

ABSTRAK

Penelitian ini membahas fenomena *self-diagnose* gangguan kesehatan mental, khususnya *Borderline Personality Disorder* (BPD), yang marak terjadi di kalangan Generasi Z melalui platform media sosial TikTok. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami motif, tindakan, dan makna di balik *self-diagnose* yang dilakukan oleh pengguna TikTok dari Generasi Z. Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi untuk menggali pengalaman subjektif pengguna dalam memaknai *self-diagnose* yang mereka lakukan berdasarkan informasi yang diperoleh dari konten-konten di TikTok.

Penelitian ini menggunakan teori fenomenologi Alfred Schutz, yang mengeksplorasi pengalaman subjektif individu dalam memaknai tindakan sosial. Schutz membagi motif tindakan menjadi dua, yaitu *because-motive* (motif karena masa lalu) dan *in-order-to motive* (motif untuk tujuan masa depan). Dalam konteks penelitian ini, teori tersebut digunakan untuk menganalisis bagaimana Generasi Z menginterpretasikan dan merasionalisasi tindakan *self-diagnose* mereka berdasarkan pengalaman emosional yang mereka rasakan melalui konten di TikTok.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa motif utama Generasi Z melakukan *self-diagnose* adalah karena keterhubungan yang mereka rasakan dengan konten di TikTok yang menggambarkan gejala-gejala gangguan kesehatan mental seperti BPD. Mereka merasa bahwa gejala yang digambarkan dalam video sesuai dengan kondisi emosional mereka, sehingga mendorong mereka untuk mengambil kesimpulan sendiri mengenai

kesehatan mental mereka. Namun, tindakan ini sering kali menimbulkan kebingungan dan kekhawatiran yang lebih besar, karena diagnosis yang didapatkan secara mandiri tidak didasarkan pada konsultasi profesional.

Kesimpulan penelitian ini menegaskan pentingnya literasi digital dalam memahami informasi kesehatan mental yang tersebar di media sosial. Meskipun platform seperti TikTok dapat meningkatkan kesadaran tentang kesehatan mental, informasi yang disebarkan sering kali tidak akurat dan dapat menyesatkan. Oleh karena itu, peran profesional kesehatan mental dan edukasi yang lebih baik di media sosial menjadi krusial untuk mencegah dampak negatif dari *self-diagnose* yang tidak terverifikasi.

Kata Kunci: *Self-diagnose, Borderline Personality Disorder, TikTok, Generasi Z, Fenomenologi.*