

Hubungan antara *Father involvement* dengan *Brain rot* pada Remaja Akhir

Metanika Sulle Silambi^{1*}, Katrim Alifa Putrikita² & Malida Fatimah³

^{1,2,3}Universitas Mercu Buana Yogyakarta

Correspondence E-mail: metanikasulle@gmail.com

Abstract

The phenomenon of brain rot, characterized by a decline in cognitive function due to excessive consumption of shallow digital content such as short videos, is increasingly found among late adolescents. This period represents a critical stage of development marked by growing independence and intensive media exploration. Paternal involvement in parenting is presumed to have a protective role in adolescents' digital behavior, but its relevance to brain rot remains underexplored. This study aims to examine the relationship between father involvement and the level of brain rot in late adolescents. A correlational quantitative method was employed. The participants consisted of 151 late adolescents (aged 18–21) selected through purposive sampling. The instruments used were two scales: a father involvement scale and a brain rot scale developed based on eight cognitive functional aspects. Data analysis was conducted using Karl Pearson correlation due to the non-normal distribution of the data. The results showed no significant relationship between father involvement and brain rot ($r = -0,010$; $p = 0,908$). These findings indicate that father involvement does not have a direct contribution to the level of brain rot in late adolescents.

Keywords: Brain rot; Father involvement; Late Adolescents

Abstrak

Fenomena *brain rot*, yang ditandai dengan penurunan fungsi kognitif akibat konsumsi berlebihan konten digital dangkal seperti video pendek, semakin sering ditemukan pada remaja akhir. Periode ini merupakan tahap perkembangan penting yang ditandai dengan peningkatan kemandirian dan eksplorasi media digital. Keterlibatan ayah dalam pengasuhan diduga memiliki peran protektif terhadap perilaku digital remaja, namun relevansinya terhadap *brain rot* masih belum banyak diteliti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keterlibatan ayah dan tingkat *brain rot* pada remaja akhir. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Partisipan berjumlah 151 remaja akhir (usia 18–21 tahun) yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan berupa dua skala, yaitu skala *father involvement* yang diadaptasi dan skala *brain rot* yang disusun berdasarkan delapan aspek fungsional kognitif. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Karl Pearson karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara keterlibatan ayah dan *brain rot* ($r = -0,010$; $p = 0,908$). Temuan ini mengindikasikan bahwa *father involvement* tidak memiliki hubungan dengan *brain rot* pada remaja akhir.

Kata Kunci: Brain rot; Father involvement; Remaja Akhir

Article Info

Submitted: 16-07-2025

Review: 23-09-2025

Accepted: 27-09-2025

How to Cite:

Sulle Silambi, M., Putrikita, K. A., & Fatimah, M. (2025). Hubungan antara Father Involvement dengan Brain Rot pada Remaja Akhir. Literatify : Trends in Library Developments, 6(2). <https://doi.org/10.24252/literatify.v6i2.59719>

DOI:

[10.24252/literatify.v6i2.59719](https://doi.org/10.24252/literatify.v6i2.59719)

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License



Copyright 2025 © the Author (s)

A. Pendahuluan

Manusia merupakan makhluk hidup unik, mengalami proses perkembangan yang berlangsung dari pertumbuhan hingga kemunduran. Pada proses tersebut, Erikson dalam bukunya yang berjudul “*Childhood and Society*” menjelaskan ada satu tahap yang cukup kompleks untuk dilewati individu, yaitu tahap *adolescence* (remaja). Remaja diartikan sebagai masa perkembangan antara masa anak dan masa dewasa yang mengandung perubahan biologis, kognitif, psikososial, sosial emosional serta bahasa (Nabila, 2022). Menurut Sulhan et al., (2024), pertumbuhan pada masa remaja (*adolescent*) dibagi dalam tiga tahap yaitu *early* (awal), *middle* (pertengahan), dan *late adolescent* (remaja akhir) dengan karakteristik unik terkait perkembangan kognitif, emosi, moralitas, dan sosial, yang memengaruhi pembentukan identitas diri.

Arnett (2000) memperkenalkan konsep *emerging adulthood* untuk menggambarkan masa transisi antara remaja akhir dan dewasa awal, yang umumnya berlangsung pada usia 18–25 tahun. Masa ini ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakstabilan, serta perasaan berada di antara masa remaja dan kedewasaan. Konsep ini memperkuat pemahaman bahwa masa remaja akhir merupakan periode kritis yang sarat dengan perubahan dan pencarian arah hidup. Menurut Sholin et al., (2024) remaja akhir merupakan proses di mana seseorang sudah harus mempersiapkan diri untuk masa dewasa, yang butuh berbagai persiapan fisik maupun psikologis. Dijelaskan juga bahwa pada masa ini mencakup perkembangan emosi, sosial, agama, intelektual, fisik, bahkan moral, dan ini akan menyebabkan banyak masalah bagi remaja akhir. Masa remaja akhir merupakan masa penutupan terhadap proses perkembangan diri baik secara psikis maupun fisik yang dialami oleh para remaja (Suryana et al., 2022). Dalam bukunya, Desmita (2018) menetapkan batasan usia melalui 3 (tiga) tahap pada masa remaja, antara lain tahap awal atau *early* (usia 10-12 tahun), tahap tengah atau *middle* (usia 13-17 tahun), tahap akhir atau *late* (usia 18-21 tahun).

