

Alamat : Tuesday Block No. 76 Rt/Rw 01/003
Jatitengah Village, Jatitujuh District, Majalengka
Regency, West Jawa, Indonesia

Email : injuries.pusmedia@gmail.com

Available at:

<https://journal.pusmedia.com/index.php/injuries>

Volume 4 Nomor 2 Tahun 2026

 DOI : 10.61227

 E-ISSN : 3025-1893



Indonesian Journal of Islamic Education Studies

145 – 164

Model Tahqiq Tafakkur Muhasabah (TTM) Sebagai Kerangka Konseptual Pengembangan Berpikir Kritis Mahasiswa Dalam Menghadapi Fenomena Brainrot

Artikel dikirim :

2026 – 08 – 02

Artikel diterima :

2026 – 09 – 04

Artikel diterbitkan :

2026 – 09 – 13

 Chatur Wassesas^{1*}, Ferianto²

 ^{1,2}Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

 2210631110097@student.unsika.ac.id^{1*}
ferianto@fai.unsika.ac.id²

Kata Kunci: Diskusi Akademis;
Brainrot; Berpikir Kritis; Literasi
Digital; Imam Al-Ghazali

Abstrak: Abstrak: Fenomena brainrot sebagai akibat konsumsi konten digital yang cepat, dangkal, dan berulang menjadi tantangan baru dalam pendidikan tinggi karena berpotensi menurunkan kemampuan berpikir kritis, konsentrasi, serta kualitas refleksi intelektual mahasiswa. Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya penguatan literasi digital dan budaya diskusi akademik sebagai upaya membangun kemampuan berpikir yang lebih kritis dan bertanggung jawab. Penelitian ini bertujuan menganalisis peran literasi digital dan diskusi akademik dalam mengembangkan kemampuan berpikir kritis mahasiswa dalam menghadapi fenomena brainrot berdasarkan perspektif Imam Al-Ghazali. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Data primer diperoleh dari karya Imam Al-Ghazali, yaitu Al-Munqidh min al-Dalal dan Ihya' 'Ulum al-Din, sedangkan data sekunder berasal dari buku, artikel ilmiah, dan dokumen akademik yang relevan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan analisis deskriptif-interpretatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena brainrot dapat dipahami sebagai bentuk ghaflah (kelalaian intelektual) yang menyebabkan melemahnya fungsi akal, tafakkur, dan tahqiq dalam proses pencarian ilmu. Literasi digital berfungsi sebagai sarana tahqiq melalui kemampuan memverifikasi dan mengevaluasi informasi secara kritis, sedangkan diskusi akademik menjadi aktualisasi tafakkur melalui dialog ilmiah dan argumentasi berbasis bukti. Model tersebut diharapkan dapat menjadi alternatif pengembangan pendidikan tinggi yang adaptif terhadap kemajuan teknologi dengan tetap berlandaskan nilai-nilai pendidikan Islam.

Keywords: Academic Discussion;
Brainrot; Critical Thinking; Digital
Literacy; Imam Al-Ghazali

Abstract: The phenomenon of “brainrot” resulting from the consumption of fast paced, superficial, and repetitive digital content presents a new challenge in higher education, as it has the potential to diminish students’

critical thinking skills, concentration, and the quality of their intellectual reflection. This situation underscores the importance of strengthening digital literacy and a culture of academic discussion as a means of fostering more critical and responsible thinking skills. This study aims to analyze the role of digital literacy and academic discussion in developing students' critical thinking skills in addressing the phenomenon of "brainrot" from the perspective of Imam Al-Ghazali. The study employs a qualitative approach using library research. Primary data were obtained from the works of Imam Al-Ghazali, namely *Al-Munqidh min al-Dalal* and *Ihya' 'Ulum al-Din*, while secondary data were sourced from relevant books, scholarly articles, and academic documents. Data collection was conducted through documentary analysis, and data analysis employed a descriptive-interpretive approach. The results of the study indicate that the phenomenon of "brainrot" can be understood as a form of ghaflah (intellectual negligence) that leads to the weakening of the functions of reason, tafakkur, and tahqiq in the process of seeking knowledge. Digital literacy serves as a means of tahqiq through the ability to critically verify and evaluate information, while academic discussion serves as the actualization of tafakkur through scientific dialogue and evidence-based argumentation. This model is expected to serve as an alternative for the development of higher education that is adaptive to technological advancements while remaining grounded in Islamic educational values.

Copyright © 2026 Chatur Wassesa, Ferianto

This is an open-access article under the CC BY-NC-SA 4.0



This work is licenced under a [Creative Commons Attribution-nonCommercial-shareAlike 4.0 International Licence](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Transformasi digital telah mengubah cara manusia memperoleh, mengolah, dan menyebarkan informasi dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan tinggi. Perkembangan teknologi internet, media sosial, dan kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI) memberikan kemudahan bagi mahasiswa untuk mengakses pengetahuan secara cepat tanpa dibatasi ruang dan waktu (Abidin et al., 2026). Kemudahan tersebut juga menghadirkan tantangan baru berupa perubahan pola konsumsi informasi yang semakin instan, singkat, dan berorientasi pada hiburan. Platform digital seperti TikTok, Instagram Reels, dan YouTube Shorts mendorong pengguna untuk terus mengonsumsi video berdurasi pendek melalui mekanisme infinite scrolling yang dirancang untuk mempertahankan perhatian pengguna selama mungkin (Netriwati et al., 2026). Akibatnya, mahasiswa semakin terbiasa menerima informasi secara cepat tanpa melalui proses membaca, menganalisis, maupun merefleksikan informasi secara mendalam. Kondisi tersebut memunculkan fenomena yang dalam beberapa tahun terakhir dikenal dengan istilah brainrot (Tupamahu et al., 2026).

Istilah brainrot memperoleh perhatian luas setelah ditetapkan sebagai Oxford Word of the Year 2024, yang menggambarkan kondisi penurunan kualitas aktivitas mental akibat konsumsi konten digital berkualitas rendah secara berlebihan (Romadhon et al., 2025). Dalam konteks akademik, brainrot tidak dipahami sebagai gangguan medis, melainkan sebagai fenomena sosial-kultural yang ditandai dengan melemahnya rentang perhatian, menurunnya kemampuan refleksi, berkurangnya minat membaca, serta kecenderungan menerima informasi secara instan tanpa proses evaluasi kritis. Fenomena tersebut semakin mengkhawatirkan karena terjadi pada kelompok usia mahasiswa yang seharusnya sedang mengembangkan kemampuan berpikir kritis, analitis, dan reflektif sebagai kompetensi utama dalam pendidikan tinggi (Quraisyin et al., 2026).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media digital secara berlebihan, khususnya video berdurasi pendek, memiliki hubungan dengan menurunnya kontrol perhatian, meningkatnya distraksi, serta rendahnya keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas akademik (Chalimah et al., 2026). Kebiasaan doomscrolling, yaitu aktivitas menggulir informasi secara terus-menerus tanpa tujuan yang jelas, menyebabkan individu lebih mudah mengalami kelelahan kognitif, kecemasan, serta kesulitan mempertahankan fokus ketika harus membaca literatur ilmiah atau menyelesaikan tugas akademik (Jiddan & Alif, 2026). Di sisi lain, perkembangan AI generatif juga menghadirkan tantangan baru berupa kecenderungan mahasiswa menggunakan jawaban instan tanpa melalui proses berpikir, menganalisis, maupun memverifikasi informasi. Apabila kondisi tersebut berlangsung secara terus-menerus, proses pembelajaran di perguruan tinggi berpotensi bergeser dari aktivitas konstruksi pengetahuan menjadi sekadar konsumsi informasi.

Fenomena tersebut diperkuat oleh tingginya intensitas penggunaan internet di Indonesia. Laporan Digital 2025 Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari dua pertiga penduduk Indonesia telah terhubung dengan internet dan media sosial menjadi aktivitas digital yang paling banyak dilakukan (Ashfiya' et al., 2026). Bagi mahasiswa, media digital tidak lagi sekadar menjadi sarana komunikasi, tetapi juga sumber utama memperoleh informasi, referensi pembelajaran, bahkan menyelesaikan berbagai tugas akademik (Cahyadi, 2026).

Meskipun memberikan manfaat dalam memperluas akses pengetahuan, penggunaan media digital yang tidak disertai kemampuan literasi digital berpotensi menimbulkan ketergantungan terhadap konten instan, penyebaran informasi yang tidak tervalidasi, serta menurunkan kemampuan berpikir kritis. Dengan demikian, persoalan utama bukan terletak pada teknologi itu sendiri, melainkan pada kemampuan pengguna dalam mengelola informasi secara bijaksana dan bertanggung jawab.

