RANCANGAN MASALAH PENELITIAN/ OUTLINE

Nama: Intan Romala Sari

NPM: 2313031051

Kelas: B

1. Judul

“Pengaruh Doomscrolling Terhadap Minat belajar dan gaya hidup mahasiswa pendidikan ekonomi”

2. Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan manusia, terutama pada generasi muda yang hidup di era serba terkoneksi. Media sosial dan portal berita daring menjadi sumber informasi yang paling sering diakses, namun sekaligus menimbulkan fenomena baru yang disebut *doomscrolling*. Istilah ini merujuk pada kebiasaan menggulir secara berlebihan terhadap berita atau informasi negatif yang berdampak pada psikologis, pola pikir, bahkan gaya hidup penggunanya. Survei di Amerika Serikat menunjukkan bahwa sekitar 31% orang dewasa mengaku sering melakukan *doomscrolling*, dengan persentase lebih tinggi pada generasi muda yaitu 53% Gen Z dan 46% milenial. Temuan ini menunjukkan betapa rentannya kelompok usia produktif terhadap kebiasaan digital yang berpotensi merugikan kesehatan mental maupun aktivitas akademik mereka.

Fenomena ini juga dirasakan di Indonesia, meskipun penelitian spesifik mengenai *doomscrolling* masih sangat terbatas. Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2023 mencatat bahwa 89,03% penduduk Indonesia adalah pengguna internet, dengan mahasiswa menjadi salah satu kelompok pengguna paling aktif. Akses tanpa batas ini seringkali mendorong mahasiswa menghabiskan waktu berjam-jam di media sosial, bahkan hingga larut malam, yang berdampak pada terganggunya pola tidur, menurunnya fokus, serta munculnya rasa cemas akibat paparan informasi negatif. Jika tidak dikelola, perilaku ini dapat mengganggu minat belajar mahasiswa dan membentuk gaya hidup yang kurang sehat.

Dalam konteks mahasiswa Pendidikan Ekonomi, fenomena ini memiliki implikasi yang cukup serius. Mahasiswa dituntut untuk memiliki motivasi belajar tinggi, manajemen waktu yang baik, serta gaya hidup yang seimbang agar mampu menyelesaikan tuntutan akademik yang cukup kompleks. *Doomscrolling* berpotensi menurunkan motivasi,

memperparah perilaku menunda (*procrastination*), hingga mengganggu kualitas hidup sehari-hari. Kondisi ini menjadi alasan penting mengapa penelitian lebih lanjut perlu dilakukan, terutama untuk mengetahui secara kuantitatif sejauh mana *doomscrolling* memengaruhi minat belajar dan gaya hidup mahasiswa Pendidikan Ekonomi di Indonesia.

3. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah Doomscrolling berpengaruh signifikan terhadap minat belajar mahasiswa pendidikan ekonomi?
2. Apakah Doomscrolling berpengaruh signifikan terhadap gaya hidup mahasiswa Pendidikan ekonomi?
3. Apakah ada hubungan antara doomscrolling secara simultan dengan minat belajar dan gaya hidup mahasiswa Pendidikan ekonomi

4. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini dijelaskan sebagai berikut:

1. Untuk menganalisis pengaruh doomscrolling terhadap minat belajar mahasiswa pendidikan ekonomi
2. Untuk Mengetahui Pengaruh doomscrolling terhadap gaya hidup mahasiswa pendidikan ekonomi
3. Untuk Menganalisis apakah ada hubungan antara doomscrolling secara simultan dengan minat belajar dan gaya hidup mahasiswa pendidikan ekonomi

5. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
 - a. Menambah kajian ilmiah terkait perilaku digital, khususnya *doomscrolling*, dalam konteks pendidikan tinggi.
 - b. Memberikan bukti empiris mengenai hubungan *doomscrolling* dengan variabel akademik (minat belajar) dan non-akademik (gaya hidup).
2. Manfaat Praktis
 - a. Memberikan gambaran bagi mahasiswa mengenai dampak *doomscrolling* sehingga mereka lebih bijak dalam menggunakan media digital.

- b. Menjadi masukan bagi dosen dan pihak kampus dalam merancang program literasi digital, manajemen waktu, serta pengelolaan kesehatan mental mahasiswa.

6. Penelitian Terdahulu

Agustin, M., & Ramirez, L. (2024). *Lost in the feed: Exploring the lived experiences of students on doomscrolling*. ResearchGate. https://www.researchgate.net/publication/380838675_Lost_in_the_Feed_Exploring_the_Lived_Experiences_of_Students_on_Doomscrolling

Harvard Health Publishing. (2023). *Doomscrolling dangers*. Harvard Medical School. <https://www.health.harvard.edu/mind-and-mood/doomscrolling-dangers>

Johnson, J., Sharma, A., & Lee, S. (2022). *UF researchers develop scale to measure doomscrolling*. University of Florida News. <https://news.ufl.edu/2022/01/doomscrolling>

Research Team. (2023). *The age of doom scrolling – Social media's attractive addiction*. *Frontiers in Education*. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10079169>

Hansya, M. R. (2024). *Pengaruh Doomscrolling Terhadap Mental Well-being Dimediasi Oleh Psychological Distress Pada Pengguna Media Sosial X Generasi Z* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).