Di era modern ini, salah satu aktivitas yang umum dilakukan oleh remaja, khususnya remaja akhir, adalah mengonsumsi konten pendek di berbagai platform media sosial seperti TikTok, YouTube, Reels, X, dan sebagainya. Menurut Ariwibowo dan Bagaskara (2025), media sosial telah menjadi bagian integral dari kehidupan remaja modern. Wahyudi et al., (2024) juga menjelaskan bahwa media sosial dalam kehidupan bermasyarakat semakin marak, seperti konten video pendek menjadi konsumsi publik dalam porsi waktu yang tak sedikit setiap harinya. Selain itu, video berdurasi pendek seperti pedang bermata dua yang memiliki dampak positif maupun dampak negatif. Dalam risetnya, Aribowo & Bagaskara (2025) menyimpulkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja. Salah satu dampak negatif paparan konten pendek adalah *brain rot* atau kemunduran intelektual akibat konsumsi informasi berlebihan yang menjadi isu serius di era digital (Allo et al., 2025).

Istilah *brain rot* atau "pembusukan otak" baru-baru ini menjadi terkenal, khususnya pada tahun 2024, saat istilah ini dinobatkan sebagai *Oxford's Word of the Year* (Yazgan, 2025). *Oxford University Pers* (2024) mendefinisikan "*brain rot*" sebagai "dugaan kemerosotan yang terjadi pada kondisi mental atau intelektual seseorang, terutama sebagai akibat dari konsumsi berlebihan terhadap konten di media sosial yang dianggap remeh atau tidak menantang secara intelektual. Istilah ini juga merujuk pada sesuatu yang dicirikan sebagai kemungkinan besar menyebabkan kemerosotan tersebut". Mishra & Mishra (2024) mendefinisikan *brain rot* sebagai ketergantungan yang terus meningkat terhadap perangkat digital dan telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan modern. Menurut Özpençe (2024) istilah *brain rot* mengacu pada kemunduran fungsi mental atau intelektual sebagai akibat dari konsumsi berlebihan terhadap konten, terutama konten daring yang bersifat sepele dan kurang menantang.

Yousef et al., (2024) mendefinisikan *brain rot* sebagai kemunduran kondisi mental atau intelektual seseorang, khususnya akibat konsumsi berlebihan terhadap konten (terutama konten online) yang dangkal atau tidak menantang. Lakilaki et al., (2025) menggambarkan *brai rot* sebagai sebuah fenomena terkait penurunan keterlibatan kognitif yang dapat terjadi akibat konsumsi konten digital yang terlalu berlebihan dan overstimulasi. Choudhary (2025) juga mengungkapkan bahwa istilah "*brain rot*", meski berasal dari bahasa sehari-hari dan belum diakui secara klinis, menggambarkan penurunan fokus dan ketajaman mental akibat paparan media sosial yang berlebihan, terutama karena fitur seperti pengguliran tanpa batas, konten algoritmik, dan notifikasi terus-menerus yang dapat menyebabkan kelelahan kognitif dan penurunan rentang perhatian.

Berbagai macam kajian literatur telah dilakukan oleh para peneliti terkait *brain rot* yang rata-rata memiliki pengaruh negative. Hasil menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan berdampak negatif terhadap harga diri, mengganggu kualitas tidur, dan meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi (Aribowo & Bagaskara, 2025). Dalam kajiannya, Fauzi (2025) menunjukkan rata-rata penggunaan TikTok mencapai 2,8 jam/hari, menyebabkan penurunan signifikan dalam produktivitas belajar (35%) dan nilai akademik (12-15%), khususnya pada aktivitas yang membutuhkan fokus intensif seperti menghafal Al-Qur'an dan analisis teks keagamaan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Bukhori (2025) menunjukkan bahwa anak-anak yang terbiasa dengan konten cepat cenderung kesulitan menyerap pesan dakwah yang bersifat reflektif atau menuntut perhatian jangka panjang.

Untuk mengetahui gambaran *brain rot* pada remaja akhir, peneliti melakukan wawancara bersama 5 responden pada tanggal 05 Juni 2025 melalui WhatsApp. Pertanyaan wawancara disusun berdasarkan 8 aspek *brain rot* dengan mengacu pada teori Mishra & Mishra (2024), yaitu aspek *Memory Lapses* (Gangguan Memori), *Mental Fogginess* (Kebingungan Mental), *Difficulty Concentrating* (Kesulitan Berkonsentrasi), *Mood Changes* (Perubahan Suasana Hati), *Language Difficulties* (Kesulitan Berbahasa),

Decreased Attention Span (Menurunnya Rentang Perhatian), *Impaired Memory* (Memori yang Terganggu), serta *Mental Fatigue and Anxiety* (Kelelahan Mental dan Kecemasan). Dari 8 aspek, 4 diantaranya memiliki skor tinggi. Pada aspek gangguan memori, mayoritas subjek (4 dari 5 orang) menjelaskan bahwa sering lupa dimana terakhir kali meletakkan sesuatu maupun janji, sehingga harus diingatkan oleh *smartphone*. Selanjutnya aspek kesulitan berkonsentrasi, sebanyak 3 dari 5 subjek merasa sulit untuk mempertahankan fokusnya ketika sedang melakukan aktivitas yang membutuhkan fokus seperti membaca di media elektronik. Berikutnya adalah aspek perubahan suasana hati. Pada aspek ini, 4 dari 5 responden menjelaskan bahwa seringkali emosi yang muncul tidak stabil membuat cemas dan mudah marah terhadap hal sepele khususnya pada video pendek di media sosial. Terakhir, aspek kelelahan mental dan kecemasan menunjukkan bahwa 5 dari 5 subjek sering merasa lelah secara mental dan juga cemas ketika tidak menonton konten *short video* pada media sosial.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti bersama subjek, ditemukan bahwa pada kenyataannya remaja akhir yang sering terpapar video pendek setiap harinya, sebagian besar cenderung mengalami *brain rot*. Hal ini dijelaskan dalam kajian [Yousef et al., \(2024\)](#) bahwa *brain rot* berdampak pada desensitisasi emosional, kelebihan beban kognitif (*cognitive overload*), serta terbentuknya konsep diri yang negatif. Selain itu, fenomena ini juga ditandai dengan perilaku maladaptif seperti *doomscrolling* dan *zombie-scrolling*. Sehingga diharapkan remaja akhir mampu untuk mengembangkan *digital awareness* dan mengelola pola konsumsi media secara lebih sehat dan terkontrol ([Mishra & Mishra, 2024](#)).

