

Tanggu, F. (2026). Hubungan Frekuensi *Doomscrolling* Dengan Tingkat Stres Pada Remaja SMPN 02 Wagir Kecamatan Wagir Kabupaten Malang. Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang, Pembimbing I: Wahidyanti Rahayu Hastutiningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep. Pembimbing II: Neni Maemunah, S. Kep., MMRS.

ABSTRAK

Doomscrolling pada remaja saat ini mengalami peningkatan yang signifikan. *Doomscrolling* yang berlebihan akan berdampak negatif. Salah satu dampak negatif yang ditimbulkan yakni stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan frekuensi *doomscrolling* dengan tingkat stres pada remaja SMPN 02 Wagir Kecamatan Wagir Kabupaten Malang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Sampel sejumlah 126 remaja yang diambil dengan teknik *simple random sampling* yang sesuai dengan kriteria inklusi yakni siswa kelas VIII A-F SMPN 02 Wagir Kecamatan Wagir Kabupaten Malang dan bersedia menjadi responden. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner *doomscrolling questionnaire* dan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS). Analisis data menggunakan uji *spearman's rho*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa besar remaja SMPN 02 Wagir Kecamatan Wagir Kabupaten Malang memiliki frekuensi *doomscrolling* yang rendah sebanyak 67 orang (61,9%) dan tingkat stres yang ringan (64,3%). Hasil uji *spearman* menunjukkan ada hubungan frekuensi *doomscrolling* dengan tingkat stres pada remaja SMPN 02 Wagir Kecamatan Wagir Kabupaten Malang dengan nilai $p\text{-value} = 0,032 < 0,05$ dan nilai *correlation coefficient* (r) sebesar 0,191 yang berarti keeratan hubungan analisis yang lemah. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk lebih mengembangkan lagi mengenai frekuensi *doomscrolling* dengan tingkat stres pada remaja

Kata Kunci : *Doomscrolling, Remaja, Stres.*

Tanggu. F. (2026). *The Relationship Between Doomscrolling Frequency and Stress Levels in Adolescents at SMPN 02 Wagir, Wagir District, Malang Regency. Thesis, Faculty of Health Sciences, Tribhuwana Tungga Dewi University, Malang, Supervisor I: Wahidyanti Rahayu Hastutiningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep. Supervisor II: Neni Maemunah, S. Kep., MMRS.*

ABSTRACT

Doomscrolling among teenagers is currently experiencing a significant increase. Excessive doomscrolling will have negative impacts. One of the negative impacts is stress. This study aims to determine the relationship between doomscrolling frequency and stress levels in teenagers at SMPN 02 Wagir, Wagir District, Malang Regency. This study used a quantitative method with a cross-sectional design. A sample of 126 teenagers was taken using a simple random sampling technique that met the inclusion criteria, namely students of grades VIII A-F SMPN 02 Wagir, Wagir District, Malang Regency and were willing to be respondents. The instruments used were a doomscrolling questionnaire and a Perceived Stress Scale (PSS) questionnaire. Data analysis used the Spearman's rho test. The results of this study indicate that most teenagers at SMPN 02 Wagir, Wagir District, Malang Regency have a low doomscrolling frequency of 67 people (61.9%) and a mild stress level (64.3%). The Spearman test results show a relationship between doomscrolling frequency and stress levels in adolescents at SMPN 02 Wagir, Wagir District, Malang Regency, with a p-value of $0.032 < 0.05$ and a correlation coefficient (r) of 0.191, indicating a weak relationship. Further research can consider further developing the analysis of doomscrolling frequency and stress levels in adolescents.

Keywords: Doomscrolling, Adolescents, Stress.