

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Self-diagnose atau diagnosis mandiri merupakan proses di mana seseorang mengamati sesuatu yang ada dalam dirinya sendiri, gejala patologi dan mengidentifikasi penyakit ataupun kelainan berdasarkan pengetahuannya tanpa konsultasi secara medis. Dalam hal ini, seseorang mungkin menyesuaikan perilaku atau watak mereka yang ditentukan secara kontekstual, dengan gejala yang dialaminya. *Self-diagnose* telah dipelajari dengan berbagai macam cara sebagai suatu proses kognitif atau proses perilaku yang diinduksi oleh emosi, dan dibedakan dengan adanya tekanan emosi.

“Self-diagnosing is the process of diagnosing your illness, whether physical of the basis of past, experiences of information available on popular media. Such as internet or books” (Srivastava, 2016)ⁱ

Berdasarkan definisi di atas dapat diketahui bahwa *self-diagnose* ialah mendiagnosa diri sendiri merupakan sebuah proses dimana orang tersebut mendiagnosis penyakit dirinya sendiri, baik fisik maupun mental. Berdasarkan dari pengalaman beberapa orang, ia mengetahui informasi tersebut melalui media-media populer seperti internet, media sosial maupun buku yang telah di bacanya.

Kecenderungan budaya di masyarakat Indonesia ialah sangat mudah mengeneralisasi kondisi yang sedang terjadi. Sebagai contoh saat seseorang mengalami depresi, orang tersebut akan mencari tahu tentang gejala-gejala depresi

melalui internet, sosial media maupun buku dan kemudian melakukan *self-diagnose* apabila mereka memiliki gejala dari salah satu diantara beberapa gejala yang mereka temukan.

Pada saat ini *self-diagnose* sudah menjadi sebuah tren di sosial media twitter padahal, pada awalnya netizen di twitter menggunakan sebuah aplikasi mengenai bagaimana kondisi kesehatan mental kita. Para netizen hanya memamerkan hasil dari kesehatan mereka, dan hal tersebut membuat netizen lain untuk mengikuti sebuah tren tersebut. Bahkan pada saat ini para netizen tak jarang mereka melakukan *self-diagnose* yang mereka lihat melalui internet, seperti pada gambar berikut ini.

Gambar 1.1
Tren *Self-Diagnose* Di Sosial Media Twitter



Sumber: Peneliti, 2021

Tak jarang dalam sebuah unggahan tersebut netizen menyebutkan bahwa mereka memiliki gejala yang sama seperti yang mereka lihat. Bermula dari satu unggahan yang mengakibatkan para netizen untuk mencari tahu bagaimana kondisi kesehatan mereka dan mereka secara tidak langsung memamerkan apa yang mereka baca. Pada unggahan tersebut terlihat bahwa para netizen melakukan *self-diagnose* dengan hanya menggunakan satu sumber saja, padahal pada hakikatnya penyakit mental tidak bisa di diagnosis begitu saja perlu ada campur tangan dari orang yang ahli seperti psikolog ataupun psikiater.

Penting bagi kita untuk memahami kesehatan mental dimana keadaan atau kondisi yang kita alami sangatlah berpengaruh besar terhadap kesehatan mental kita. Dengan kita memahami kesehatan mental kita, kita bisa merasakan kecemasan yang kita rasakan apakah hal tersebut memang perlu diskusikan dengan yang lebih ahli atau tidak, karena pada dasarnya seseorang yang memiliki kecemasan secara berlebih belum tentu mengidap depresi secara mental.

Dengan melakukan *self-diagnose* membuat orang-orang terkadang memperoleh informasi yang berpengaruh terhadap kondisi yang sedang mereka cari melebihi kondisi sebenarnya yang mereka alami. *Mental illness* dapat muncul di akibat seseorang tersebut terlalu khawatir dan mengakibatkan orang tersebut menjadi memiliki pikiran yang berlebih atau *overthinking*. Seseorang yang awalnya tidak mengidap penyakit mental pun dapat mengalaminya apabila seseorang tersebut terlalu melebih-lebihkan perasaan atau kekhawatirannya.