[Zheng \(2021\)](#) juga menjelaskan walaupun secara keseluruhan mekanismenya belum diteliti dalam kajiannya, video pendek memang memiliki dampak negatif terhadap memori jangka pendek visual, emos seperti marah, kecewa, takut, cemas, benci merupakan emosi yang dapat memicu munculnya berbagai permasalahan remaja ([Azmi, 2015](#)). Tidak dapat disangkal, dampak dari adanya konten digital selain merusak otak, mematikan kepakaran, juga turut menciptakan kehidupan semu yang membuat banyak orang bergantung pada algoritma media sosial ([Habibah, 2024](#)).

Brain rot dapat mempengaruhi kualitas literasi informasi, manajemen pengetahuan, dan pengambilan keputusan ([Allo et al., 2025](#)). Menurut [Lakilaki et al., \(2025\)](#), ketidakhadiran figur ayah dalam menetapkan batasan, memberikan teladan, serta membangun relasi yang terbuka dengan anak mengenai perilaku digital, dapat memperbesar resiko terjadinya gangguan perhatian, kecanduan konten dangkal, dan penurunan motivasi belajar. Berbagai macam faktor *brain rot* juga berhasil dijabarkan oleh [Lakilaki et al., \(2025\)](#) salah satu faktor yang dianggap berperan penting dalam mempengaruhi terjadinya *brain rot* adalah minimnya kontrol sosial dari lingkungan keluarga. Faktor sosial dan lingkungan memiliki kontribusi besar, terutama dalam hal peran pengasuhan, khususnya dalam hal pengasuhan oleh figur ayah. Keterlibatan ayah memiliki kontribusi besar dalam membentuk kebiasaan digital remaja. Banyak ayah cenderung bersikap pasif atau menyerahkan tanggung jawab pengasuhan digital

sepenuhnya kepada ibu, termasuk dalam hal pengawasan penggunaan perangkat elektronik.

Pengasuhan adalah sebuah proses tindakan dan interaksi antara orang tua dan anak; dalam proses ini, ayah, ibu, dan anak saling mempengaruhi, saling mengubah satu sama lain sampai saat anak tumbuh menjadi sosok yang dewasa (Maimun, 2017). Menurut Astuti & Masykur (2015), sebuah keluarga pengasuhan yang paling ideal adalah pengasuhan bersama ibu dan ayah. Peran orangtua dalam melakukan pendampingan terhadap anak-anak dalam menggunakan teknologi digital merupakan bentuk tanggung jawab utama di mana pendidikan pertama haruslah berawal dari keluarga (Purbasari & Suryanto, 2020). Lubis (2022) mengemukakan bahwa di era digital ini, tidak hanya peran ibu yang dituntut dalam urusan anak tetapi peran ayah juga sangat diharapkan dalam proses parenting anaknya. Idealnya ayah dan ibu harus mengambil peran yang saling melengkapi dalam kehidupan keluarga. Namun faktanya Indonesia merupakan salah satu negara yang dinobatkan sebagai *fatherless country*, negara tanpa keberadaan ayah secara psikologis karena minimnya peran ayah terhadap pendidikan keluarga (Wedhayanti, 2024).

Hendriani et al., (2024) menjelaskan bahwa permasalahan perilaku anak dapat muncul karena ketidakmampuan menghadapi risiko digital yang semakin menekankan pentingnya keterlibatan ayah dalam pengasuhan untuk menguatkan ketangguhan atau resiliensi mereka. Penelitian lain menunjukkan bahwa hubungan positif antara ayah dan anak secara signifikan berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan regulasi diri (*self-regulation*) dan ketahanan ego (*ego resilience*) pada remaja, dua aspek krusial yang berperan dalam mencegah kecenderungan penggunaan media sosial secara impulsif maupun kompulsif (Yang & Kim, 2024). Dengan demikian, keterlibatan ayah menjadi faktor protektif yang dapat menumbuhkan gaya bermedia sosial yang lebih sehat dan terkontrol pada remaja, serta secara tidak langsung menekan potensi risiko *brain rot*.

Menurut Lamb (2000), *father involvement* adalah bentuk partisipasi aktif dan berkelanjutan dari ayah dalam menjaga, merawat, membimbing, dan mendukung anak, baik secara langsung maupun tidak langsung, dalam berbagai aspek kehidupan anak. *Father involvement* merupakan konstruksi yang sangat beragam, dan terdapat banyak aspek dalam kehidupan anak di mana seorang ayah dapat terlibat atau tidak terlibat (Finley & Schwartz, 2004). *Father involvement* atau yang dikenal sebagai keterlibatan ayah merupakan aspek penting dalam proses pengasuhan (Sanjaya et al., 2022). *Father involvement* secara operasional dibagi menjadi tiga komponen utama (Lamb, 2000): a.) *Engagement*, jenis keterlibatan ayah yang pertama dan paling terbatas melibatkan waktu yang dihabiskan untuk interaksi langsung, b.) *Accessability*, mencakup aktivitas dengan tingkat interaksi yang lebih rendah, dimana terdapat ketersediaan ayah untuk anak namun tidak selalu terlibat langsung, dan c.) *Responsibility*, adalah keterlibatan yang paling sulit untuk didefinisikan, Tanggung jawab adalah jenis keterlibatan yang paling sulit diukur tetapi paling penting, karena

menunjukkan sejauh mana orang tua mengambil peran utama dalam memastikan kesejahteraan anak.

