

Atensi di Era "Receh": Studi Kuantitatif Pengaruh Algoritma Video Pendek Terhadap Fokus Belajar Siswa SMPN 115 Jakarta

Wasvita Sari^{1,*}, Marina Rospitasari², Azwar³, Dyah Ayu Kusuma Dewandaru⁴, Kayyisah M.A⁵

¹*Ilmu Komunikasi, Universitas Pamulang, Tangerang Selatan, Indonesia*

^{2,3,4}*Ilmu Komunikasi, UPN Veteran Jakarta, Jakarta Selatan, Indonesia*

⁵*SMPN 115 Jakarta*

*Correspondence Author: dosen03096@unpam.ac.id

ABSTRACT

The phenomenon of "brain rot," or cognitive decline due to the consumption of repetitive, absurd, and addictive digital content, is increasingly prevalent among adolescents. This study aims to analyze the significant influence of "brain rot" content exposure on the attention levels of students at SMPN 115 Jakarta. The research method employed a descriptive quantitative approach with a survey method. Data were collected using a Likert scale questionnaire distributed to 228 respondents selected through simple random sampling. Data analysis techniques included classical assumption tests and simple linear regression analysis using SPSS software. The results indicated a significant influence of "brain rot" content exposure on student attention ($p < .0001$). Although the correlation coefficient showed a weak relationship ($R = .242$), the direction of influence was negative, where increased exposure correlated with a decrease in students' focus and concentration in learning. This content contributes 5.8% to the variation in attention levels, while the remainder is influenced by other external factors. In conclusion, intensive consumption of superficial digital content is proven to worsen attention issues in adolescents. Digital literacy programs and parental guidance are recommended to mitigate these negative impacts.

Keywords: *Adolescent, Attention, Brain Rot, Digital Content, Junior High School Students.*

ABSTRACT

Fenomena *brain rot* atau penurunan kognitif akibat konsumsi konten digital yang repetitif, absurd, dan adiktif kini marak di kalangan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh signifikan antara tingkat terpapar konten *brain rot* terhadap tingkat atensi siswa SMPN 115 Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif deskriptif dengan metode survei. Data dikumpulkan melalui kuesioner skala Likert yang disebarluaskan kepada 228 responden yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik analisis data yang digunakan meliputi uji asumsi klasik serta analisis regresi linear sederhana menggunakan perangkat lunak SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara terpapar konten *brain rot* terhadap atensi siswa ($p < 0,0001$). Meskipun nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan yang lemah ($R = 0,242$), arah pengaruh bersifat negatif, di mana peningkatan paparan konten berkorelasi dengan penurunan kemampuan fokus dan konsentrasi siswa dalam pembelajaran. Konten ini berkontribusi sebesar 5,8% terhadap variasi tingkat atensi, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor eksternal lainnya. Kesimpulannya, konsumsi konten digital yang dangkal secara intensif terbukti memperburuk masalah atensi pada remaja. Disarankan adanya program literasi digital dan pendampingan orang tua untuk memitigasi dampak negatif tersebut.

Kata kunci: Atensi, *Brain Rot*, Konten Digital, Remaja, Siswa SMP.

Pendahuluan

Lanskap digital saat ini telah bergeser secara radikal, terutama dalam cara remaja mengonsumsi informasi sehari-hari. Kehadiran algoritma pada platform seperti TikTok, Instagram Reels, dan YouTube Shorts menciptakan ekosistem konten yang serba cepat, terfragmentasi, dan sering kali minim makna. (Adam & Soh, 2025) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa fenomena "*digital addiction*" yang memicu lahirnya istilah "*brain rot*", sebuah metafora untuk menggambarkan penurunan fungsi kognitif akibat paparan berlebihan terhadap konten digital yang repetitif, absurd, dan dangkal. Pentingnya fenomena ini di tingkat global nyata setelah Oxford University Press menetapkan "*brain rot*" sebagai *Word of the Year* 2024, sebuah pengakuan atas kecemasan kolektif terhadap pola konsumsi digital yang kian tidak sehat (Oxford, 2024). (Owens, 2025) bahkan melihat *brain rot* bukan sekadar tren sementara, melainkan telah menjadi genre partisipasi baru yang mendefinisikan cara remaja berinteraksi di ruang digital saat ini.