Dengan melakukan *self-diagnose* yang salah dapat berpotensi menyebabkan indikasi penyakit lain yang sebenarnya sedang dialami dan menjadi terabaikan,

terlebih lagi biasanya informasi yang terdapat di internet, buku maupun sosial media tidak dapat dipertanggung jawabkan secara medis. Seringkali masyarakat tak paham bagaimana menilai gejala yang mereka alami, akibat dari tindakan tersebut justru mereka semakin cemas terhadap diagnosis yang mereka putuskan sendiri.

Banyak masyarakat yang lebih mempercayai informasi dari internet. Alasan mereka melakukan tindakan tersebut mereka merasa takut dengan apa yang dikatakan oleh dokter mengenai keluhannya, mereka merasa takut jika gejala yang mereka alami merupakan suatu penyakit yang buruk. Alasan lainnya ialah kurangnya rasa kepercayaan pada masyarakat terhadap dokter, psikolog maupun psikiater yang akan menanganinya atau yang telah menanganinya padahal informasi yang berada di internet, buku maupun media sosial ada yang bersifat mentah dan butuh proses pemahaman lebih lanjut untuk dapat diaplikasikan oleh masyarakat.

Dampak lain dari *self-diagnose* ialah indikasi penyakit medis yang salah jika kita salah mendiagnosis menjadi penyakit medis menjadi penyakit mental begitupun sebaliknya. Ada beberapa penyakit medis yang sering disalah artikan sebagai penyakit mental, salah satunya ialah penyakit tumor otak. Penyakit tumor otak dapat menyebabkan pengidapnya mengalami perubahan tingkah laku, psikosis (kondisi di mana penderitanya mengalami sebuah kesulitan untuk membedakan kenyataan dan imajinasi), atau depresi. Ketika seseorang hanya melakukan tindakan *self-diagnose* dan penanganan beranggapan bahwa ia mengalami depresi dan menanganinya hanya untuk depresi hal tersebut akan membahayakan terhadap kondisi tumor otak yang sedang dialaminya.

Seseorang seringkali mengalami *mood swings*, *mood swings* atau perubahan mood sering sekali dianggap sebagai *manic-depressive* atau lebih dikenal dengan *bipolar disorder*, sedangkan secara pengertiannya *mood swings* merupakan salah satu dari sekian banyak gejala penyakit klinis seperti *boarderline personality disorder*, depresi dan lain sebagainya.