Beberapa penelitian telah menilai dampak waktu layar terhadap perkembangan kognitif anak, sehingga orang tua maupun pengasuh mulai menetapkan batasan terhadap penggunaan media digital oleh anak-anak mereka. [Wulandari et al., \(2024\)](#) menekankan dalam risetnya terkait minimnya dukungan sosial dari orang tua maupun lingkungan sekitar ikut memperparah situasi kecanduan media sosial yang dapat menimbulkan fenomena negatif, sehingga remaja semakin kesulitan untuk menggunakan media sosial secara sehat dan bijak. Adapun dampak waktu layar terhadap berbagai aspek perkembangan anak, termasuk perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan fisik. Dimana, waktu paparan layar yang berlebihan berhubungan dengan berbagai dampak negatif pada semua aspek tersebut. Menurut [Lakilaki et al., \(2025\)](#), ketidakhadiran figur ayah dalam menetapkan batasan, memberikan teladan, serta membangun relasi yang terbuka dengan anak mengenai perilaku digital, dapat memperbesar risiko terjadinya gangguan perhatian, kecanduan konten dangkal, dan penurunan motivasi belajar. Selain itu, paparan media digital yang berlebihan berkontribusi terhadap penurunan kemampuan fokus, terutama pada tugas-tugas yang memerlukan perhatian berkelanjutan.

Fenomena *brain rot* mulai mendapat perhatian dalam kajian akademik, namun sebagian besar studi masih terbatas pada paparan digital secara umum seperti durasi *screen time* atau kecanduan media sosial. Dampaknya terhadap aspek psikologis dan kognitif, khususnya pada remaja akhir, belum banyak dikaji secara spesifik. Padahal, remaja akhir merupakan fase krusial dalam pembentukan identitas, regulasi emosi, dan kontrol diri. Sebagian besar pendekatan penelitian sebelumnya bersifat deskriptif atau fenomenologis, dengan sedikit yang menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menelaah peran faktor protektif dalam keluarga. Salah satu faktor yang luput diperhatikan adalah keterlibatan ayah (*father involvement*), yang berpengaruh terhadap regulasi emosi, pengambilan keputusan, dan pengendalian impuls remaja dalam menghadapi paparan digital. Minimnya keterlibatan ayah dapat memperburuk degradasi fungsi kognitif akibat konsumsi digital yang tidak terkendali. Penelitian ini hadir untuk mengisi celah tersebut dengan pendekatan kuantitatif terhadap hubungan antara keterlibatan ayah dan tingkat *brain rot* pada remaja akhir.

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara *father involvement* dengan tingkat *brain rot* pada remaja akhir. Meskipun *brain rot* mulai banyak dibahas dalam konteks media digital, masih sangat sedikit penelitian yang menghubungkannya secara langsung dengan faktor pengasuhan, khususnya peran ayah. Dengan semakin maraknya fenomena *brain rot* di kalangan remaja, penelitian ini menjadi relevan untuk membangun pemahaman teoretis sekaligus kontribusi praktis dalam strategi pengasuhan digital. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi pijakan awal bagi penyusunan kebijakan yang melibatkan keluarga, khususnya figur ayah, dalam menciptakan ekosistem digital yang lebih sehat bagi remaja akhir.

B. Metodologi Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Tujuan metode korelasi menurut [Azwar \(2015\)](#) adalah untuk menyelidiki atau melihat sejauh mana variasi pada sebuah variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja akhir yang berusia 18 tahun – 21 tahun. Pengumpulan data dilakukan secara kolektif oleh tiga peneliti dalam satu tim dengan menggunakan *Google Form* yang sama. Setelah data terkumpul, peneliti melakukan seleksi data berdasarkan kriteria usia yang telah ditentukan. Penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Artinya tidak semua anggota dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih menjadi sampel kemudian dipilih sesuai dengan yang dikehendaki oleh peneliti ([Asrulla et al., 2023](#)). Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan kuesioner. Kuesioner adalah teknik pengumpulan data penelitian yang sangat fleksibel dan relative mudah digunakan ([Azwar, 2019](#)). Teknik pengukuran dalam penelitian ini menggunakan pengukuran skala likert. Skala likert merupakan suatu pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial ([Sugiyono, 2018](#)). Proses pengambilan data dilakukan pada tanggal 19 Juni 2025, setelah hasil *try out* dianalisis. Dari 240 responden, hanya 151 yang memenuhi kriteria usia remaja akhir dan bersedia mengisi kuissoner penelitian melalui *google form*.

Skala *brain rot* yang digunakan dalam penelitian ini disusun oleh tim peneliti dan telah melalui proses uji validitas dan reliabilitasnya. Sebelumnya, peneliti memberikan skala tersebut kepada 3 orang *expert judgment* yang merupakan dosen psikologi untuk melakukan validitas isi. Sedangkan skala *father involvement* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan instrumen yang disusun oleh [Flouri dan Buchanan \(2003\)](#), yang mengacu pada tiga aspek utama, yaitu *engagement*, *accessibility*, dan *responsibility* sebagaimana dikemukakan oleh [Lamb \(2000\)](#). Karena item-item dalam instrumen tersebut berbahasa Inggris, dilakukan *back translation* dengan bantuan 3 orang *expert* untuk memastikan kesetaraan makna. Setelah itu, skala kembali diberikan kepada 3 orang *expert judgment* dari bidang psikologi untuk memberikan penilaian terhadap validitas isi. Terakhir, semua item yang lolos penilaian langsung di *try out* pada 150 responden.