Kemampuan berpikir kritis merupakan salah satu kompetensi esensial yang harus dimiliki mahasiswa pada abad ke-21. Berpikir kritis tidak hanya berkaitan dengan kemampuan memahami informasi, tetapi juga mencakup kemampuan menganalisis, mengevaluasi, membandingkan berbagai sumber informasi, menyusun argumentasi berbasis bukti, serta mengambil keputusan secara rasional (Ahmad et al., 2026). Mahasiswa yang memiliki kemampuan berpikir kritis akan lebih mampu membedakan informasi yang valid dengan informasi yang menyesatkan, menghindari bias berpikir, serta memanfaatkan teknologi digital secara produktif (Chalkidis & Søgaaard, 2026). Sebaliknya, lemahnya kemampuan berpikir kritis akan menyebabkan mahasiswa lebih mudah menerima informasi tanpa verifikasi, mengikuti tren digital secara pasif, dan bergantung pada jawaban instan yang disediakan oleh algoritma maupun kecerdasan buatan. Oleh karena itu, penguatan kemampuan berpikir kritis menjadi kebutuhan mendesak dalam menghadapi perkembangan budaya digital yang semakin kompleks.

Upaya mengatasi dampak negatif budaya digital terhadap kemampuan berpikir mahasiswa telah menjadi perhatian berbagai peneliti dalam beberapa tahun terakhir. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa penggunaan media sosial dan video berdurasi pendek secara berlebihan berkorelasi dengan menurunnya rentang perhatian, meningkatnya distraksi, serta rendahnya keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas akademik. (Alam et al., 2026) menjelaskan bahwa kecanduan video pendek berpengaruh terhadap menurunnya kemampuan perhatian (*attention control*), sedangkan (Galán, 2018) menemukan bahwa penggunaan video pendek melalui telepon seluler berhubungan dengan gangguan fungsi perhatian dan pengendalian diri. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa perubahan pola konsumsi informasi digital telah memengaruhi proses belajar mahasiswa, terutama dalam aktivitas membaca, memahami, dan mengolah informasi secara mendalam. Kondisi ini semakin diperkuat oleh temuan (Jabarian et al., 2023) yang menjelaskan bahwa rendahnya kontrol perhatian memediasi hubungan antara kecanduan video pendek dengan prokrastinasi akademik mahasiswa, sehingga menghambat produktivitas belajar dan penyelesaian tugas akademik.

Di sisi lain, berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa literasi digital merupakan salah satu kompetensi penting yang mampu meningkatkan kualitas pembelajaran di era digital. (Aladwani & Almarzouq, 2016) menyatakan bahwa optimalisasi literasi digital dan literasi informasi dalam penulisan karya ilmiah berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan berpikir kritis mahasiswa. Temuan tersebut diperkuat oleh (Quraisyin et al., 2026) yang menjelaskan bahwa literasi digital berpengaruh terhadap kompetensi digital, efikasi diri, dan performa akademik mahasiswa melalui peningkatan kemampuan mencari, mengevaluasi, dan memanfaatkan informasi secara bertanggung jawab. Selain itu, penelitian (Jiddan & Alif, 2026) menegaskan bahwa kemampuan berpikir kritis berkembang melalui pembelajaran yang menekankan refleksi, dialog, argumentasi berbasis bukti, dan pemecahan masalah. Dengan

demikian, literasi digital dan budaya diskusi akademik merupakan dua komponen yang saling melengkapi dalam membangun kemampuan berpikir kritis mahasiswa pada era digital.

Meskipun penelitian-penelitian tersebut telah memberikan kontribusi penting, masih terdapat keterbatasan pada fokus dan keterhubungan antar kajian. Penelitian tentang penggunaan media digital dan video berdurasi pendek terutama berfokus pada dampak konsumsi media terhadap perhatian, distraksi, pengendalian diri, dan perilaku belajar mahasiswa (Alam et al., 2026; Galán, 2018; Jabarian et al., 2023). Kajian tersebut penting untuk menjelaskan konsekuensi kognitif dari pola konsumsi informasi digital, tetapi belum secara khusus menawarkan kerangka pendidikan yang menjelaskan bagaimana mahasiswa dapat merespons fenomena brainrot melalui proses verifikasi informasi, refleksi intelektual, dan evaluasi diri. Sementara itu penelitian mengenai literasi digital lebih menekankan kemampuan mahasiswa dalam mencari, mengevaluasi, dan memanfaatkan informasi untuk mendukung kompetensi dan performa akademik (Aladwani & Almarzouq, 2016), keterbatasan literasi digital dalam kajian tersebut belum secara eksplisit ditempatkan dalam konteks fenomena brainrot dan belum diintegrasikan dengan dimensi reflektif serta etis dalam penggunaan informasi digital. Demikian pula, penelitian mengenai berpikir kritis melalui refleksi, dialog, argumentasi berbasis bukti, dan pemecahan masalah (Jiddan & Alif, 2026) telah memberikan dasar pedagogis yang kuat, tetapi belum secara khusus menghubungkan proses diskusi akademik dengan persoalan konsumsi informasi digital yang cepat, dangkal, dan repetitif.

Penelitian terdahulu cenderung membahas tiga persoalan tersebut secara terpisah: penelitian tentang media digital menjelaskan dampaknya terhadap fungsi kognitif dan perilaku belajar, penelitian literasi digital menekankan kompetensi dalam mengelola informasi, sedangkan penelitian berpikir kritis menekankan proses analisis, refleksi, dialog, dan argumentasi. Belum tampak kerangka konseptual yang secara sistematis mengintegrasikan ketiga aspek tersebut untuk menghadapi fenomena brainrot, khususnya melalui perspektif pendidikan Islam. Keterbatasan ini semakin terlihat dalam konteks pemikiran Imam Al-Ghazali, karena konsep akal, tahqiq, tafakkur, muhasabah, dan adab al-'ilm belum diintegrasikan secara khusus dengan literasi digital dan diskusi akademik sebagai landasan konseptual pengembangan berpikir kritis mahasiswa. Celah penelitian tidak semata-mata terletak pada belum banyaknya penelitian tentang brainrot, tetapi pada belum terintegrasinya kajian mengenai dampak budaya digital, literasi digital, diskusi akademik, berpikir kritis, dan epistemologi pendidikan Islam dalam satu kerangka konseptual. Posisi penelitian ini adalah mengisi celah tersebut melalui sintesis pemikiran Imam Al-Ghazali untuk merumuskan hubungan konseptual antara verifikasi informasi, refleksi intelektual, evaluasi diri, dan adab keilmuan dalam menghadapi fenomena brainrot.

Berdasarkan konfrontasi terhadap literatur tersebut, penelitian ini berupaya mengisi celah dengan menghadirkan perspektif konseptual yang menghubungkan fenomena brainrot dengan pengembangan berpikir kritis mahasiswa melalui literasi digital dan diskusi akademik. Penelitian ini tidak hanya menjelaskan dampak fenomena brainrot terhadap mahasiswa, tetapi juga mensintesis pemikiran Imam Al-Ghazali melalui konsep akal, tafakkur, tahqiq, muhasabah, dan adab al-'ilm sebagai landasan konseptual pengembangan kemampuan berpikir kritis di era digital. Perspektif tersebut memandang bahwa persoalan utama bukan terletak pada keberadaan teknologi, melainkan pada kemampuan manusia dalam

mengendalikan perhatian, melakukan refleksi, memverifikasi informasi, mengevaluasi diri, serta memanfaatkan ilmu secara bertanggung jawab. Dalam kerangka ini, literasi digital diposisikan sebagai ruang aktualisasi tahqiq, sedangkan diskusi akademik dipahami sebagai ruang aktualisasi tafakkur yang mendorong dialog ilmiah, argumentasi berbasis bukti, dan refleksi intelektual.