Di Indonesia, permasalahan ini menjadi semakin krusial mengingat penetrasi internet yang terus melonjak tajam. Berdasarkan data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pengguna internet di Indonesia

pada tahun 2025 mencapai 229,4 juta jiwa atau sekitar 80,66% dari total populasi (Sari, 2025). Menariknya, survey APJII ini juga menemukan bahwa alasan utama masyarakat Indonesia mengakses internet adalah untuk membuka media sosial (24,8%), dengan TikTok menempati posisi teratas sebagai aplikasi yang paling banyak digunakan (35,17%). (Hilman, 2024) menjelaskan bahwa dominasi konten video pendek yang sering dijuluki sebagai "konten receh" di tanah air telah memicu kekhawatiran serius dari berbagai pihak, mulai dari pakar kesehatan hingga lembaga penyiaran nasional. Padahal kecanduan "konten receh" yang bersifat instan ini berpotensi menurunkan kemampuan analisis dan kreativitas kelompok remaja yang seharusnya berada dalam fase perkembangan kemampuan fungsi kognitif (Chen et al., 2023)

Realitas ini menjadi ironi di tengah perjuangan Indonesia meningkatkan kualitas pendidikan nasional. Hasil PISA 2022 menunjukkan bahwa skor literasi membaca siswa Indonesia masih berada di angka 359, jauh di bawah rata-rata internasional (Psiquiatria et al., 2025). Kehadiran fenomena *brain rot* dikhawatirkan akan semakin memperburuk krisis literasi tersebut, karena otak yang terbiasa dengan stimulasi cepat dan tanpa tantangan kognitif akan kesulitan melakukan pemrosesan informasi secara

mendalam (*deep processing*) (Lau et al., 2025).

Nastiar et al., (2025) menegaskan bahwa sifat adiktif pada video pendek berdampak langsung terhadap penurunan fokus dan literasi di kalangan pelajar Indonesia . Karakteristik adiktif ini cenderung mendorong siswa untuk lebih memilih konten berdurasi singkat yang hanya memerlukan upaya kognitif minimal, sehingga mengganggu kemampuan mereka untuk mendalami materi akademik yang lebih kompleks (Al-leimon et al., 2025) . Kondisi ini diperparah oleh fakta bahwa siswa SMP lebih sering terpapar pada hiburan digital yang tidak kritis dan kurang mendalam dibandingkan konten yang edukatif (Stevens et al., 2019).

Ketiadaan muatan informasi yang bermakna secara signifikan dapat menurunkan keterlibatan kognitif siswa, yang berujung pada kesulitan dalam proses penyimpanan informasi (Pawluczuk et al., 2019). Selain itu, ketergantungan pada platform media digital sering kali memicu penggunaan gawai secara berlebihan, yang berpotensi merugikan kesehatan mental melalui munculnya kelelahan mental hingga depresi (Amin & Khan, 2020; Morris, 2018) . Hal ini selaras dengan penelitian Pérez-Escoda et al. (2019) yang menunjukkan bahwa kemampuan retensi informasi siswa menurun drastis saat

terlibat dengan konten digital dibandingkan ketika mereka fokus pada satu sumber utama . Secara kumulatif, berbagai faktor tersebut menciptakan hambatan besar bagi siswa dalam mengasah keterampilan berpikir kritis yang sangat krusial di era informasi

Dilihat dari perspektif psikologi, keterlibatan yang terlalu dalam dengan media digital berirama cepat berpotensi mengubah cara otak memproses informasi. Firth et al., (2019) menegaskan bahwa lingkungan digital yang serba cepat memaksa individu memiliki fokus yang terbagi, yang pada akhirnya memicu kelelahan mental. Sejalan dengan itu, Mohamed et al., (2025) berpendapat bahwa konsumsi konten yang tidak substantif secara terus-menerus dapat membahayakan kapasitas otak dalam menjaga regulasi emosional dan kejernihan berpikir. Penelitian di berbagai sekolah di Indonesia, mulai dari tingkat menengah pertama hingga atas, mengonfirmasi bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tidak terkontrol secara signifikan mengganggu konsentrasi belajar siswa.