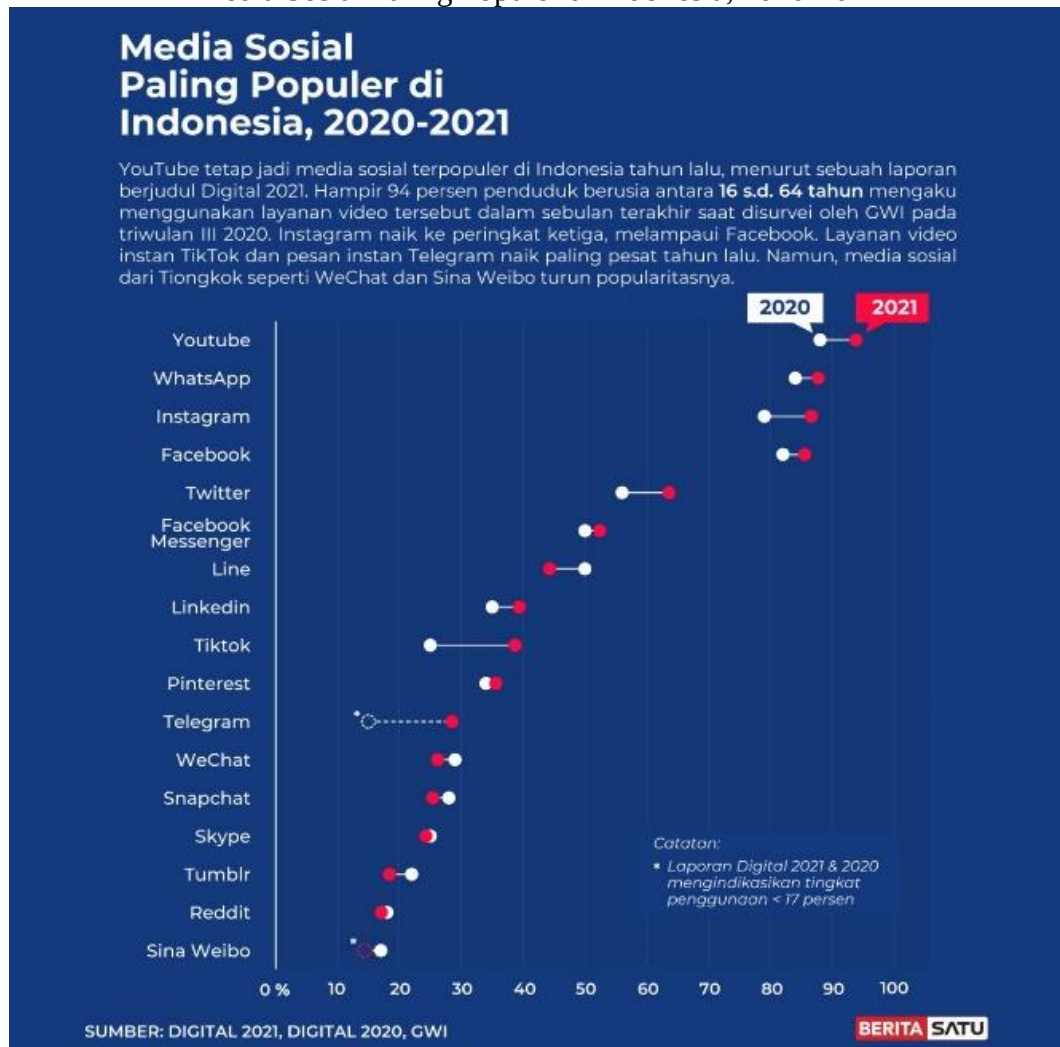
Pada dasarnya jika pasien tidak puas dengan pendapat dari dokter, psikolog atau psikiater pasien bisa mencari *second opinion*. *Second opinion* atau mencari pendapat kedua yang berbeda merupakan hak seorang pasien dalam memperoleh jasa pelayanan kesehatan.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini sangatlah mendukung dalam terwujudnya keterbukaan informasi public mengenai kesehatan dengan berbagai kecanggihan benda (media) sebagai perantara dalam manusia berkomunikasi. Masyarakat dapat dengan mudah mengakses informasi mengenai kesehatan mental maupun fisik mereka dengan menggunakan internet, media sosial maupun buku, sebagai informasi mengenai *second opinion*. Hal tersebut dapat mengakibatkan timbulnya diagnosis diri kepada masyarakat tersebut. Hasil survei yang dilakukan oleh Derek Flanzraich, CEO dan pendiri *greatest.com* situs web kesehatan dan kebugaran yang populer untuk milenial menemukan 37% generasi milenial terkadang melakukan diagnose diri dengan permasalahan kesehatan yang tidak mereka miliki, sebesar 44% mengatakan bahwa melihat informasi kesehatan secara online membuat mereka merasa khawatir terhadap kesehatan mereka.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) periode 2019-kurtal II/2020 melakukan survey penggunaan media sosial di Indonesia, hasil yang di

dapat sebanyak 23,5 juta pengguna hal tersebut meningkat dari tahun 2018. Pengguna internet terbanyak diraih oleh provinsi Jawa Barat dengan pengguna internet sebanyak 35,1 juta orang.

Gambar 1.2
Media Sosial Paling Populer di Indonesia, 2020-2021



Sumber: Digital 2021, Digital 2020, GWI, Berita Satu

Menurut Yudo Dahono dalam laporan digital dalam pada tahun 2021 dan 2020 mengidentifikasi tingkatan penggunaan media sosial paling populer di Indonesia peringkat pertama di tempati oleh YouTube dengan angka pengguna mencapai 94% pada peringkat kedua diikuti oleh WhatsApp lalu Instagram dengan

pengguna 55,4 juta jiwa, peringkat ke-4 ditempati oleh Facebook dan Twitter berada di urutan ke-5 dengan angka pengguna mencapai 19,5 juta jiwa.ⁱⁱ Pada tahun 2016 Indonesia menempati posisi ketiga sedunia untuk pengguna Twitter per Mei 2016 mencapai 24,34 juta. Dari sisi demografi pengguna Twitter di Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 58% pengguna Twitter berusia 16-24 tahun disusul oleh pengguna dengan usia 23-34 tahun sebanyak 36%, pengguna dengan usia 35-44 tahun sebanyak 18%, pengguna dengan usia 45-54 tahun 3% dan pengguna dengan usia 55-64 tahun sebanyak 1%.ⁱⁱⁱ