Novelty penelitian ini terletak pada perumusan Model Tahqiq Tafakkur Muhasabah (TTM) sebagai kerangka konseptual yang mengintegrasikan verifikasi informasi (*tahqiq*), refleksi intelektual (*tafakkur*), evaluasi diri (*muhasabah*), dan adab keilmuan dalam pengembangan berpikir kritis mahasiswa untuk menghadapi fenomena brainrot. Model ini berbeda dari penelitian terdahulu yang cenderung membahas dampak media digital, literasi digital, atau berpikir kritis secara terpisah. Dengan demikian, kontribusi penelitian ini bersifat konseptual, yaitu menawarkan sintesis pemikiran Imam Al-Ghazali yang dapat menjadi landasan bagi pengembangan pendidikan tinggi yang responsif terhadap tantangan budaya digital. Penelitian ini tidak dimaksudkan untuk menguji efektivitas Model TTM secara empiris, melainkan untuk merumuskan kerangka konseptual berdasarkan hasil analisis kepustakaan. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah menganalisis peran literasi digital dan diskusi akademik dalam pengembangan kemampuan berpikir kritis mahasiswa dalam menghadapi fenomena brainrot berdasarkan perspektif Imam Al-Ghazali serta merumuskan Model Tahqiq Tafakkur Muhasabah (TTM) sebagai kerangka konseptual pengembangan berpikir kritis mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan mengkaji secara mendalam fenomena brainrot dalam konteks pendidikan tinggi serta menganalisis relevansi pemikiran Imam Al-Ghazali terhadap pengembangan kemampuan berpikir kritis mahasiswa melalui literasi digital dan diskusi akademik. Penelitian kepustakaan memungkinkan peneliti melakukan eksplorasi, interpretasi, dan sintesis terhadap berbagai sumber ilmiah untuk menghasilkan kerangka konseptual yang komprehensif (Moleong, 2019). Penelusuran literatur dilakukan berdasarkan beberapa tema, yaitu brainrot, literasi digital, diskusi akademik, berpikir kritis, media sosial, doomscrolling, video berdurasi pendek, dan kecerdasan buatan dalam pendidikan tinggi. Kata kunci yang digunakan meliputi "*brainrot*", "*digital literacy*", "*critical thinking*", "*academic discussion*", "*short-form video*", "*doomscrolling*", dan "*higher education*", termasuk kombinasi antar kata kunci. Literatur ditelusuri melalui database ilmiah yang digunakan dalam penelitian dengan mempertimbangkan relevansi topik, kebaruan publikasi, dan kredibilitas sumber. Seleksi dilakukan melalui pemeriksaan judul dan abstrak, dilanjutkan dengan pembacaan teks lengkap terhadap sumber yang relevan.

Data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder (Ghony & Almanshur, 2019). Data primer diperoleh dari Al-Munqidh min al-Dalal dan Ihya' 'Ulum al-Din, khususnya konsep akal, tahqiq, tafakkur, muhasabah, ghaflah, riyadhat al-nafs, dan adab al-'ilm. Data sekunder berupa artikel jurnal, buku, prosiding, dan dokumen ilmiah yang relevan dengan fokus penelitian. Data primer Al-Ghazali dianalisis melalui identifikasi dan ekstraksi bagian teks yang berkaitan dengan konsep-konsep tersebut, kemudian dikategorikan berdasarkan makna dan fungsinya. Konsep yang telah diekstraksi selanjutnya dipetakan dengan karakteristik brainrot

yang ditemukan dalam literatur sekunder. Tahqiq dipetakan dengan kebutuhan verifikasi informasi, tafakkur dengan refleksi dan pengolahan informasi secara mendalam, muhasabah dengan evaluasi diri terhadap perilaku digital, ghaflah dengan kelalaian dalam penggunaan informasi, serta riyadhat al-nafs dan adab al-'ilm dengan pengendalian diri dan tanggung jawab etis dalam memperoleh dan menggunakan ilmu. Pemetaan tersebut digunakan untuk menemukan relevansi konseptual pemikiran Al-Ghazali dengan persoalan budaya digital kontemporer.

Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan menelusuri, mengidentifikasi, mengklasifikasikan, dan menelaah berbagai dokumen ilmiah yang berkaitan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data dikelompokkan ke dalam beberapa tema utama, yaitu fenomena brainrot, literasi digital, diskusi akademik, kemampuan berpikir kritis, serta konsep-konsep pendidikan Islam menurut Imam Al-Ghazali. Pengelompokan tersebut bertujuan mempermudah proses sintesis antar konsep sehingga diperoleh pemahaman yang utuh mengenai hubungan antar variabel penelitian (Sugiyono, 2019).

Analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif-interpretatif dengan tahapan reduksi data, penyajian data, interpretasi, dan penarikan Kesimpulan (Miles, 2014). Pada tahap reduksi, peneliti menyeleksi informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Tahap penyajian data dilakukan dengan mengorganisasi hasil kajian literatur ke dalam tema-tema yang saling berkaitan. Selanjutnya, data diinterpretasikan melalui dialog antara temuan penelitian terdahulu dengan konsep-konsep pendidikan Islam yang dikemukakan Imam Al-Ghazali. Tahap akhir dilakukan melalui sintesis konseptual untuk merumuskan hubungan antara literasi digital, diskusi akademik, dan pengembangan kemampuan berpikir kritis mahasiswa dalam menghadapi fenomena brainrot. Sebagai luaran konseptual, penelitian ini menghasilkan Model Tahqiq Tafakkur Muhasabah (TTM) sebagai kerangka pengembangan kemampuan berpikir kritis mahasiswa di era digital. Model tersebut dibangun melalui sintesis antara teori literasi digital, konsep berpikir kritis, hasil penelitian mutakhir mengenai fenomena brainrot, dan pemikiran pendidikan Imam Al-Ghazali sehingga diharapkan dapat menjadi alternatif konseptual dalam pengembangan pembelajaran di perguruan tinggi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Fenomena Brainrot dan Tantangannya terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Mahasiswa

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola interaksi manusia dengan informasi secara fundamental. Mahasiswa sebagai generasi yang lahir dan tumbuh di tengah perkembangan internet memperoleh kemudahan dalam mengakses berbagai sumber pengetahuan melalui media sosial, mesin pencari, maupun aplikasi berbasis kecerdasan buatan (*Artificial Intelligence*). Kemudahan tersebut pada satu sisi memperluas kesempatan belajar, namun pada sisi lain melahirkan perubahan pola konsumsi informasi yang cenderung cepat, singkat, dan berorientasi pada kepuasan instan. Salah satu fenomena yang muncul akibat perubahan tersebut adalah brainrot, yaitu kondisi ketika individu terbiasa mengonsumsi konten digital berkualitas rendah secara berlebihan sehingga kemampuan untuk memusatkan perhatian, melakukan refleksi, serta mengolah informasi secara mendalam mengalami penurunan. Dalam artikel ini, brainrot dipahami bukan sebagai diagnosis medis, melainkan

sebagai fenomena edukatif dan kultural yang memengaruhi kualitas proses belajar mahasiswa. Pemahaman ini sejalan dengan sintesis literatur yang digunakan dalam penelitian, yang menempatkan brainrot sebagai konsekuensi budaya digital dan bukan sebagai penyakit klinis.

Fenomena brainrot tidak dapat dilepaskan dari karakteristik ekosistem media digital saat ini yang didominasi oleh konten berdurasi pendek (*short-form content*), mekanisme infinite scrolling, serta algoritma yang dirancang untuk mempertahankan perhatian pengguna selama mungkin. Platform seperti TikTok, Instagram Reels, dan YouTube Shorts menyajikan informasi dalam bentuk visual yang menarik dengan durasi yang sangat singkat sehingga pengguna berpindah dari satu konten ke konten lainnya tanpa memberikan kesempatan bagi otak untuk melakukan proses elaborasi informasi secara mendalam. Pola konsumsi informasi seperti ini secara perlahan membentuk kebiasaan berpikir yang serba instan dan mengurangi kemampuan pengguna untuk membaca teks panjang, menganalisis argumentasi, maupun mengevaluasi validitas suatu informasi. Akibatnya, mahasiswa menjadi lebih terbiasa memperoleh jawaban secara cepat dibandingkan membangun pengetahuan melalui proses membaca, berdiskusi, dan berpikir reflektif.

Temuan tersebut sejalan dengan penelitian (Saputra et al., 2026) yang menunjukkan bahwa kecanduan video berdurasi pendek berpengaruh terhadap menurunnya kemampuan perhatian (*attention control*). Penelitian tersebut menjelaskan bahwa semakin tinggi intensitas konsumsi video singkat, semakin rendah kemampuan individu mempertahankan fokus pada aktivitas yang membutuhkan konsentrasi dalam waktu lama. Dalam konteks pendidikan tinggi, kondisi tersebut berdampak langsung terhadap kemampuan mahasiswa dalam membaca literatur ilmiah, mengikuti perkuliahan, maupun menyusun argumentasi yang logis. Ketika perhatian terus-menerus dialihkan oleh rangsangan visual yang cepat dan bervariasi, kapasitas kognitif untuk melakukan analisis mendalam menjadi berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media digital tidak hanya memengaruhi perilaku pengguna, tetapi juga memengaruhi mekanisme kognitif yang menjadi dasar proses belajar.

