

LAMPIRAN

Pedoman Wawancara

A. Pertanyaan Pembuka

(Membangun Konteks & Kepercayaan)

1. Bisa ceritakan sedikit tentang diri kamu (usia, aktivitas harian, sekolah/kuliah/pekerjaan)?
2. Media sosial apa saja yang paling sering kamu gunakan dalam keseharian?
3. Sejak kapan kamu menggunakan media sosial?
4. Dalam sehari, kira-kira berapa lama kamu menghabiskan waktu di media sosial?

B. Kebiasaan Digital & Konsumsi Konten (Pengalaman Empiris)

(Menggali pola overkonsumsi dan konteks brain rot)

5. Biasanya, konten seperti apa yang paling sering kamu tonton atau konsumsi di media sosial? Apa yang membuat konten itu menarik?
6. Apa yang biasanya mendorong kamu terus menggulir layar (scrolling), meskipun tidak ada tujuan khusus? Apa yang kamu rasakan saat itu?
7. Pernahkah kamu merasa “terjebak” dalam menonton konten pendek secara terus-menerus? Bisa ceritakan pengalamannya?
8. Dalam pengalaman kamu, apakah sulit berhenti dari media sosial meskipun sadar waktunya sudah lama?

C. Pengalaman *Brain rot* (Kesadaran & Dampak)

(Menggali fenomena sebagaimana dialami subjek)

9. Apakah kamu pernah mendengar istilah “*brain rot*”? Jika ya, apa yang kamu pahami tentang istilah itu?
10. Pernahkah kamu merasa sulit fokus, cepat bosan, atau kesulitan berpikir mendalam setelah lama menggunakan media sosial? Pernahkah kamu merasa malas berpikir atau membaca agak panjang?
11. Apakah kebiasaan digital pernah memengaruhi: kemampuan belajar? konsentrasi? motivasi? kesehatan mental atau emosional?
12. Bagaimana perasaan kamu setelah menghabiskan waktu lama dengan konten yang ringan atau hiburan instan?

13. Menurut kamu, banyak konten yang kamu tonton sehari-hari secara daring itu penting dan bermanfaat atau tidak? Apa yang membuat suatu konten dangkal atau berkualitas?

D. *Brain rot* & Kehidupan Batin/Spiritualitas

(Masuk ke dimensi teologis secara fenomenologis)

14. Dalam hidup iman kamu, apa arti doa, refleksi, atau keheningan?
15. Apakah kamu merasa media sosial memengaruhi kebiasaan doa atau relasi kamu dengan Tuhan? Bagaimana?
16. Pernahkah kamu merasa sulit hening, fokus berdoa, atau merenung karena pikiran terus “melompat-lompat”?
17. Apakah kamu pernah mengalami perasaan kosong secara batin setelah lama berada di dunia digital?
18. Apakah media sosial mempengaruhi keaktifan kamu dalam hidup menggereja?

E. Relasi Digital, Relasi Nyata, dan Relasi dengan Tuhan

(Dimensi relasional teologi siber)

19. Menurut kamu, apakah media sosial lebih mendekatkan atau menjauhkan kamu dari orang-orang terdekat? Mengapa?
20. Pernahkah kamu merasa kesepian meski banyak *online*?
21. Apakah kamu merasa relasi digital memengaruhi cara kamu melihat diri sendiri dan orang lain?
22. Dalam pengalaman iman kamu, apakah Tuhan terasa lebih dekat, sama saja, atau justru lebih jauh di tengah kehidupan digital?

F. Media Digital sebagai Ruang Iman (Ambivalensi & Potensi)

(Menjaga keseimbangan: kritik dan peluang)

23. Apakah kamu pernah menggunakan media sosial untuk hal-hal rohani (misalnya renungan, misa online, konten iman)?
24. Menurut kamu, dalam hal interaksi dengan konten-konten rohani di media digital, kamu seorang yang aktif (membuat konten, berkomentar, dan membagi konten tersebut) atau pasif (membaca atau menonton saja untuk konsumsi pribadi)?
25. Apakah kamu berlangganan (*subscribe*) akun-akun rohani tertentu?

26. Menurut kamu, apa manfaat dan risiko media digital bagi pertumbuhan iman kaum muda?
 27. Apakah mungkin dunia digital menjadi ruang yang sehat untuk bertumbuh secara rohani? Mengapa?
- G. Refleksi Etis & Spiritualitas (Bahan Analisis Teologi Siber)
- (Menyentuh imago Dei dan discernment)*
28. Menurut kamu, apakah cara kita menggunakan media sosial mencerminkan martabat manusia sebagai ciptaan Tuhan?
 29. Pernahkah kamu merasa “dikendalikan” oleh teknologi atau algoritma?
 30. Apa arti menggunakan media digital secara bijaksana bagi kamu sebagai orang muda Katolik?
 31. Apakah kamu tahu pandangan Gereja Katolik tentang internet dan media komunikasi lainnya?
- H. Harapan & Rekomendasi (Implikasi Formasi Spiritualitas)
- (Menjawab tujuan praktis penelitian)*
32. Apa yang paling sulit bagi orang muda dalam mengatur HP dan media sosial?
 33. Menurut kamu, apa yang paling dibutuhkan kaum muda agar tidak terjebak dalam *brain rot*?
 34. Apa peran Gereja atau komunitas iman dalam mendampingi kaum muda menghadapi tantangan digital?
 35. Jika kamu bisa mengubah satu kebiasaan digital demi hidup rohani yang lebih sehat, apa itu?
- I. Pertanyaan Penutup
36. Apakah ada pengalaman atau refleksi lain tentang media digital, iman, dan hidup kamu yang ingin kamu bagikan?
 37. Pesan apa yang ingin kamu sampaikan kepada Gereja atau orang dewasa tentang kehidupan digital kaum muda?