

## ABSTRAK

Skripsi dengan judul “Hubungan *Doomscrolling* dengan *Future Time Perspective* pada Mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung” ini ditulis oleh Yulia Setasari, NIM 1860308222139, dengan pembimbing Faruq, S.Psi., M.Psi.

**Kata Kunci:** *Doomscrolling*, *Future Time Perspective*, Mahasiswa.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh dominannya penggunaan media sosial di kalangan generasi muda yang memudahkan akses informasi secara cepat, namun juga meningkatkan paparan terhadap konten negatif. Paparan tersebut dapat memengaruhi kondisi psikologis individu, termasuk cara mereka memandang masa depan yang dikenal sebagai *future time perspective* (FTP). Bagi mahasiswa yang berada pada fase perencanaan masa depan, kemampuan ini menjadi sangat penting. Kemudahan akses ini memunculkan fenomena *doomscrolling*, yaitu kebiasaan mengonsumsi berita negatif secara berlebihan yang dapat memicu kecemasan dan menurunkan harapan terhadap masa depan. Mahasiswa dipilih sebagai subjek karena merupakan pengguna aktif media sosial sekaligus berada pada masa mencari jati diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menelaah hubungan antara *doomscrolling* dengan *future time perspective* pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang diarahkan pada tiga aspek (1) mengetahui tingkat *doomscrolling* pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. (2) mengetahui tingkat *future time perspective* pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. (3) mengetahui hubungan *doomscrolling* dengan *future time perspective* pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang dipilih menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *doomscrolling* dan skala *future time perspective* dalam bentuk *Likert*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) tingkat *doomscrolling* mahasiswa berada pada kategori sedang sebesar 64,81%, (2) tingkat *future time perspective* berada pada kategori tinggi sebesar 68,52%, dan (3) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *doomscrolling* dengan *future time perspective* dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,385 dan signifikansi 0,000 ( $p <$

0,05). Hal ini berarti semakin tinggi tingkat *doomscrolling* pada mahasiswa, maka semakin rendah *future time perspective* yang dimiliki. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima.

## ***ABSTRACT***

The thesis entitled “The Relationship between Doomscrolling and Future Time Perspective among Students of UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung” was written by Yulia Setasari, NIM 1860308222139, supervised by Faruq, S.Psi., M.Psi.

**Keywords:** Doomscrolling, Future Time Perspective, Students.

This study is motivated by the dominance of social media use among young people, which facilitates rapid access to information but also increases exposure to negative content. Such exposure can affect individuals’ psychological conditions, including how they perceive the future, known as future time perspective (FTP). For students who are in the phase of planning their future, this ability is particularly important. The ease of access has given rise to the phenomenon of doomscrolling, defined as the habit of excessively consuming negative news, which can trigger anxiety and reduce hope for the future. Students were selected as subjects because they are active social media users and are at a crucial developmental stage.

The purpose of this study is to examine the relationship between doomscrolling and future time perspective among students of UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, focusing on three aspects: (1) identifying the level of doomscrolling among students, (2) identifying the level of future time perspective among students, and (3) analyzing the relationship between doomscrolling and future time perspective among students.

This study employed a quantitative method with a correlational approach. The subjects were students of UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung selected using a non-probability sampling technique, specifically purposive sampling. Data were collected using a doomscrolling scale and a future time perspective scale in the form of a Likert scale.

The results showed that: (1) the level of doomscrolling among students was in the moderate category (64.81%), (2) the level of future time perspective was in the high category (68.52%), and (3) there was a significant negative relationship between doomscrolling and future time perspective, with a correlation coefficient of -0.385 and a significance value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). This indicates that the higher the level of doomscrolling among students, the lower their future time perspective. Thus, the hypothesis of this study is accepted.

## المخلص

والتوجّه الزمني نحو المستقبل لدى طلبة جامعة (Doomscrolling) أُعدّت هذه الرسالة بعنوان: "العلاقة بين الدومسكروولينغ السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونغاونغ"، وكتبتها يوليا سيتاساري، رقم القيد 1860308222139، تحت إشراف فاروق، الماجستير في علم النفس.

الكلمات المفتاحية: الدومسكروولينغ، التوجّه الزمني نحو المستقبل، الطلبة.

تنطلق هذه الدراسة من هيمنة استخدام وسائل التواصل الاجتماعي لدى فئة الشباب، مما يسهّل الوصول السريع إلى المعلومات، لكنه في الوقت نفسه يزيد من التعرّض للمحتويات السلبية. ويمكن لهذا التعرّض أن يؤثر في الحالة النفسية للفرد، بما في ذلك وتُعد هذه القدرة مهمة (Future Time Perspective) نظرتّه إلى المستقبل، والمعروفة بمفهوم التوجّه الزمني نحو المستقبل بالنسبة للطلبة الذين يمرّون بمرحلة التخطيط لمستقبلهم. كما أدّت سهولة الوصول إلى المعلومات إلى ظهور ظاهرة الدومسكروولينغ، وهي عادة التصفّح المفرط للأخبار السلبية، مما قد يثير القلق ويقلّل من الأمل بالمستقبل. وقد اختير الطلبة عيّنةً للدراسة لأنهم من أكثر مستخدمي وسائل التواصل الاجتماعي نشاطاً، ولأنهم يمرّون بمرحلة نموّ مهمة.

وتهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الدومسكروولينغ والتوجّه الزمني نحو المستقبل لدى طلبة جامعة السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونغاونغ، وذلك من خلال: (1) التعرّف على مستوى الدومسكروولينغ لدى الطلبة، (2) التعرّف على مستوى التوجّه الزمني نحو المستقبل لديهم، و(3) تحليل العلاقة بين الدومسكروولينغ والتوجّه الزمني نحو المستقبل لدى الطلبة.

استخدمت هذه الدراسة المنهج الكمي بأسلوب الدراسة الارتباطية. وتم اختيار أفراد العينة من طلبة جامعة السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونغاونغ باستخدام أسلوب العينة غير الاحتمالية، وتحديدًا العينة القصدية (Purposive Sampling). وجمعت البيانات باستخدام مقياس الدومسكروولينغ ومقياس التوجّه الزمني نحو المستقبل على شكل مقياس ليكرت.

وأظهرت نتائج الدراسة أن: (1) مستوى الدومسكروولينغ لدى الطلبة يقع في الفئة المتوسطة بنسبة (64.81%)، (2) مستوى التوجّه الزمني نحو المستقبل يقع في الفئة المرتفعة بنسبة (68.52%)، و(3) توجد علاقة سلبية دالة إحصائيًا بين الدومسكروولينغ والتوجّه الزمني نحو المستقبل، حيث بلغ معامل الارتباط (-0.385) ومستوى الدلالة ( $0.05 > 0.000$ ). وهذا يدلّ على أنه كلما ارتفع مستوى الدومسكروولينغ لدى الطلبة انخفض مستوى التوجّه الزمني نحو المستقبل لديهم. وبذلك، فإن فرضية هذه الدراسة مقبولة.