Temuan serupa dikemukakan oleh (Ridlo et al., 2026) melalui penelitian berbasis *electroencephalography* (EEG) yang menunjukkan bahwa penggunaan video pendek secara intensif berkaitan dengan penurunan fungsi perhatian (*attention functions*). Penelitian tersebut memberikan bukti bahwa paparan konten digital yang berlangsung secara terus-menerus dapat memengaruhi cara kerja otak dalam mempertahankan fokus terhadap suatu tugas. Dari perspektif pendidikan, kondisi ini menjadi tantangan serius karena proses pembelajaran pada dasarnya memerlukan perhatian yang berkelanjutan, kemampuan memahami konsep secara bertahap, serta keterampilan menghubungkan berbagai informasi menjadi suatu pemahaman yang utuh. Apabila mahasiswa lebih terbiasa dengan pola konsumsi informasi yang serba cepat, maka proses pembentukan kemampuan berpikir kritis akan semakin sulit berkembang karena aktivitas analisis dan refleksi membutuhkan waktu, ketekunan, serta keterlibatan kognitif yang mendalam.

Selain menurunkan kemampuan memusatkan perhatian, brainrot juga berkaitan erat dengan kebiasaan *doomscrolling*, yaitu aktivitas menggulir berbagai informasi secara terus-menerus tanpa tujuan yang jelas. Kebiasaan ini menyebabkan mahasiswa menghabiskan banyak waktu untuk mengonsumsi informasi yang belum tentu relevan dengan kebutuhan akademiknya. Informasi yang diterima bersifat fragmentaris, cepat berganti, dan sering kali

lebih menonjolkan aspek hiburan dibandingkan kedalaman substansi. Akibatnya, mahasiswa menjadi terbiasa menerima potongan-potongan informasi tanpa melakukan proses verifikasi maupun sintesis pengetahuan. Kondisi ini berpotensi melemahkan kemampuan berpikir kritis karena berpikir kritis tidak hanya memerlukan akses terhadap informasi, tetapi juga kemampuan mengevaluasi kredibilitas sumber, menghubungkan berbagai fakta, serta menyusun kesimpulan berdasarkan bukti yang dapat dipertanggungjawabkan.

Kondisi tersebut diperkuat oleh penelitian (Jabarian et al., 2023) yang menunjukkan bahwa kecanduan video berdurasi pendek berpengaruh terhadap meningkatnya prokrastinasi akademik mahasiswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki intensitas tinggi dalam menggunakan aplikasi video pendek cenderung mengalami kesulitan mengendalikan perhatian sehingga lebih mudah menunda penyelesaian tugas akademik. Menurunnya kemampuan mengelola perhatian menyebabkan mahasiswa kehilangan fokus terhadap aktivitas belajar yang membutuhkan konsentrasi tinggi, seperti membaca artikel ilmiah, menganalisis teori, maupun menyusun argumentasi secara sistematis. Temuan tersebut menunjukkan bahwa dampak brainrot tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis, tetapi juga memengaruhi kualitas proses pembelajaran dan capaian akademik mahasiswa.

Fenomena brainrot juga berkaitan erat dengan perubahan cara mahasiswa memperoleh pengetahuan. Sebelum berkembangnya media sosial berbasis algoritma, proses belajar umumnya dilakukan melalui aktivitas membaca buku, menelaah berbagai referensi, berdiskusi, kemudian menyusun pemahaman berdasarkan hasil refleksi. Pada era digital, proses tersebut mulai bergeser menjadi aktivitas menerima informasi secara instan melalui potongan video, ringkasan otomatis, maupun jawaban yang dihasilkan oleh kecerdasan buatan. Pergeseran ini memang meningkatkan efisiensi akses terhadap informasi, tetapi pada saat yang sama berpotensi mengurangi kesempatan mahasiswa untuk mengembangkan kemampuan berpikir tingkat tinggi (*higher order thinking skills*) (Ahmad et al., 2026). Padahal, berpikir kritis tidak hanya ditentukan oleh banyaknya informasi yang dimiliki seseorang, tetapi juga oleh kemampuan menginterpretasikan, menganalisis, mengevaluasi, dan menyimpulkan informasi berdasarkan alasan yang logis dan bukti yang valid.

Hasil kajian sistematis yang dilakukan oleh (Iskandar et al., 2025) menegaskan bahwa kemampuan berpikir kritis berkembang melalui proses pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya, berdialog, melakukan refleksi, menguji argumentasi, serta memecahkan masalah berdasarkan bukti empiris. Dengan demikian, berpikir kritis merupakan kemampuan yang dibentuk melalui proses intelektual yang berkesinambungan, bukan sekadar hasil dari banyaknya informasi yang dikonsumsi. Oleh karena itu, ketika mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengonsumsi konten digital yang bersifat singkat dan dangkal, kesempatan untuk melatih kemampuan berpikir kritis menjadi semakin berkurang. Akibatnya, mahasiswa lebih mudah menerima suatu informasi tanpa melakukan proses verifikasi maupun evaluasi terhadap sumber informasi tersebut.

Fenomena tersebut semakin kompleks dengan berkembangnya penggunaan Artificial Intelligence (AI) generatif dalam dunia pendidikan. Kehadiran AI memberikan manfaat besar dalam membantu pencarian informasi, penyusunan ide, maupun penyelesaian berbagai tugas akademik. Namun, apabila digunakan tanpa kemampuan literasi digital yang memadai, AI dapat

mendorong munculnya ketergantungan terhadap jawaban instan. (Rusdiana & Cahyadi, 2026) menjelaskan bahwa tantangan utama penggunaan AI dalam pendidikan tinggi bukan terletak pada teknologinya, melainkan pada integritas akademik dan kemampuan mahasiswa menggunakan AI secara kritis, transparan, dan bertanggung jawab. Mahasiswa yang langsung menerima keluaran AI tanpa melakukan proses verifikasi, analisis, maupun refleksi berpotensi mengalami penurunan kemampuan berpikir kritis karena aktivitas intelektual yang seharusnya dilakukan berpindah kepada sistem teknologi.

Dalam perspektif pendidikan Islam, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk ghaflah, yaitu keadaan ketika manusia lalai menggunakan potensi akalanya secara optimal dalam memperoleh pengetahuan. Imam Al-Ghazali menempatkan akal sebagai instrumen utama dalam membedakan antara pengetahuan yang benar dan pengetahuan yang keliru. Menurut Al-Ghazali, ilmu tidak diperoleh hanya melalui penerimaan informasi, tetapi melalui proses tahqiq, yaitu menguji, memverifikasi, dan memastikan kebenaran suatu pengetahuan sebelum diterima sebagai dasar pengambilan keputusan. Kecenderungan menerima informasi secara instan tanpa proses verifikasi bertentangan dengan prinsip pencarian ilmu yang dikembangkan Al-Ghazali. Dalam konteks ini, brainrot dapat dipahami sebagai gejala melemahnya fungsi tahqiq akibat dominasi budaya digital yang lebih mengutamakan kecepatan dibandingkan kedalaman berpikir.

Selain konsep tahqiq, Al-Ghazali juga menekankan pentingnya tafakkur sebagai aktivitas intelektual yang memungkinkan seseorang memahami makna di balik informasi yang diterimanya. Tafakkur bukan sekadar berpikir, tetapi merupakan proses refleksi yang menghubungkan pengetahuan, pengalaman, dan nilai sehingga melahirkan kebijaksanaan dalam bertindak. Mahasiswa yang terbiasa mengonsumsi konten digital secara cepat sering kali kehilangan kesempatan melakukan tafakkur karena perhatian mereka terus dialihkan dari satu informasi ke informasi lainnya. Akibatnya, informasi hanya berhenti pada tingkat pengetahuan permukaan (*surface knowledge*) dan tidak berkembang menjadi pemahaman yang mendalam (*deep understanding*) (Ashfiya' et al., 2026). Padahal, kemampuan berpikir kritis menuntut adanya refleksi, analisis, dan argumentasi yang tidak dapat dibangun melalui konsumsi informasi yang serba instan.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa brainrot bukan sekadar persoalan tingginya intensitas penggunaan media sosial, tetapi merupakan persoalan budaya belajar yang memengaruhi cara mahasiswa memperoleh, mengolah, dan memanfaatkan pengetahuan. Dampaknya tidak hanya terlihat pada menurunnya konsentrasi belajar, tetapi juga pada melemahnya kemampuan berpikir kritis, rendahnya minat membaca, berkurangnya kemampuan menyusun argumentasi ilmiah, serta meningkatnya ketergantungan terhadap jawaban instan. Oleh karena itu, penanganan fenomena brainrot tidak cukup dilakukan melalui pembatasan penggunaan teknologi, tetapi memerlukan penguatan proses pendidikan yang mampu membangun kembali tradisi berpikir kritis, budaya membaca, refleksi intelektual, serta kemampuan memverifikasi informasi secara bertanggung jawab. Analisis tersebut menjadi dasar penting bagi pembahasan pada bagian berikutnya mengenai peran literasi digital dan diskusi akademik dalam perspektif Imam Al-Ghazali sebagai strategi edukatif untuk menghadapi fenomena brainrot.