Skala *Father involvement* memiliki 4 item dan skala *Brain rot* memiliki 40 item. Namun Setelah dilakukan uji reliabilitas terhadap data *try out*, 12 butir skala *Brain rot* gugur karena memiliki nilai >0.3 , sedangkan 4 item *Father involvement* memiliki reliabilitas tinggi. Nilai alpha (α) dan omega (ω) di atas 0.8 menandakan bahwa item-item dalam skala ini konsisten satu sama lain dalam mengukur konstruk yang dimaksud. Setelah itu, dilakukan uji validitas terhadap skala *Brain rot* yang sudah disusun kembali dengan mempertimbangkan dan menghapus item-item yang memberikan sumbangsih negatif. Selain itu, skala *Father involvement* menunjukkan korelasi yang sangat signifikan dengan total skor ($p < .001$). Teknik analisis data yang

dilakukan dalam penelitian ini adalah *simple correlation* atau korelasi sederhana untuk mengetahui hubungan antara *father involvement* dengan *brain rot*.

C. Hasil Penelitian

Data penelitian yang diperoleh dari skala *Father involvement* dan skala *Brain rot* digunakan untuk menjelaskan hasil penelitian. Sesuai dengan judul penelitian ini, yaitu korelasi antara *father involvement* dengan *brain rot* pada remaja akhir, maka subjek penelitian ini adalah remaja akhir. Adapun subjek penelitian berusia 18-21 tahun yang tertuang pada tabel di bawah.

Tabel 1. Data Subjek Penelitian

Usia	Perempuan	Laki-Laki	Total	% Perempuan	% Laki-Laki
18	12	5	17	70,59 %	29,41 %
19	16	4	20	80,00 %	20,00 %
20	42	12	54	77,78 %	22,22 %
21	43	17	60	71,67 %	28,33 %

Dalam penelitian ini, responden terdiri dari remaja akhir dengan rentang usia 18 hingga 21 tahun. Pada usia 18 tahun, terdapat 17 responden yang berpartisipasi, terdiri dari 12 orang perempuan (70,59%) dan 5 orang laki-laki (29,41%), kelompok usia 19 tahun, jumlah responden mencapai 20 orang, dengan komposisi 16 perempuan (80%) dan 4 laki-laki (20), usia 20 tahun, yaitu sebanyak 54 orang. Dari jumlah tersebut, 42 adalah perempuan (77,78%) dan 12 adalah laki-laki (22,22%), usia 21 tahun, yaitu sebanyak 60 orang. Komposisinya terdiri atas 43 perempuan (71,67%) dan 17 laki-laki (28,33%).

Uji normalitas pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode uji *Shapiro-Wilk* karena uji ini memiliki tingkat konsistensi yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan *Kolmogorov-Smirnov* dan *Anderson Darling* (Sintia et al., 2022). Data hasil penelitian dianggap terdistribusi normal apabila tingkat signifikansi $p>0,05$. Nilai Sig. atau signifikasi atau nilai probabilitas $> 0,05$ maka distribusi adalah normal (Nuryadi et al., 2017). Uji normalitas dianalisis menggunakan *software* Jamovi versi 2.6.26, yang hasilnya ditunjukkan dalam tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas (*Shapiro-Wilk*)

Descriptives		
	<i>Father involvement</i>	<i>Brain rot</i>
N	151	151
Mean	8.95	76.7

Descriptives		
	<i>Father involvement</i>	<i>Brain rot</i>
Median	9	78
Standard deviation	2.47	12.8
Shapiro-Wilk W	0.908	0.979
Shapiro-Wilk p	<.001	0.020

Hasil analisis uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* yang menunjukkan bahwa variabel *father involvement* memiliki nilai $W = 0.908$ dengan $p < 0.001$, dan variabel *brain rot* memiliki nilai $W = 0.979$ dengan $p = 0.020$. Karena nilai p kedua variabel lebih kecil dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa distribusi data tidak normal. Analisis data selanjutnya dilakukan dengan menggunakan teknik statistik non-parametrik, yaitu uji korelasi *Karl Pearson*. Hasil penelitian ini tertuang dalam tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasional *Pearson*

Correlation Matrix			
		<i>Father involvement</i>	<i>Brain rot</i>
<i>Father involvement</i>	Pearson's r	—	
	df	—	
	p-value	—	
	N	—	
<i>Brain rot</i>	Pearson's r	-0.010	—
	df	149	—
	p-value	0.908	—
	N	151	—

Berdasarkan hasil analisis korelasi *Pearson*, diperoleh koefisien korelasi antara *father involvement* dan *brain rot* sebesar -0,010 dengan nilai signifikansi sebesar $p = 0,908$ ($p > 0,05$). Nilai korelasi yang sangat kecil dan tidak signifikan menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara *father Involvement* dengan *brain rot* pada remaja akhir.

D. Pembahasan

Hasil analisis korelasi *Pearson* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *father involvement* dan tingkat *brain rot* pada remaja akhir. Nilai

koefisien korelasi (r) sebesar $-0,010$ dengan nilai signifikansi $p = 0,908$ ($p > 0,05$) menandakan bahwa hubungan antara kedua variabel sangat lemah dan tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan tidak memiliki hubungan dengan *brain rot* pada remaja akhir.

