

ABSTRAK

Warintan, D. (2025). Hubungan Antara *Doomscrolling* dengan Kecemasan Pada Individu Dewasa Awal Pengguna Media Sosial. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *doomscrolling* dengan kecemasan pada individu dewasa awal pengguna media sosial. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara *doomscrolling* dengan kecemasan pada individu dewasa awal pengguna media sosial. Subjek penelitian ini berjumlah 258, terdiri dari 208 perempuan dan 50 laki-laki. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal berusia 18-35 tahun dan pengguna *platform* media sosial. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *doomscrolling* merupakan modifikasi dari skala Sharma dkk. (2022) berjumlah 24 aitem dan alat ukur kecemasan yang disusun sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Clark dan Beck (2012) berjumlah 41 aitem. Pengambilan data penelitian menggunakan kuesioner yang disebar melalui *google form*. Hasil uji reliabilitas dengan nilai *Alpha Cronbach* untuk skala *doomscrolling* sebesar 0.921 dan skala kecemasan sebesar 0.947. Hasil uji korelasi menunjukkan skor koefisien korelasi sebesar ($r=0.555$) dan nilai signifikansi sebesar $p<0.001$. Berdasarkan hasil tersebut, disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang sedang antara *doomscrolling* dengan kecemasan pada individu dewasa awal pengguna media sosial.

Kata kunci: *doomscrolling*, kecemasan, dewasa awal, media sosia

ABSTRACT

Warintan, D. (2025). The Relationship Between Doomscrolling and Anxiety in Early Adult Social Media Users. Thesis. Yogyakarta: Psychology, Faculty of Psychology, Sanata Dharma University.

This study aims to determine the relationship between doomscrolling and anxiety in young adult social media users. The hypothesis of this study is that there is a positive relationship between doomscrolling and anxiety in young adult social media users. The subjects of this study numbered 258, consisting of 208 women and 50 men. The criteria for subjects in this study were young adults aged 18-35 years and social media platform users. This study was a quantitative correlational study using convenience sampling. The measurement tool used to measure doomscrolling was modified from the Sharma et al. (2022) scale, consisting of 24 items, and the anxiety measurement tool was developed by the researcher based on the theory of Clark and Beck (2012), consisting of 41 items. Data collection was conducted using a questionnaire distributed via Google Forms. The reliability test results showed a Cronbach's Alpha value of 0.921 for the doomscrolling scale and 0.947 for the anxiety scale. The correlation test results showed a correlation coefficient score of ($r=0.555$) and a significance value of $p<0.001$. Based on these results, it was concluded that there is a moderate positive relationship between doomscrolling and anxiety in young adult social media users.

Keywords: doomscrolling, anxiety, early adulthood, social media