B. Literasi Digital dan Diskusi Akademik dalam Perspektif Imam Al-Ghazali

Hasil analisis menunjukkan bahwa literasi digital dan diskusi akademik tidak hanya dipahami sebagai keterampilan teknis dalam proses pembelajaran, tetapi juga sebagai sarana pembentukan kemampuan berpikir kritis yang memiliki landasan filosofis dalam tradisi keilmuan Islam. Dalam konteks pendidikan tinggi, literasi digital sering dimaknai sebagai kemampuan mengakses, memahami, mengevaluasi, memanfaatkan, dan mengomunikasikan informasi secara efektif melalui media digital. Namun, kemampuan tersebut tidak cukup apabila hanya berhenti pada aspek operasional penggunaan teknologi. Literasi digital juga menuntut kemampuan berpikir kritis dalam menilai kredibilitas sumber, mengidentifikasi bias informasi, membandingkan berbagai perspektif, serta mengambil keputusan berdasarkan bukti yang dapat dipertanggungjawabkan. Dengan demikian, literasi digital merupakan kompetensi intelektual yang mengintegrasikan keterampilan teknis dengan kemampuan analitis dan etis dalam memanfaatkan informasi.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa literasi digital berkontribusi terhadap peningkatan kualitas pembelajaran di perguruan tinggi. (Cahyadi, 2026) menjelaskan bahwa optimalisasi literasi digital dan literasi informasi mampu meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menyusun karya ilmiah sekaligus memperkuat kemampuan berpikir kritis. Temuan tersebut diperkuat oleh (Panambaian et al., 2026) yang menyatakan bahwa literasi digital berpengaruh terhadap peningkatan kompetensi digital, efikasi diri, dan performa akademik mahasiswa melalui kemampuan mencari, mengevaluasi, serta memanfaatkan informasi secara bertanggung jawab. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa literasi digital bukan sekadar kemampuan menggunakan perangkat teknologi, tetapi merupakan proses intelektual yang melibatkan aktivitas analisis, evaluasi, dan refleksi terhadap informasi yang diterima.

Perspektif tersebut memiliki kesesuaian dengan konsep *tahqiq* dalam pemikiran Imam Al-Ghazali. Dalam *Al-Munqidh min al-Dalal*, Al-Ghazali menegaskan bahwa pengetahuan yang benar tidak diperoleh melalui penerimaan informasi secara langsung, melainkan melalui proses pengujian, pembuktian, dan verifikasi terhadap sumber pengetahuan (Khusnadin & Shihab, 2025). Sikap kritis tersebut merupakan bagian dari metode pencarian kebenaran yang menempatkan akal sebagai instrumen untuk membedakan pengetahuan yang valid dari pengetahuan yang bersifat dugaan atau menyesatkan. Oleh karena itu, konsep *tahqiq* memiliki relevansi yang kuat dengan literasi digital pada era kontemporer. Kemampuan memverifikasi sumber informasi, memeriksa validitas data, mengidentifikasi informasi palsu (*misinformation*) maupun disinformasi, serta mengevaluasi argumentasi sebelum menerima suatu informasi merupakan bentuk aktualisasi nilai *tahqiq* dalam lingkungan digital.

Relevansi tersebut menjadi semakin penting ketika mahasiswa menghadapi banjir informasi (*information overload*) yang dihasilkan oleh media sosial, mesin pencari, maupun kecerdasan buatan (*Artificial Intelligence*). Kemudahan memperoleh informasi sering kali menimbulkan ilusi bahwa seluruh informasi yang tersedia memiliki tingkat kebenaran yang sama. Padahal, algoritma media digital lebih berorientasi pada tingkat keterlibatan pengguna (*engagement*) dibandingkan validitas ilmiah suatu informasi. Akibatnya, mahasiswa berpotensi menerima informasi yang belum terverifikasi apabila tidak memiliki kemampuan literasi digital yang memadai. Dalam perspektif Al-Ghazali, kondisi tersebut menunjukkan pentingnya

menghidupkan kembali tradisi tahqiq, yaitu membangun kebiasaan menguji informasi sebelum diyakini atau disebarluaskan (Al-Ghazālī, 2013). Dengan demikian, literasi digital tidak hanya berfungsi sebagai kompetensi teknis, tetapi juga menjadi manifestasi nilai epistemologis dalam tradisi intelektual Islam.

Selain literasi digital, penelitian ini menunjukkan bahwa diskusi akademik memiliki posisi yang sama pentingnya dalam mengembangkan kemampuan berpikir kritis mahasiswa. Diskusi akademik merupakan proses pembelajaran yang memberikan ruang bagi mahasiswa untuk menyampaikan argumentasi, mengajukan pertanyaan, mengevaluasi pendapat, serta mempertahankan gagasan berdasarkan bukti ilmiah. Melalui diskusi, mahasiswa tidak hanya belajar menyampaikan pendapat, tetapi juga belajar mendengarkan argumentasi yang berbeda, melakukan klarifikasi, dan memperbaiki pemahamannya berdasarkan proses dialog. Dengan demikian, diskusi akademik merupakan sarana yang efektif untuk membangun kemampuan berpikir tingkat tinggi karena melibatkan aktivitas analisis, sintesis, evaluasi, dan refleksi secara berkelanjutan.

Pentingnya dialog ilmiah dalam membangun kemampuan berpikir kritis juga ditegaskan oleh (Surbakti et al., 2026) yang menyatakan bahwa pembelajaran yang mendorong argumentasi berbasis bukti, refleksi, dan pemecahan masalah memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap perkembangan berpikir kritis dibandingkan pembelajaran yang hanya berorientasi pada penyampaian informasi. Demikian pula, (Ririn Mu et al., 2026) menunjukkan bahwa proses debat akademik mendorong mahasiswa membangun argumentasi yang logis melalui penyajian bukti (*evidence*), alasan (*reasoning*), dan keterkaitan logis antar gagasan. Hasil-hasil penelitian tersebut memperlihatkan bahwa berpikir kritis berkembang melalui interaksi intelektual yang memungkinkan mahasiswa menguji kekuatan argumentasi, bukan melalui penerimaan informasi secara pasif.

Dalam perspektif Imam Al-Ghazali, aktivitas tersebut memiliki kesesuaian dengan konsep tafakkur, yaitu proses berpikir mendalam yang dilakukan secara sadar untuk memperoleh pemahaman yang benar terhadap suatu persoalan. Tafakkur tidak sekadar berarti berpikir, tetapi merupakan aktivitas intelektual yang menghubungkan informasi, pengalaman, dan nilai sehingga menghasilkan hikmah dalam pengambilan keputusan. Oleh karena itu, diskusi akademik dapat dipandang sebagai bentuk implementasi tafakkur karena mendorong mahasiswa melakukan refleksi, menghubungkan berbagai sumber pengetahuan, serta mengembangkan argumentasi yang rasional dan berbasis bukti. Berbeda dengan pola konsumsi informasi yang cepat sebagaimana terjadi dalam fenomena brainrot, tafakkur menuntut kesabaran intelektual, ketelitian berpikir, serta keterbukaan terhadap kritik dan perbedaan pendapat.

Pemikiran Al-Ghazali juga memberikan penjelasan mengenai penyebab melemahnya kemampuan berpikir melalui konsep ghaflah. Ghaflah merupakan keadaan ketika manusia lalai terhadap tujuan dan hakikat ilmu karena terlalu larut dalam hal-hal yang bersifat sementara dan tidak memberikan manfaat bagi perkembangan intelektual maupun spiritual. Dalam konteks budaya digital, ghaflah dapat dimaknai sebagai kondisi ketika mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu mengonsumsi konten hiburan, mengikuti arus algoritma media sosial, atau menerima jawaban instan dari teknologi tanpa melakukan proses refleksi dan verifikasi. Kondisi tersebut tidak hanya menghambat perkembangan kemampuan berpikir kritis, tetapi

juga menjauhkan mahasiswa dari tujuan pendidikan sebagai proses pencarian ilmu yang bermakna.

Untuk mengatasi kondisi tersebut, Al-Ghazali menekankan pentingnya muhasabah dan riyadhat al-nafs. Muhasabah merupakan proses evaluasi diri secara berkelanjutan terhadap perilaku, kebiasaan, dan penggunaan waktu, sedangkan riyadhat al-nafs adalah latihan pengendalian diri agar seseorang mampu membentuk kebiasaan yang mendukung perkembangan intelektual dan moral (Khusnadin & Shihab, 2025). Dalam konteks pendidikan digital, kedua konsep tersebut dapat diimplementasikan melalui refleksi terhadap kebiasaan penggunaan media sosial, pengaturan durasi penggunaan gawai, pembatasan notifikasi yang mengganggu konsentrasi, serta pembiasaan membaca sumber ilmiah sebelum mengakses media hiburan. Dengan demikian, kemampuan berpikir kritis tidak hanya dibangun melalui peningkatan kompetensi kognitif, tetapi juga melalui pembentukan disiplin diri dalam menggunakan teknologi secara bijaksana.