Urgensi penelitian ini diletakkan pada latar belakang siswa di SMP Negeri 115 Jakarta yang menghadapi ekspektasi akademik sangat tinggi. Sebagai salah satu sekolah unggulan di Jakarta Selatan dengan populasi mencapai 1.008 siswa, kemampuan fokus dan *critical thinking*

merupakan modal utama keberhasilan akademik mereka. Namun, akses teknologi yang sangat memadai justru menjadi pisau bermata dua yang membuka peluang besar bagi paparan konten *brain rot* secara intensif. Meskipun penelitian mengenai atensi siswa telah banyak dilakukan, studi yang secara spesifik membedah pengaruh "konten receh" atau *brain rot* di lingkungan sekolah unggulan dengan standar akademik yang ketat masih sangat jarang ditemui di Indonesia.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis secara objektif bagaimana tingkat terpaan konten *brain rot* memengaruhi tingkat atensi siswa di SMP Negeri 115 Jakarta. Dengan mengevaluasi dimensi frekuensi, durasi, dan sifat adiktif dari konten yang dikonsumsi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi psikologi media di Indonesia. Secara praktis, temuan ini diharapkan mampu memberikan landasan bagi pendidik dan orang tua dalam merumuskan strategi literasi digital yang lebih efektif guna melindungi kualitas kognitif generasi muda di tengah gempuran distraksi digital.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif melalui metode survei. Pendekatan ini dipilih untuk mengukur dan

menguji hubungan fungsional antara variabel terpaan konten receh *brain rot* sebagai variabel bebas dan atensi siswa sebagai variabel terikat dalam bentuk angka dan analisis statistik (Creswell, 2009). Populasi penelitian mencakup seluruh siswa SMP Negeri 115 Jakarta yang berjumlah 1.008 siswa. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*, yang memungkinkan setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih sebagai responden (Arikunto, 2013) di mana ukuran sampel ditentukan melalui rumus Slovin dengan tingkat signifikansi sebesar 0,06, sehingga diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 218 siswa.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner tertutup yang terstruktur. Instrumen ini menggunakan Skala Likert dengan rentang skor 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju) untuk mengukur dimensi frekuensi, durasi, jenis konten, dan sifat adiktif pada variabel terpaan konten, serta kemampuan fokus, konsentrasi, rentang perhatian, dan retensi informasi pada variabel atensi (Sugiyono, 2018). Sebelum pengumpulan data utama, dilakukan uji validitas isi dan konstruk, serta uji reliabilitas menggunakan metode *Cronbach's Alpha* melalui perangkat lunak SPSS (Ghozali, 2018). Hasil uji reliabilitas

memastikan instrumen layak digunakan setelah satu butir pertanyaan yang tidak reliabel dikeluarkan.

Teknik analisis data terdiri dari analisis statistik deskriptif dan inferensial. Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi jawaban berdasarkan nilai frekuensi, persentase, dan rata-rata. Analisis inferensial dilakukan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis mengenai pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat serta menentukan arah dan besaran kontribusinya. Sebelum analisis regresi dilakukan, data terlebih dahulu dipastikan memenuhi persyaratan statistik melalui uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas dengan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dan uji linearitas (Ghozali, 2018).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 228 responden siswa dari SMP Negeri 115 Jakarta. Secara demografis, profil responden menunjukkan komposisi yang cukup seimbang antara perempuan (52,19%) dan laki-laki (47,81%). Mayoritas responden berada pada masa transisi remaja awal, di mana kelompok usia 13 tahun mendominasi sebesar 80,70%. Data ini mencerminkan fase perkembangan kognitif yang sedang

berada pada titik kritis terhadap pengaruh lingkungan digital.

