sampel Purposive Dan Snowball Sampling. Jurnal Kajian, Penelitian & Pengembangan Pendidikan Sejarah, 6(1), 33–39. Retrieved from p-ISSN 2549-7332 %7C e-ISSN 2614-1167%0D

Lohoff, F. W. (2010). Overview of the genetics of major depressive disorder. Psychiatry Reports,

Pew Research Center. (2019). Social media use in 2019

Reuter, C., Vieira, J. D., Spilker, J. S., Weiss, A., Aravena, M., Archipley, M., Béthermin, M., Chapman, S. C., Breuck, C. De, Dong, C., Everett, W. B., Fu, J., Greve, T. R., Hayward, C. C., Hill, R., Hezaveh, Y., Jarugula, S., Litke, K., Malkan, M., … Strandet, M. L. (2020). The Complete Redshift Distribution of Dusty Star-forming Galaxies from the SPT-SZ Survey. *The Astrophysical Journal*, *902*(1), 78. https://doi.org/10.3847/1538-4357/abb599

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

Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., & Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, *110*, 12–17. https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014