Seluruh proses tersebut pada akhirnya bermuara pada penguatan adab al-'ilm, yaitu etika dalam mencari, menggunakan, dan menyebarluaskan ilmu pengetahuan. Menurut Al-Ghazali, ilmu harus diperoleh dengan kejujuran intelektual, penghormatan terhadap kebenaran, dan tanggung jawab moral. Dalam era digital, prinsip tersebut tercermin dalam kebiasaan mencantumkan sumber rujukan, menghindari plagiarisme, memanfaatkan kecerdasan buatan secara transparan, serta tidak menyebarkan informasi yang belum terverifikasi. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa literasi digital dan diskusi akademik akan memberikan kontribusi optimal terhadap pengembangan kemampuan berpikir kritis apabila dilaksanakan berdasarkan nilai-nilai tahqiq, tafakkur, muhasabah, riyadhat al-nafs, dan adab al-'ilm. Integrasi nilai-nilai tersebut menegaskan bahwa pemikiran Imam Al-Ghazali tetap relevan sebagai landasan filosofis dalam membangun budaya akademik yang kritis, reflektif, dan bertanggung jawab di tengah transformasi digital.

C. Integrasi Literasi Digital dan Diskusi Akademik dalam Pengembangan Berpikir Kritis Mahasiswa

Berdasarkan kajian Literatur dapat ditemukan bahwa literasi digital dan diskusi akademik merupakan dua komponen yang saling melengkapi dalam membangun kemampuan berpikir kritis mahasiswa pada era digital. Literasi digital berperan sebagai kemampuan awal dalam memperoleh, menyeleksi, mengevaluasi, dan memanfaatkan informasi secara bertanggung jawab, sedangkan diskusi akademik menjadi wahana untuk mengolah informasi tersebut melalui proses dialog, argumentasi, refleksi, dan evaluasi bersama. Dengan demikian, kemampuan berpikir kritis tidak berkembang hanya melalui akses terhadap informasi yang luas, tetapi melalui proses intelektual yang memungkinkan mahasiswa menguji validitas informasi, menghubungkan berbagai perspektif, serta menyusun kesimpulan berdasarkan bukti yang dapat dipertanggungjawabkan.

Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan literasi digital tanpa diikuti budaya diskusi akademik belum cukup untuk menghasilkan kemampuan berpikir kritis yang optimal. Mahasiswa mungkin memiliki kemampuan mencari berbagai sumber informasi melalui internet, tetapi tanpa kemampuan menginterpretasikan, mengkritisi, dan mengomunikasikan informasi tersebut, pengetahuan yang diperoleh hanya berhenti pada tahap penguasaan informasi (*information acquisition*). Sebaliknya, diskusi akademik tanpa didukung kemampuan

literasi digital juga berpotensi menghasilkan argumentasi yang lemah karena tidak didasarkan pada sumber yang kredibel dan bukti ilmiah yang memadai. Oleh karena itu, kedua kompetensi tersebut harus dipandang sebagai satu kesatuan yang saling menguatkan dalam proses pembelajaran di perguruan tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Khusnadin & Shihab, 2025) yang menunjukkan bahwa optimalisasi literasi digital dan literasi informasi dalam penyusunan karya ilmiah mampu meningkatkan kemampuan berpikir kritis mahasiswa. Kemampuan tersebut terlihat melalui peningkatan keterampilan mengidentifikasi sumber informasi yang relevan, mengevaluasi kualitas referensi, serta menyusun argumentasi berdasarkan bukti ilmiah. Demikian pula, (Antasari et al., 2026b) menjelaskan bahwa literasi digital berkontribusi terhadap peningkatan kompetensi digital, efikasi diri, dan performa akademik mahasiswa melalui kemampuan mengelola informasi secara efektif. Kedua penelitian tersebut memperlihatkan bahwa literasi digital bukan sekadar keterampilan menggunakan teknologi, tetapi merupakan kompetensi kognitif yang berperan penting dalam pengembangan berpikir kritis.

Di sisi lain, berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa kemampuan berpikir kritis berkembang melalui interaksi akademik yang mendorong mahasiswa untuk menyampaikan argumentasi, menerima kritik, serta mengevaluasi kembali pemahamannya. (Rusdiana & Cahyadi, 2026) menegaskan bahwa strategi pembelajaran yang melibatkan dialog reflektif, argumentasi berbasis bukti, dan pemecahan masalah memberikan dampak yang signifikan terhadap perkembangan berpikir kritis mahasiswa. Senada dengan temuan tersebut, Daniswara dan (Ashfiya' et al., 2026) menjelaskan bahwa proses debat akademik melatih mahasiswa membangun argumentasi secara logis melalui penyajian bukti (*evidence*), penalaran (*reasoning*), serta hubungan yang jelas antara data dan kesimpulan. Dengan demikian, diskusi akademik berfungsi sebagai media untuk mentransformasikan informasi menjadi pengetahuan yang telah melalui proses analisis, evaluasi, dan refleksi.

Dalam perspektif pendidikan Islam, integrasi antara literasi digital dan diskusi akademik memiliki kesesuaian yang kuat dengan epistemologi Imam Al-Ghazali. Menurut Al-Ghazali, proses memperoleh ilmu harus diawali dengan tahqiq, yaitu menguji dan memverifikasi kebenaran suatu informasi sebelum diterima sebagai pengetahuan. Pada konteks pendidikan tinggi modern, nilai tersebut tercermin dalam kemampuan literasi digital yang menuntut mahasiswa memeriksa kredibilitas sumber, membandingkan berbagai referensi, mengidentifikasi bias informasi, serta membedakan fakta, opini, dan disinformasi. Kemampuan tersebut menjadi semakin penting di tengah derasnya arus informasi digital yang tidak seluruhnya memiliki validitas akademik.

Setelah proses tahqiq, Al-Ghazali menempatkan tafakkur sebagai aktivitas intelektual untuk memahami makna, hubungan, dan implikasi suatu pengetahuan. Konsep ini memiliki relevansi dengan diskusi akademik yang memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengembangkan argumentasi, menguji gagasan melalui dialog, menerima kritik, serta memperbaiki pemahamannya berdasarkan bukti yang lebih kuat. Diskusi akademik tidak hanya menghasilkan pertukaran pendapat, tetapi juga membentuk kebiasaan berpikir reflektif yang menjadi inti dari kemampuan berpikir kritis (Chalkidis & Sogaard, 2026). Dalam proses tersebut, mahasiswa belajar bahwa suatu pendapat tidak diterima karena otoritas

penyampiannya, melainkan karena kekuatan argumentasi dan bukti yang mendukungnya. Nilai inilah yang menjadi ciri utama tradisi keilmuan Islam sebagaimana dikembangkan oleh Imam Al-Ghazali.

Integrasi literasi digital dan diskusi akademik juga memberikan kontribusi terhadap pembentukan karakter akademik mahasiswa. Pada era penggunaan Artificial Intelligence (AI), mahasiswa memiliki akses yang sangat mudah terhadap berbagai informasi maupun jawaban otomatis. Meskipun teknologi tersebut dapat meningkatkan efisiensi belajar, penggunaannya tanpa kemampuan berpikir kritis berpotensi menimbulkan ketergantungan terhadap jawaban instan dan menurunkan kemampuan analisis. Oleh karena itu, literasi digital diperlukan agar mahasiswa mampu menggunakan AI secara selektif dan bertanggung jawab, sedangkan diskusi akademik berfungsi menguji kembali hasil yang diperoleh melalui proses argumentasi ilmiah. Dengan demikian, AI diposisikan sebagai alat bantu pembelajaran, bukan sebagai pengganti aktivitas berpikir mahasiswa.

Dalam kerangka pemikiran Al-Ghazali, proses tersebut tidak dapat dipisahkan dari konsep muhasabah dan adab al-'ilm. Muhasabah mengajarkan pentingnya evaluasi diri terhadap cara seseorang memperoleh dan menggunakan ilmu, sedangkan adab al-'ilm menekankan kejujuran intelektual, tanggung jawab akademik, dan penghormatan terhadap kebenaran (Ashfiya' et al., 2026). Implementasi kedua konsep tersebut pada era digital tercermin dalam kebiasaan melakukan pengecekan ulang terhadap informasi yang diperoleh, mencantumkan sumber secara benar, menghindari plagiarisme, serta menggunakan AI secara transparan dan etis. Dengan demikian, pengembangan berpikir kritis tidak hanya menghasilkan peningkatan kemampuan kognitif, tetapi juga membentuk karakter akademik yang berintegritas.