Sebelum data dianalisis lebih lanjut, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen. Berdasarkan hasil uji reliabilitas menggunakan metode *Cronbach's Alpha*, ditemukan satu butir pertanyaan pada variabel atensi (A11) yang tidak memenuhi kriteria validitas. Keputusan untuk menggugurkan pertanyaan tersebut diambil guna memastikan bahwa instrumen yang digunakan benar-benar mampu mengukur tingkat atensi secara konsisten dan akurat.

Hasil Analisis Statistik

Model regresi yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui serangkaian uji asumsi klasik untuk menjamin bahwa estimasi yang dihasilkan bersifat *Best Linear Unbiased Estimator* (BLUE). Hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai signifikansi Monte Carlo sebesar 0,167 ($p > 0,06$), yang berarti residual data terdistribusi secara normal. Selain itu, uji linearitas menghasilkan nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,293, yang mengonfirmasi bahwa hubungan antara terpaan konten *brain rot* dan atensi siswa bersifat linear.

Tabel 1. Analisis Regresi Linear Sederhana

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.242	.058	.054	3.979

Sumber: Peneliti, 2025

Analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi uji F sebesar $< .001$, yang jauh di bawah ambang batas $\alpha=0,06$. Hal ini membuktikan secara empiris bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara terpaan konten *brain rot* terhadap tingkat atensi siswa. Koefisien korelasi (R) sebesar 0,242 mengindikasikan hubungan yang relatif lemah namun nyata. Sementara itu, nilai R Square sebesar 0,058 menunjukkan bahwa variabel terpaan konten *brain rot* memberikan kontribusi sebesar 5,8% terhadap variasi tingkat atensi siswa. Meskipun angka ini terlihat kecil, signifikansi statistik yang ditemukan menegaskan bahwa fenomena konten digital tidak dapat diabaikan dalam ekosistem pendidikan.

Pembahasan: Paradox Konten "Receh" dan Kualitas Atensi

Hasil analisis regresi linear sederhana dalam penelitian ini menghasilkan persamaan $Atensi = 23,687 + 0,256 (\text{Terpaan Konten})$. Secara statistik, nilai koefisien regresi sebesar 0,256 yang bernilai positif memberikan interpretasi

yang unik sekaligus mengkhawatirkan. Mengingat instrumen variabel atensi disusun menggunakan butir pernyataan negatif—seperti kecenderungan melamun, mudah terdistraksi, dan kesulitan menangkap penjelasan guru—maka skor total yang tinggi pada variabel ini justru merepresentasikan tingkat gangguan atensi yang tinggi.

Dengan demikian, temuan ini secara logis menegaskan bahwa setiap peningkatan intensitas paparan konten *brain rot* akan diikuti oleh peningkatan disfungsi atensi pada siswa. Fenomena ini bukan sekadar masalah durasi penggunaan gawai, melainkan tentang bagaimana kualitas konten yang dikonsumsi secara perlahan mengikis kapasitas kognitif siswa dalam mempertahankan fokus pada satu objek dalam waktu lama.

Mekanisme Neuropsikologis "Brain Rot" dan Dopamin Instan

Ketajaman temuan ini terletak pada sinkronisasi antara data lapangan dan teori "*online brain*". Konten *brain rot* yang dicirikan oleh sifatnya yang repetitif, absurd, dan tidak substantif bekerja dengan cara memanjakan sistem *reward* di otak melalui kepuasan dopamin instan. Stimulasi cepat yang terus-menerus dari video pendek membuat ambang batas stimulasi otak meningkat, sehingga aktivitas akademik yang bersifat linier dan

membutuhkan waktu lama—seperti membaca buku teks atau mendengarkan ceramah guru—terasa membosankan dan tidak lagi memuaskan bagi siswa.