Terdapat beberapa kemungkinan yang dapat menjelaskan mengapa tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara *father involvement* dan *brain rot* pada remaja akhir. Salah satunya berkaitan dengan konteks budaya pengasuhan di Indonesia. Dalam budaya Indonesia, peran pengasuhan anak (terutama dalam kehidupan sehari-hari) lebih banyak dijalankan oleh ibu. Ayah seringkali hanya berperan sebagai pencari nafkah atau figur otoritatif yang hadir secara tidak langsung dalam proses pengasuhan. Hal ini sejalan dengan temuan [Wedhayanti \(2024\)](#), yang menyebutkan bahwa Indonesia termasuk dalam kategori "*fatherless country*", yaitu negara dengan keterlibatan ayah yang rendah dalam aspek psikologis dan edukatif pengasuhan anak.

Fenomena tersebut menyebabkan keterlibatan ayah, meskipun ada, namun tidak cukup intens atau bermakna dalam kehidupan digital remaja akhir, sehingga tidak mampu menjadi faktor pelindung terhadap risiko *brain rot*. Sejalan dengan teori [Lamb \(2000\)](#), keterlibatan ayah dibagi dalam tiga dimensi (*engagement*, *accessibility*, dan *responsibility*) namun dimensi ini mungkin tidak teraktualisasi secara optimal dalam lingkungan budaya yang masih menempatkan peran pengasuhan utama pada ibu.

Selain itu, faktor usia subjek penelitian juga patut dipertimbangkan. Penelitian ini difokuskan pada remaja akhir (*late adolescent*), yaitu individu yang berada pada rentang usia 18–21 tahun ([Desmita, 2018](#)). Pada tahap ini, individu cenderung sudah memiliki kemandirian dalam pengambilan keputusan dan manajemen aktivitas sehari-hari, termasuk penggunaan media sosial. [Arnett \(2000\)](#) melalui konsep *emerging adulthood* juga menekankan bahwa individu pada rentang usia ini mengalami eksplorasi identitas dan memiliki otonomi yang tinggi dalam menentukan arah hidupnya. Oleh karena itu, keterlibatan ayah khususnya dalam bentuk pengawasan terhadap aktivitas digital mungkin tidak lagi dirasakan sebagai hal yang relevan atau berpengaruh dalam kehidupan mereka.

Meskipun penelitian ini menggunakan skala valid untuk mengukur keterlibatan ayah dan *brain rot*, besar kemungkinan terdapat bias dalam persepsi subjek terhadap figur ayah. Misalnya, beberapa remaja mungkin memiliki relasi yang kurang terbuka dengan ayah atau kurang memahami peran ayah dalam bentuk non-fisik, sehingga penilaian terhadap keterlibatan ayah menjadi tidak akurat. Selain itu, teknik *non-probability sampling* yang digunakan dalam penelitian dapat memengaruhi representativitas sampel, sehingga generalisasi hasil menjadi terbatas.

Dari sisi teknis, perlu dikaji pula kemungkinan bahwa alat ukur keterlibatan ayah maupun *brain rot* belum mampu menangkap kompleksitas dinamika relasi ayah-anak dan manifestasi *brain rot* dalam konteks kehidupan remaja akhir. *Brain rot* adalah istilah baru yang belum sepenuhnya mapan secara psikometris. Beberapa dimensi

seperti "*mental foggiess*" atau "*doomscrolling*" bersifat subjektif dan memerlukan pendekatan triangulasi data yang lebih mendalam, misalnya melalui wawancara atau observasi perilaku daring. Hal ini mungkin menyebabkan sensitivitas pengukuran kurang optimal.

Lebih jauh, *brain rot* sendiri merupakan konsep baru yang mencakup penurunan fungsi kognitif akibat konsumsi berlebihan terhadap konten digital (Mishra & Mishra, 2024). Faktor-faktor seperti durasi *screen time* (Twenge & Campbell, 2018), kecanduan media sosial (Keles et al., 2020), dan gaya hidup digital (Montag & Walla, 2016) justru lebih banyak dikaitkan langsung dengan *brain rot* dibandingkan dengan faktor pengasuhan. Oleh karena itu, bisa jadi *brain rot* lebih dipengaruhi oleh kontrol diri remaja, tekanan teman sebaya, atau akses teknologi, bukan semata-mata keterlibatan orang tua.

Temuan ini menggarisbawahi pentingnya untuk tidak hanya memfokuskan perhatian pada figur ayah, tetapi juga mempertimbangkan faktor lingkungan digital, hubungan dengan teman sebaya, serta peran ibu atau wali lainnya. Penelitian lanjutan dapat menggali secara lebih luas hubungan antara pola pengasuhan yang lebih komprehensif (misalnya *authoritative parenting*, *parental mediation* terhadap media), untuk mendapatkan gambaran yang lebih menyeluruh

E. Kesimpulan

Penelitian ini membuktikan secara empiris bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *father involvement* dengan *brain rot* pada remaja akhir. Meskipun keterlibatan ayah diyakini memiliki peran penting dalam pengasuhan digital dan perkembangan emosi anak, namun dalam konteks penelitian ini tidak terbukti memiliki pengaruh langsung terhadap *brain rot*. Temuan ini juga membuka ruang untuk eksplorasi lebih lanjut terkait faktor-faktor lain yang kemungkinan memiliki pengaruh lebih signifikan terhadap fenomena *brain rot* pada remaja akhir. Salah satu faktor yang patut diperhatikan adalah tingkat penggunaan media digital, khususnya media sosial dan platform hiburan yang bersifat repetitif dan pasif. Penggunaan perangkat digital yang berlebihan telah dikaitkan dengan penurunan fungsi kognitif, seperti rentang perhatian yang lebih pendek, kelelahan mental, dan kesulitan konsentrasi. Selain itu, dukungan sosial dari teman sebaya juga dapat berperan dalam menjaga kesehatan mental dan kognitif remaja. Kurangnya interaksi sosial yang sehat dapat memperburuk kondisi mental, termasuk meningkatnya perasaan keterasingan dan kebosanan, yang berkontribusi terhadap gejala *brain rot*. Pendekatan multivariat penelitian di masa mendatang akan memberikan pemahaman utuh mengenai *brain rot*, khususnya dalam konteks remaja akhir yang sedang berada pada masa transisi kritis menuju kedewasaan.