Berdasarkan hasil sintesis tersebut, penelitian ini menunjukkan bahwa integrasi literasi digital dan diskusi akademik membentuk suatu proses pembelajaran yang bersifat holistik. Literasi digital menyediakan kemampuan untuk memperoleh informasi yang valid melalui proses tahqiq, sedangkan diskusi akademik mengembangkan kemampuan tafakkur melalui dialog, refleksi, dan argumentasi ilmiah. Kedua proses tersebut diperkuat oleh muhasabah dan adab al-'ilm sehingga mahasiswa tidak hanya mampu berpikir kritis, tetapi juga memiliki tanggung jawab moral dalam menggunakan ilmu dan teknologi.

Temuan ini menunjukkan adanya celah dalam penelitian terdahulu yang umumnya mengkaji literasi digital, berpikir kritis, atau dampak budaya digital secara terpisah. Belum banyak kajian yang mengintegrasikan verifikasi informasi, diskusi akademik, refleksi diri, dan etika keilmuan dalam satu kerangka pendidikan Islam untuk merespons fenomena brainrot. Dengan demikian, kontribusi penelitian ini bukan terletak pada kebaruan setiap komponen secara individual, melainkan pada integrasi antar komponen tersebut melalui perspektif pendidikan Imam Al-Ghazali. Posisi ini menempatkan literasi digital sebagai aktualisasi tahqiq, diskusi akademik sebagai aktualisasi tafakkur, dan evaluasi perilaku digital sebagai aktualisasi muhasabah. Hal tersebut sejalan dengan hasil sintesis penelitian yang menemukan belum terintegrasinya kajian mengenai budaya digital, literasi digital, diskusi akademik, berpikir kritis, dan epistemologi pendidikan Islam dalam satu kerangka konseptual.

D. Model TTM (Tahqiq, Tafakkur, Muhasabah) sebagai Pendekatan Konseptual Menghadapi Brainrot

Hasil sintesis penelitian menghasilkan Model Tahqiq Tafakkur Muhasabah (TTM) sebagai kontribusi konseptual utama penelitian ini. Model ini dikembangkan berdasarkan integrasi teori literasi digital, pembelajaran berbasis diskusi akademik, konsep berpikir kritis, serta epistemologi pendidikan Imam Al-Ghazali (Ririn Mu et al., 2026). Berbeda dengan penelitian terdahulu yang umumnya hanya mendeskripsikan dampak negatif brainrot terhadap kemampuan kognitif mahasiswa atau menawarkan penguatan literasi digital sebagai solusi parsial, penelitian ini menghadirkan suatu kerangka konseptual yang menghubungkan dimensi kognitif, etis, dan spiritual dalam proses pembelajaran. Model TTM memandang bahwa pengembangan kemampuan berpikir kritis tidak cukup dilakukan melalui peningkatan keterampilan teknis menggunakan teknologi, tetapi juga memerlukan pembentukan budaya intelektual yang menekankan verifikasi informasi, refleksi ilmiah, pengendalian diri, dan etika dalam memperoleh serta menggunakan pengetahuan.

Model TTM terdiri atas tiga tahapan utama yang saling berkaitan, yaitu tahqiq, tafakkur, dan muhasabah. Ketiga tahapan tersebut membentuk suatu siklus pembelajaran yang berlangsung secara berkesinambungan. Mahasiswa memulai proses belajar dengan melakukan verifikasi terhadap informasi yang diperoleh, kemudian mengolah informasi tersebut melalui dialog akademik dan refleksi ilmiah, selanjutnya melakukan evaluasi terhadap proses berpikir dan kebiasaan penggunaan teknologi digital. Secara operasional, tahqiq diwujudkan melalui kegiatan memeriksa kredibilitas sumber, membandingkan informasi, dan memverifikasi bukti; tafakkur diwujudkan melalui diskusi akademik, analisis, argumentasi berbasis bukti, dan refleksi; sedangkan muhasabah diwujudkan melalui evaluasi diri terhadap kualitas berpikir dan kebiasaan penggunaan teknologi. Ketiga tahap tersebut diperkuat oleh riyadhat al-nafs sebagai pengendalian diri dan adab al-'ilm sebagai landasan etis dalam penggunaan ilmu dan teknologi. Pemetaan ini sesuai dengan hasil analisis penelitian yang menempatkan tahqiq pada proses verifikasi informasi, tafakkur pada refleksi dan pengolahan informasi, serta muhasabah pada evaluasi perilaku digital.

Tabel 1.
Operasionalisasi Model Tahqiq-Tafakkur-Muhasabah (TTM)

Tahap	Bentuk kegiatan	Indikator utama	Luaran
Tahqiq	Verifikasi dan evaluasi sumber	Kredibilitas sumber, perbandingan informasi, validasi bukti	Informasi tervalidasi
Tafakkur	Diskusi, analisis, argumentasi, refleksi	Argumentasi berbasis bukti, analisis kritis, kemampuan menerima perspektif lain	Pemahaman dan argumentasi kritis
Muhasabah	Refleksi dan evaluasi diri	Identifikasi kesalahan/bias, evaluasi penggunaan teknologi, perbaikan kebiasaan belajar	Perbaikan perilaku digital

Riyadhat al-nafs & adab al-'ilm	Pengendalian diri dan etika keilmuan	Disiplin, kejujuran akademik, sitasi, penggunaan AI secara bertanggung jawab	Integritas akademik
--	--------------------------------------	--	---------------------

Model TTM menawarkan siklus pembelajaran:

Verifikasi informasi (tahqiq) → pengolahan dan refleksi melalui dialog (tafakkur) → evaluasi diri (muhasabah) → perbaikan kebiasaan belajar dan penggunaan teknologi

Siklus tersebut dapat berlangsung secara berulang sehingga pengembangan berpikir kritis tidak hanya berorientasi pada kemampuan kognitif, tetapi juga membentuk karakter akademik yang reflektif, berintegritas, dan bertanggung jawab. Dalam konteks brainrot, Model TTM bersifat preventif-edukatif. Pendekatan preventif dilakukan melalui penguatan kemampuan verifikasi informasi dan pengendalian penggunaan teknologi, sedangkan pendekatan edukatif dilakukan melalui diskusi, refleksi, dan pembentukan budaya ilmiah. Oleh karena itu, teknologi tidak diposisikan sebagai ancaman, tetapi sebagai sarana pembelajaran yang harus digunakan berdasarkan prinsip tahqiq, tafakkur, muhasabah, riyadhat al-nafs, dan adab al-'ilm.

Novelty Model TTM bersifat konseptual, yaitu mengintegrasikan literasi digital, berpikir kritis, diskusi akademik, dan epistemologi pendidikan Imam Al-Ghazali ke dalam satu kerangka untuk menghadapi brainrot. Model ini belum dimaksudkan sebagai model yang telah terbukti efektif secara empiris karena penelitian ini masih berbasis kajian kepustakaan.

Berdasarkan keseluruhan tahapan tersebut, Model TTM menawarkan pendekatan yang bersifat preventif-edukatif dalam menghadapi fenomena brainrot. Pendekatan preventif diwujudkan melalui penguatan literasi digital dan pembentukan disiplin penggunaan media digital sehingga mahasiswa mampu menghindari kebiasaan konsumsi konten yang berlebihan. Adapun pendekatan edukatif diwujudkan melalui pembelajaran berbasis diskusi akademik, refleksi, dan pengembangan budaya ilmiah yang mendorong mahasiswa berpikir secara analitis, kritis, dan bertanggung jawab. Dengan demikian, teknologi tidak diposisikan sebagai ancaman, tetapi sebagai sarana pembelajaran yang harus digunakan berdasarkan prinsip tahqiq, tafakkur, muhasabah, riyadhat al-nafs, dan adab al-'ilm. Model ini diharapkan dapat menjadi landasan konseptual bagi pengembangan pembelajaran di perguruan tinggi yang mampu menghasilkan lulusan dengan kemampuan berpikir kritis, literasi digital yang kuat, integritas akademik, dan tanggung jawab moral dalam memanfaatkan teknologi digital maupun kecerdasan buatan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa fenomena brainrot menjadi tantangan dalam pembelajaran di perguruan tinggi karena dapat melemahkan perhatian, kemampuan analisis, budaya membaca, dan refleksi ilmiah mahasiswa. Literasi digital dan diskusi akademik menjadi dua kompetensi yang saling melengkapi dalam mengembangkan berpikir kritis. Literasi digital membantu mahasiswa mengakses, memverifikasi, dan mengevaluasi informasi, sedangkan diskusi akademik mengembangkan argumentasi, dialog, dan refleksi. Kedua kompetensi

tersebut diperkuat oleh konsep Imam Al-Ghazali, yaitu tahqiq, tafakkur, muhasabah, riyadhat al-nafs, dan adab al-'ilm sebagai landasan epistemologis dan etis dalam pembelajaran digital.