Hal ini menciptakan hambatan kognitif yang nyata bagi siswa SMPN 115 Jakarta. Sebagai sekolah dengan tuntutan akademik tinggi, siswa diwajibkan memiliki kemampuan pemrosesan informasi yang mendalam (*deep processing*). Namun, paparan konten yang terfragmentasi justru mengkondisikan otak mereka untuk hanya memproses informasi secara dangkal, merusak kemampuan berpikir kritis, dan memicu kelelahan mental sebelum proses belajar benar-benar dimulai. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Psiquiatra et al., 2025) yang menemukan bahwa kecanduan medi sigital dapat menyebabkan tantangan kesehatan mental yang signifikan, termasuk kecemasan, depresi, dan isolasi sosial

Analisis Multifaktorial: Temuan 5,8% sebagai Sinyal Peringatan

Salah satu hasil paling menarik dalam penelitian ini adalah nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,058, yang berarti variabel terpaan konten *brain rot* "hanya" berkontribusi sebesar 5,8% terhadap gangguan atensi. Angka ini mungkin terlihat kecil secara numerik, namun secara sosiologis merupakan temuan yang sangat tajam. Hal ini

membuktikan bahwa masalah atensi siswa di lingkungan perkotaan seperti Jakarta bersifat multifaktorial.

Sebanyak 94,2% variasi atensi dipengaruhi oleh variabel di luar model penelitian ini, yang mencakup faktor internal seperti motivasi, tingkat kelelahan, dan kondisi emosional. Gangguan atensi juga sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti pola asuh keluarga dan efektivitas metode pengajaran guru di kelas. Temuan ini menolak pandangan reduksionis yang hanya menyalahkan media sosial sebagai penyebab tunggal penurunan prestasi belajar. Sebaliknya, konten *brain rot* bertindak sebagai katalisator atau pemicu yang memperparah masalah atensi yang mungkin sudah ada sebelumnya akibat faktor-faktor lain tersebut.

Siswa di lingkungan sekolah unggulan cenderung memiliki mekanisme regulasi diri (*self-regulation*) yang lebih terbangun. Mereka mungkin terparah konten *brain rot* sebagai bentuk pelarian (*escapism*) dari kejenuhan akademik, namun mereka memiliki kapasitas untuk kembali pada fokus utama ketika tuntutan sekolah memuncak. Hal ini membedakan mereka dari populasi remaja secara umum yang mungkin memiliki kontrol diri lebih rendah. Oleh karena itu, 94,2% tersebut diduga kuat diisi oleh variabel kesehatan mental, kualitas tidur yang seringkali

terganggu akibat beban tugas, hingga metode pengajaran guru di kelas yang harus berkompetisi dengan daya tarik visual media digital.

Implikasi bagi Strategi Pendidikan di Indonesia

Fakta bahwa pengaruh konten digital bersifat signifikan ($p < 0,001$) meskipun kontribusinya kecil menjadi dasar penting bagi pengembangan kebijakan pendidikan. Pendidik di Indonesia tidak bisa lagi hanya mengandalkan pelarangan penggunaan gawai secara total, karena hal tersebut tidak menyentuh akar permasalahan 94,2% faktor lainnya.

Hasil penelitian ini menuntut adanya redefinisi terhadap praktik literasi digital di sekolah menengah. Literasi digital tidak lagi cukup hanya sebatas mengajarkan cara mengoperasikan perangkat atau menyaring berita bohong (hoax), melainkan harus menyentuh aspek literasi kognitif. Siswa perlu disadarkan mengenai bagaimana algoritma bekerja untuk mengeksploitasi sistem dopamin mereka melalui konten-konten yang sengaja dibuat dangkal.