Dari data yang diperoleh tersebut dapat kita ketahui bahwa penggunaan internet, khususnya platform media sosial Twitter di kalangan masyarakat usia remaja sangatlah tinggi. Hal tersebut mendorong remaja untuk mencari informasi dan memanfaatkan penggunaan twitter sebagai media alternatif dalam menyampaikan informasi kepada remaja. Pemanfaatan informasi di media sosial twitter sangatlah beragam, dan dapat langsung diterima oleh penggunanya yang paling besar sebanyak 53% didominasi oleh usia remaja hingga dewasa muda.

Media sosial Twitter memiliki fungsi yang berbeda di bandingkan dengan media sosial Instagram, meskipun Instagram lebih populer di Indonesia tetapi media sosial Instagram itu sendiri bersifat pribadi dimana konten yang kita post hanya akan keluar di *timeline user* yang mengikuti akun tersebut, berbeda dengan Twitter yang bersifat publik bahkan tak jarang pengguna Twitter bersifat anonim, dan sifat dari media sosial Twitter itu sendiri bersifat publik dimana apapun yang kita post di Twitter akan dengan mudah muncul di *timeline user* pengguna lain. Selain itu Twitter juga sering dijadikan tempat untuk berdiskusi mengenai suatu

fenomena yang sedang terjadi, berbeda dengan Instagram yang mayoritas penggunaanya hanya memposting kehidupan sehari-hari mereka.

Sangatlah jarang ditemukan remaja yang melakukan *self-diagnose* di media sosial Instagram berbeda dengan Twitter, banyak sekali remaja atau masyarakat yang melakukan *self-diagnose* di media sosial Twitter, hal tersebut dikarenakan media sosial Twitter lebih mudah tersebar informasinya dibandingkan Instagram.

King (2012) mengatakan remaja merupakan masa perkembangan transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa remaja dimulai pada usia 12 tahun dan berakhir pada 18 sampai 21 tahun. Riset kesehatan dasar pada tahun 2013 menunjukkan bahwa prevalensi penduduk Indonesia pada umur 15 tahun ke atas sering mengalami gangguan mental emosional sebanyak 37,728 orang, dan pada tahun 2018 sebanyak 61,623 penduduk.

Usia remaja merupakan usia yang rentan terhadap berbagai stres, pada usia itu sangatlah erat kaitannya dengan stres fisik maupun secara psikologis, saat memasuki usia inilah manusia sedang berada pada puncak aktivitasnya. Kebutuhan hidup yang semakin mahal dan tuntutan pekerjaan ditambah dengan permasalahan kehidupan yang traumatis atau penuh dengan tekanan yang dapat menambah beban stres pada usia remaja.

Remaja memiliki kecenderungan mudah terpengaruh oleh sesuatu hal yang sedang terjadi di kehidupan sosialnya. Usia remaja juga memiliki ketertarikan yang tinggi terhadap sesuatu seperti mengikuti gaya hidup seseorang yang dilihatnya melalui sosial media. Dengan begitu media sosial yang sejatinya sebagai alat berbagi informasi sering kali disalahgunakan sehingga pengguna media sosial

dalam hal ini remaja sangat mudah terpengaruh dan mengikuti hal-hal baik itu hal negatif maupun positif di media sosial itu sendiri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan RSCM FK UI di bulan April sampai bulan Juni 2020, telah terjadi peningkatan rata-rata pengguna *smartphone* hingga 11,6 jam per hari dan peningkatan kecanduan internet pada Remaja sebesar 19,3%, kondisi tersebut sangat berpotensi menyebabkan stres bagi penggunanya.