Kontribusi utama penelitian ini adalah Model Tahqiq–Tafakkur–Muhasabah (TTM) sebagai pendekatan konseptual untuk menghadapi brainrot. Model ini mengintegrasikan verifikasi informasi (tahqiq), dialog dan refleksi ilmiah (tafakkur), serta evaluasi diri terhadap perilaku digital (muhasabah), yang diperkuat oleh disiplin diri (riyadhat al-nafs) dan etika keilmuan (adab al-'ilm). Model TTM tidak hanya diarahkan pada pengembangan berpikir kritis, tetapi juga pada pembentukan karakter akademik yang reflektif, berintegritas, dan bertanggung jawab dalam menggunakan teknologi dan kecerdasan buatan. Penelitian ini masih bersifat konseptual sehingga Model TTM belum diuji secara empiris. Penelitian selanjutnya perlu mengembangkan instrumen dan menguji penerapan serta efektivitas model melalui pendekatan kuantitatif, eksperimen, atau mixed methods. Dengan demikian, validitas Model TTM dapat diperkuat dan kontribusinya terhadap pembelajaran, literasi digital, dan pendidikan Islam di era kecerdasan buatan dapat dikaji lebih lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, S., Bakar, I. I. A., Mulyadi, I., Ismaya, I., Fendy, F., & Inawati, I. (2026). The influence of digital literacy and ChatGPT use on the critical thinking ability among library and information science students. *Berkala Ilmu Perpustakaan dan Informasi*, 22(1), 180–193. <https://doi.org/10.22146/bip.v22i1.26210>
- Aladwani, A. M., & Almarzouq, M. (2016). Understanding compulsive social media use: The premise of complementing self-conceptions mismatch with technology. *Computers in Human Behavior*, 60, 575–581. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.02.098>
- Alam, F., Ahmad, F., Shahroor, A. E., Kmainasi, M. B., Sartori, E., Da Martino, S., Hasnat, A., & Ali, R. (2026). *CritiSense: Critical digital literacy and resilience against misinformation*. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2603.16672>
- Al-Ghazālī. (2013). *The revival of the religious sciences (Iḥyā' 'ulūm al-dīn)*. IBFIM.
- Ashfiya', M. B., Amalia, Z. D., Burda, N., Azzahro, F., Sofanin, A., & Syafi'i, I. (2026). Transforming educators' competencies for human-centered learning in the era of artificial intelligence: A literature review from the perspective of Islamic educational values. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(4), 1405–1423. <https://doi.org/10.69900/ag.v6i4.625>
- Ashfiya', M. B., Zahro, S. F., Yuswono, A. A., & Thobroni, A. Y. (2026). Critical learning ethics in the Qur'an: Insights from Qur'an 17:36 (Al-Isra: 36) for digital literacy. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(3), 857–872. <https://doi.org/10.69900/ag.v6i3.598>
- Cahyadi, A. (2026). Islamic digital literacy and character formation in the cyber era: Integrating the concepts of adab, akhlaq, and social media ethics into a digital-based Islamic education curriculum. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(2), 569–592. <https://doi.org/10.69900/ag.v6i2.587>

- Chalimah, C., Santosa, R., Djatmika, D., Wiratno, T., Pulungan, H. R., Qahar, J. A., & Din, M. U. (2026). Brain rot and youth morality in the digital era: Islamic perspective on Jombang students using CDA-SFL. *FITRAH: Jurnal Kajian Ilmu-Ilmu Keislaman*, 12(1), 79–120. <https://doi.org/10.24952/fitrah.v12i1.17424>
- Chalkidis, I., & Søggaard, A. (2026). Brainrot: Deskilling and addiction are overlooked AI risks. In *Proceedings of the 2026 ACM Conference on Fairness, Accountability, and Transparency (FAccT '26)*. Association for Computing Machinery. <https://doi.org/10.1145/3805689.3812306>
- Galán, J. G. (2018). Media education as theoretical and practical paradigm for digital literacy: An interdisciplinary analysis. *European Journal of Science and Theology*, 11(3), 31–44. <https://arxiv.org/abs/1803.01677>
- Iskandar, Z., Izhan, N., Yulanda, P., Dubey, S. B., & Apriani, E. (2025). AI and digital literacy in language education: A systematic review on critical thinking development. *Journal of Language and Literature Studies*, 5(4), 1012–1024. <https://doi.org/10.36312/pyz75g90>
- Jabarian, B., Sartori, E., Ellingsen, N., Jacquemet, Y., Le Yaouanq, D., McGee, P., Ortoleva, J.-M., Tallon, M.-C., Villeval, L., & Yariv, S. Z. (2023). *Critical thinking via storytelling: Theory and social media experiment*. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2303.16422>
- Jiddan, A. M., & Alif, M. (2026). Fenomena brain rot dalam perspektif Al-Qur'an: Studi Qur'an tematik terhadap degradasi kognitif di era digital. *JUTEQ: Jurnal Teologi & Tafsir*, 3(5), 604–612. <https://doi.org/10.5281/zenodo.20587430>
- Netriwati, M., Wati, M. F., Dewi, N. R., & Nendra, F. (2026). Peran brain rot, motivasi belajar, dan minat baca dalam membentuk kemampuan berpikir kritis matematis mahasiswa. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(1), 150–159. <https://doi.org/10.23969/jp.v11i01.41754>
- Khusnadin, M. H., & Shihab, M. F. (2025). Al-Ghazali's concept of tazkiyatun nafs as a method in moral education. *Oasis: Jurnal Ilmiah Kajian Islam*, 9(2), 151–163. <https://doi.org/10.24235/oasis.v9i2.19732>
- Ghony, M. D., & Almanshur, F. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif*. Ar-Ruzz Media.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Moleong, L. J. (2019). *Metodologi penelitian kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Panambaian, T., & Cahyadi, A. (2026). Reorientation of Islamic education based on the philosophy of technology: Reinforcing the role of humanity and spirituality amid the onslaught of digitalization. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(1), 296–309. <https://doi.org/10.69900/ag.v6i1.582>
- Quraisyin, S. D., Leiliyanti, E., & Attas, S. G. (2026). Systematic journal review: Literasi kritis sebagai strategi menghadapi brain rot pada anak remaja awal. *SOSMANIORA: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 5(1), 306–315. <https://doi.org/10.55123/sosmaniora.v5i1.7604>

- Ridlo, R. S., Iliasu, F. S., & Ma'rufah, S. (2026). AI-mediated critical thinking: A double-edged sword in Indonesian higher education. *Attaqwa: Jurnal Ilmu Pendidikan Islam*, 22(2), 128–138. <https://doi.org/10.54069/attaqwa.v22i2.1155>
- Ririn Mu, S., Maulidya Khothrun Nabila, I., Abi Aufa, A., & Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro, U. (2026). Rekonstruksi pembentukan karakter peserta didik era generative artificial intelligence perspektif filsafat pendidikan Al-Ghazali. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(3), 370–385. <https://doi.org/10.23969/jp.v11i03.58312>
- Ritonga, N., Handayani, R., & Siregar, P. (2026). The ontology of digital literacy in evaluating the credibility of internet-based learning resources for elementary school students. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(3), 890–904. <https://doi.org/10.69900/ag.v6i3.590>
- Romadhon, F. F., Hidayaturrohman, N. N., Abdilah, R. R., Faqihuddin, F. A., Muflih, A. A., & Syafitri, L. L. N. H. (2025). Fenomena brain rot pada siswa generasi Alpha di Indramayu. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(4), 275–294. <https://doi.org/10.23969/jp.v10i04.34269>
- Rusdiana, R., & Cahyadi, A. (2026). The role of artificial intelligence (AI) in Islamic religious education: An analysis of opportunities, risks, and ethical regulations. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(3), 960–981. <https://doi.org/10.69900/ag.v6i3.608>
- Saputra, G. Y., Rahmadi, Sjamsir, H., & Rozie, F. (2026). Urgensi pembatasan artificial intelligence (AI) di sekolah untuk mencegah brain rot dan cognitive debt pada siswa. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(1), 60–69. <https://doi.org/10.23969/jp.v11i02.44136>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian manajemen* (5th ed.). Alfabeta.
- Surbakti, R., Harahap, N. R., Humairoh, N., Harahap, A., Ginting, K., & Walidaini, R. (2026). The thought of Ibn Taymiyyah as a framework for critical thinking in Islamic education in the post-truth era. *Al Ghazali: Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 6(4), 1424–1437. <https://doi.org/10.69900/ag.v6i4.649>
- Tupamahu, M. S., Gaspersz, S., & Boekorsyom, C. D. (2026). Brain rot and students' motivation: A study of impacts, contributing factors, and digital literacy-based solution design. *Jurnal Pendidikan Bahasa Inggris Undiksha*, 14(1), 34–48. <https://doi.org/10.23887/jpbi.v14i1.103958>