Strategi yang lebih mendesak adalah membangun regulasi diri digital dan ketahanan mental siswa. Pendidik perlu menciptakan metode pembelajaran yang mampu menandingi "*daya tarik*" stimulasi

digital, misalnya melalui metode pembelajaran berbasis masalah (*problem-based learning*) yang interaktif. Di sisi lain, pendampingan orang tua dalam memfilter kualitas konten menjadi krusial agar siswa tidak terjebak dalam arus konsumsi konten dangkal yang secara perlahan dapat mematikan potensi intelektual mereka di tengah gempuran distraksi digital.

Edukasi mengenai *mental hygiene* menjadi relevan untuk diajarkan, di mana siswa belajar untuk mengelola screen time bukan hanya berdasarkan durasi, tetapi juga berdasarkan kualitas konten. Mengingat arah pengaruh yang negatif—di mana peningkatan paparan berbanding lurus dengan penurunan konsentrasi—peran sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang interaktif menjadi krusial. Strategi literasi yang efektif harus mampu memperkuat 94,2% faktor internal siswa agar mereka memiliki resiliensi kognitif yang kuat terhadap gempuran konten digital yang tidak substansial

Penutup

Penelitian ini berhasil membuktikan secara empiris adanya pengaruh signifikan antara terpapar konten *brain rot* terhadap tingkat atensi siswa di SMP Negeri 115 Jakarta ($p < 0,001$). Meskipun secara numerik kontribusi variabel ini tergolong kecil, yakni sebesar

5,8%, arah pengaruh yang ditemukan bersifat negatif. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin intensif siswa terpapar pada konten digital yang dangkal, repetitif, dan absurd, maka semakin besar pula risiko penurunan kualitas fokus dan konsentrasi mereka dalam aktivitas akademik.

Temuan ini menegaskan posisi konten *brain rot* bukan sebagai satu-satunya penyebab, melainkan sebagai katalisator yang memperburuk disfungsi atensi pada remaja. Sebesar 94,2% variasi atensi dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar model penelitian ini, yang mencerminkan bahwa masalah konsentrasi siswa di era digital merupakan fenomena multifaktorial yang melibatkan aspek motivasi internal, kelelahan fisik, hingga dinamika emosional siswa.

Siswa sekolah menengah pertama, yang mengalami perubahan perkembangan yang kritis, sangat rentan terhadap gangguan dan berkurangnya kontrol perhatian ketika dihadapkan dengan sifat konten media sosial yang terfragmentasi dan seringkali tidak masuk akal (Takeuchi et al., 2018).

Sebagai rekomendasi strategis, para pendidik disarankan untuk tidak hanya menerapkan kebijakan pembatasan gawai secara kaku, melainkan lebih berfokus pada pengembangan kurikulum literasi digital yang menanamkan kemampuan

regulasi diri serta menciptakan metode pembelajaran interaktif untuk menandingi stimulasi digital yang instan. Di sisi lain, orang tua perlu menerapkan pola pendampingan aktif (*active mediation*) guna mengedukasi anak dalam memfilter kualitas konten yang dikonsumsi, bukan sekadar membatasi durasi penggunaan layar. Terakhir, bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengeksplorasi variabel mediasi atau moderasi seperti motivasi intrinsik, tingkat stres, atau pola komunikasi keluarga guna mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai ekosistem atensi siswa mengingat besarnya pengaruh faktor di luar penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Adam, N. L., & Soh, S. C. (2025). *THE COGNITIVE CONSEQUENCES OF DIGITAL ADDICTION: EXPLORING THE PHENOMENON OF "BRAIN ROT."* 10(39), 120–134.
<https://doi.org/10.35631/JIISTM.1039008>
- Amin, F., & Khan, M. F. (2020). Online Reputation and Stress: Discovering the Dark Side of Social Media. *Fiib Business Review*, 10(2), 181–192.
<https://doi.org/10.1177/2319714520948171>
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chen, J., Xu, B., & Zhang, D. (2023).