Selain itu, terdapat sejumlah implikasi praktis yang dapat dipertimbangkan. Di antaranya adalah peran orang tua tetap penting dalam membangun pola pengasuhan digital. Orang tua dapat menetapkan aturan penggunaan gawai, mendampingi anak

dalam memilih konten, serta menjadi teladan dalam penggunaan media sosial. Pendidik berperan dalam meningkatkan literasi digital remaja, misalnya melalui kurikulum yang mendorong *deep learning* dan keterampilan regulasi diri agar remaja mampu menyeimbangkan paparan konten digital dangkal dengan aktivitas yang lebih bermakna. Remaja akhir dapat diarahkan untuk melatih regulasi diri melalui kegiatan produktif, olahraga, atau aktivitas sosial yang membantu mengurangi ketergantungan pada konten singkat yang berpotensi menurunkan fungsi kognitif.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan untuk interpretasi hasil: Desain korelasional hanya menggambarkan hubungan antar-variabel, sehingga tidak dapat menjelaskan sebab-akibat. Instrumen *brain rot* masih relatif baru dan meski telah diuji reliabilitas dan validitasnya, belum banyak digunakan dalam penelitian lain sehingga generalisasi hasil perlu hati-hati. Teknik sampling *purposive non-probability* membatasi representativitas sampel sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan secara luas ke seluruh populasi remaja akhir. Bias persepsi responden mungkin muncul karena keterlibatan ayah diukur berdasarkan penilaian subjektif anak, yang dapat dipengaruhi kualitas hubungan personal maupun budaya pengasuhan. Rentang usia responden (18–21 tahun) berada pada tahap perkembangan dengan kemandirian tinggi, sehingga peran ayah mungkin tidak lagi dirasakan secara langsung dibandingkan pada fase remaja awal atau pertengahan.

Daftar Pustaka

- Allo, K. P., Widiawati, W., Danindra, F., Haliq, M. I., & Harianto. (2025). Dampak konten viral di platform Instagram: Tantangan dan konsekuensi. *Literatify: Trends in Library Developments*, 6(1), 163–170. <https://doi.org/10.24252/literatify.v6i1.55463>
- Aribowo, P., & Bagaskara, M. I. (2025). Dampak penggunaan media sosial “*brain rot*” terhadap kesehatan mental remaja. *Jurnal Sosial dan Teknologi (SOSTECH)*, 5(3), 350–357. <https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v5i3.32020>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Astuti, V., & Masykur, A. M. (2015). Pengalaman keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak (Studi kualitatif fenomenologis). *Jurnal Empati*, 4(2), 65–70.
- Asrulla, A., Risnita, R., Jailani, M. S., & Jeka, F. (2023). Populasi dan sampling (kuantitatif), serta pemilihan informan kunci (kualitatif) dalam pendekatan praktis. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 26320–26332.
- Azmi, N. (2015). Potensi emosi remaja dan pengembangannya. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2(1), 36–46.
- Azwar, S. (2015). Metode penelitian (Cetakan ke-16). Pustaka Pelajar.

- Azwar, S. (2019). Metode penelitian psikologi (Edisi ke-2, Cetakan ke-3). Pustaka Pelajar.
- Bukhori, Z. F. A. (2025). Pengaruh Brainrot terhadap penerimaan dakwah di masyarakat: Pendekatan psikologi kognitif dalam komunikasi keagamaan. *JIMU: Jurnal Ilmiah Multidisipliner*, 3(3), 1602–1613.
- Choudhary, K. (2025). *Brain rot* in the digital age: Investigating the effects of excessive screen time on cognitive function in young adults. *International Journal of Interdisciplinary Approaches in Psychology*, 3(5), 1556–1567.
- Desmita. (2018). *Psikologi perkembangan peserta didik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Fauzi, N. A. (2025). TikTok brain: Efek video pendek pada daya konsentrasi mahasiswa Pendidikan Agama Islam IAIN Palangka Raya. *Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik*, 2(3), 576–587. <https://doi.org/10.61722/jmia.v2i3.5006>
- Finley, G. E., & Schwartz, S. J. (2004). The *father involvement* and nurturant fathering scales: Retrospective measures for adolescent and adult children. *Educational and Psychological Measurement*, 64(1), 143–164.
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik pengambilan sampel umum dalam metodologi penelitian: Literature review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114.
- Flouri, E., & Buchanan, A. (2003). The role of *father involvement* and mother involvement in adolescents' psychological well-being. *British Journal of Social Work*, 33(3), 399–406. <https://doi.org/10.1093/bjsw/33.3.399>
- Habibah, V. (2024). Menggugat kreator digital: Tinjauan terhadap etika dalam implementasi seni digital., *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 10(6). <https://doi.org/10.8734/Sindoro.v1i2.365>
- Hendriani, W., Tedjadipura, A. A., Khaerunnisa, S. M., Wulandari, P. Y., & Cahyono, R. (2024). Peran ayah dalam pengasuhan yang memperkuat resiliensi digital anak. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 17(2), 132–145. <https://doi.org/10.24156/jikk.2024.17.2.132>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2020). A systematic review: The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 79–93. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1590851>
- Lakilaki, E., Puri, R. M., Saputra, A. N. Z., Shawmi, A. N., Asiah, N., & Rizky, M. (2025). The phenomenological analysis of the impact of digital overstimulation on attention control in elementary school students: A study on the '*brain rot*' phenomenon in the learning process. *TOFEDU: The Future of Education Journal*, 4(1), 265–274. <https://doi.org/10.61445/tofedu.v4i1.408>
- Lamb, M. E. (2000). The history of research on *father involvement*. *Marriage & Family Review*, 29(2–3), 23–42. https://doi.org/10.1300/J002v29n02_03