- Inter-brain coupling analysis reveals learning-related attention of primary school students.*
- Creswell, J. W. (2009). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (3rd ed.). Sage Publications, Inc.
- Firth, J., Torous, J., Stubbs, B., Firth, J. A., Steiner, G. Z., Smith, L., Alvarez-jimenez, M., Gleeson, J., Vancampfort, D., & Christopher, J. (2019). *The "online brain": how the Internet may be changing our cognition. June*, 119–129. <https://doi.org/10.1002/wps.20617>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hilman, E. (2024). *This is Your Brain on Social Media: How Social Media Use is Changing our Attention Spans* Ethan Hilman. 1–11.
- Lau, Y., Sam, I., Rénia, L., & Lee, W. (2025). *Effect of periostin (OSF-2) on phagocytosis of Plasmodium - infected erythrocytes. December*, 1–10. <https://doi.org/10.3389/fmicb.2025.1728562>
- Mohamed, A., Yousef, F., Alshamy, A., Tlili, A., Hosny, A., & Metwally, S. (2025). *Demystifying the New Dilemma of Brain Rot in the Digital Era : A Review. December 2024*.
- Nastiar, R., Najib, A., Nabil, M., Nur, A., Ulhaq, F. F., Yusuf, M. M., & Khalim, M. A. (2025). *Fenomena Brainrot pada Pelajar : Tinjauan Literatur Tentang Dampak Video Pendek terhadap Fokus dan Literasi. 2024*.
- Oxford. (2024). *'Brain rot' named Oxford Word of the Year 2024*. Oxford University Press . <https://corp.oup.com/news/brain-rot-named-oxford-word-of-the-year-2024/>
- Owens, E. (2025). *' It speaks to me in brain rot ': Theorising ' brain rot ' as a genre of participation among teenagers*. <https://doi.org/10.1177/14614448251351527>
- Pawluczuk et al. (2019) Pawluczuk, A., Webster, G., Smith, C., & Hall, H. (2019). *The Social Impact of Digital Youth Work: What Are We Looking For? Media and Communication*, 7(2), 59–68. <https://doi.org/10.17645/mac.v7i2.1907>
- Pérez-Escoda, A., García-Ruiz, R., & Aguaded, I. (2019). *Dimensions of Digital Literacy Based on Five Models of Development / Dimensiones De La Alfabetización Digital a Partir De Cinco Modelos De Desarrollo. Culture and Education*, 31(2), 232–266. <https://doi.org/10.1080/11356405.2019.1603274>
- Psiquiatria, E., Pereira, P. G., & Psiquiatria, E. (2025). *O Fenômeno " Brain Rot ": implicações na saúde mental e os desafios para a psiquiatria The Phenomenon of " Brain Rot ": implications for mental health and challenges for psychiatry El Fenómeno del " Brain Rot ": implicaciones para la salud mental y desafíos para la psiquiatria*. 1–18. <https://doi.org/10.55905/revconv.18n.1-382>
- Sari, R. P. (2025, August 12). *Pengguna Internet RI 2025 tembus 229,4 juta, gen Z Mendominasi. Cloud Computing Indonesia*. <https://www.cloudcomputing.id/berita>

/pengguna-internet-ri-2025-229-4-
juta

Stevens, R., Bleakley, A., Hennessy, M., Dunaev, J., & Gilliard-matthews, S. (2019). # *digital hood : Engagement with Risk Content on Social Media among Black and Hispanic Youth*. 74–82.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Takeuchi, H., Taki, Y., Asano, K., Asano, M., Sassa, Y., Yokota, S., Kotozaki, Y., Nouchi, R., & Kawashima, R. (2018). Impact of Frequency of Internet Use on Development of Brain Structures and Verbal Intelligence: Longitudinal Analyses. *Human Brain Mapping*, 39(11), 4471–4479. <https://doi.org/10.1002/hbm.24286>