- Lubis, S. (2022). *Pandemi dan Era Digital: Peran Ayah terhadap Kebutuhan Pendidikan dan Psikologis Anak*. Jurnal Studi Islam, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.30595/ajsi.v3i1.11820>
- Maimun, H. (2017). *Psikologi pengasuhan: Mengasuh tumbuh kembang anak dengan ilmu*. Sanabil.
- Mishra, S., & Mishra, K. K. (2024). *Brain rot*: The cognitive decline associated with excessive use of technology. International Journal of Research Publication and Reviews, 5(12), 1625–1630. <https://doi.org/10.55248/gengpi.5.1224.5566>
- Montag, C., & Walla, P. (2016). Carpe diem instead of losing your social mind: Beyond digital addiction and why we all suffer from digital overuse. *Cogent Psychology*, 3(1), 1157281. <https://doi.org/10.1080/23311908.2016.1157281>
- Nabila, S. F. (2022, March). Perkembangan remaja: Adolescence. *ResearchGate*.
- Nuryadi, Dewi Astuti, T., Sri Utami, E. & Budiantara, M. 2017. Dasar-Dasar Statistik Penelitian. cetakan 1 ed. Yogyakarta: Sibuku Media
- Oxford University Press. (2024, 14 Juni). 'Brain rot' named Oxford Word of the Year 2024. Diakses pada tanggal 16 Juni 2025. <https://corp.oup.com/news/brain-rot-named-oxford-word-of-the-year-2024/>
- Özpençe, I. A. (2024). *Brain rot*: Overconsumption of online content (An essay on the publicness social media). *Journal of Business Innovation and Governance*, 7(2), 48–60. <https://doi.org/10.54472/jobig.1605072>
- Purbasari, I. R., & Suryanto, P. (2020). Peran ayah dalam pengasuhan anak usia dini ditinjau dari peran gender. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 50–63. <https://doi.org/10.14710/jp.17.1.50-63>
- Sanjaya, E. L., Suminar, D. R., & Fardana, N. A. (2022). Antecedent of *father involvement*: A literature review. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 11(3), 566–586. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v11i3.23589>
- Sholin, A., Nasution, A., Fitrah, A., Nazhira, N., Syafitri, N. I., Ulayya, S. B., & Lubis, R. (2024). Periodisasi masa remaja dan ciri khasnya; pubertas, remaja awal dan remaja akhir. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(5), 24–31. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11277882>
- Sintia, I., Pasarella, M. D., & Nohe, D. A. (2022). Perbandingan tingkat konsistensi uji distribusi normalitas pada kasus tingkat pengangguran di Jawa. *Prosiding Seminar Nasional Matematika, Statistika, dan Aplikasinya (SNMSA)*, 2, 322–333. Samarinda: Universitas Mulawarman. e-ISSN: 2657-232X
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian bisnis (Cetakan ke-2). Alfabeta.

- Sulhan, N. A. A., Ardaniah, N. H., Nasrullah, & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi perkembangan anak pada masa remaja: Tinjauan psikologi. *Behavior: Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi*, 1(1), 9-36.
- Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). Perkembangan masa remaja akhir (tugas, fisik, intelektual, emosi, sosial dan agama) dan implikasinya pada pendidikan. *JlIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 5(6), 1956–1963. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i6.664>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports*, 12, 271–283. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2018.10.003>
- Wahyudi, R. A., Wibawa, F. A., & Fadhilah, M. H. (2024). Pengaruh konten short video pada kondisi psikologis manusia. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora*, 3(2), 452–463.
- Wedhayanti, G. C. (2024). Peran ayah (fathering) dalam pengasuhan anak. *Daini Widy: Jurnal Pendidikan*, 11(1), 80–90.
- Wulandari, I. A., Ramadhani, Z. D., & Perawati, P. (2024). *Literature Review Pengaruh Media Sosial terhadap Regulasi Emosi Remaja pada Masa Transisi: Dampak Positif dan Negatif*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 48582–48591.
- Yang, H.-M., & Kim, H.-R. (2024). Father-child attachment on children's screen time: Mediating role of ego resilience. *BMC Pediatrics*, 24(672), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12887-024-05148-5>
- Yazgan, A. M. (2025). *The problem of the century: Brain rot*. *OPUS – Journal of Society Research*, 22(2), 211–221. <https://doi.org/10.26466/opusjsr.1651477>
- Yousef, A. M. F., Alshamy, A., Tlili, A., & Metwally, A. H. S. (2025). Demystifying the new dilemma of *brain rot* in the digital era: A review. *Brain Sciences*, 15(3), 283. <https://doi.org/10.3390/brainsci15030283>
- Zheng, M. (2022). *Influence of short video watching behaviors on visual short-term memory*. In *Proceedings of the 2021 4th International Conference on Humanities Education and Social Sciences (ICHESS 2021)* (Vol. 615, pp. 1855–1859). Atlantis Press. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.211220.314>