Dampak dari pandemi COVID-19 saat ini sangatlah berpengaruh terhadap kesehatan mental masyarakat. Berdasarkan hasil survey Puslitbangkes Kemenkes pada 2020, sekitar 6,8% masyarakat di Indonesia mengalami gangguan kecemasan, dari angka tersebut sebanyak 85,3% di antaranya masyarakat yang tidak memiliki riwayat gangguan psikiatri.^{iv} Psikiater RS Hasan Sadikin Bandung Dokter Spesialis Kesehatan Jiwa Teddy Hidayat pernah melakukan sebuah survey mengenai gangguan kesehatan jiwa mahasiswa di kota perguruan tinggi di Bandung dalam acara *Word Mental Health Day* yang berlokasi di kota Bandung. Hasil survey tersebut sangatlah mengejutkan dimana dari hasil survey tersebut kota Bandung mendapatkan peringkat yang cukup tinggi untuk gangguan kesehatan mental masyarakatnya. Dari survey tersebut Teddy Hidayat mendapatkan hasil sebanyak 30,5% mengalami depresi, 20% memiliki pikiran untuk bunuh diri dan 6% dari angka tersebut pernah melakukan tindakan percobaan bunuh diri seperti gantung diri atau lain sebagainya. Faktor umum mahasiswa ingin melakukan tindakan *suicide* ialah mereka mengalami tekanan akademis, ancaman *drop-out*, keuangan, hubungan dengan dosen dan orang tua serta hubungan asmara.^v

Dari hasil survei tersebut dapat kita lihat bahwa persentasi kesehatan mental remaja di kota Bandung sangatlah tinggi. Dampak lain dari survey tersebut pada saat ini banyak sekali aplikasi-aplikasi yang bertujuan untuk mengetahui kesehatan mental kita, ditambah dengan banyaknya *influencer* yang melakukan tindakan *self-disclosure* terhadap kesehatan mental mereka, hal tersebut dapat memicu masyarakat untuk mencari sebuah informasi mengenai kesehatan mental mereka sendiri, dan memicu masyarakat untuk melakukan tindakan *self-diagnose*.

Maka dari itu, untuk melakukan tindakan *self-diagnose* kita haruslah mengerti aturan serta kebijakan dalam tata cara mendiagnosa suatu penyakit. Dokter, psikolog dan psikiater merupakan orang-orang yang mampu melihat sesuatu yang tidak bisa dilihat oleh orang yang tidak mempelajari ilmu tentang penyakit medis maupun mental. Dengan informasi yang kita dapatkan serta wawasan yang kita temui lewat internet, media sosial ataupun buku, kita tidak bisa mendiagnosa sebuah penyakit begitu saja karena dapat mengarah kepada *self-medicate* yang salah. Penanganan yang dilakukan oleh para ahli untuk menangani penyakit mental dapat menimbulkan efek samping yang begitu signifikan untuk pemulihannyapun melalui terapi, hal tersebut tidaklah sama dengan penanganan melalui obat ketika kita merasa sakit kepala atau penyakit medis lainnya.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut, peneliti merasa tertarik untuk mengetahui bagaimana tren *self-diagnose* di media sosial di kalangan remaja, dengan judul penelitian **“Tren *self-diagnose* di Media Sosial Twitter (Studi Fenomenologi mengenai Tren *self-diagnose* di Media Sosial Twitter pada Remaja di Kota Bandung)”**

1.2 Rumusan Masalah

1.2.1 Rumusan Masalah Makro

Sesuai dengan latar belakang penelitian yang telah diungkapkan sebelumnya, maka peneliti menetapkan rumusan masalah makro dalam penelitian ini adalah **“Bagaimana Tren *Self-Diagnose* Di Media Sosial Twitter Pada Remaja Di Kota Bandung?”**

1.2.2 Rumusan Masalah Mikro

Berdasarkan rumusan masalah makro yang telah ditetapkan, maka rumusan masalah mikro sebagai berikut:

1. Bagaimana **motif** remaja melakukan *self-diagnose* di media sosial Twitter?
2. Bagaimana **makna** remaja melakukan *self-diagnose* di media sosial Twitter?
3. Bagaimana **pengalaman** remaja melakukan *self-diagnose* di media sosial Twitter?

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Adapun maksud dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui secara jelas, mendalam dan menganalisa mengenai Tren *self-diagnose* di Media Sosial Twitter pada Remaja di Kota Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini, adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui **motif** remaja melakukan *self-diagnose* di media sosial Twitter
2. Untuk mengetahui **makna** remaja melakukan *self-diagnose* di media sosial Twitter
3. Untuk mengetahui **pengalaman** remaja melakukan *self-diagnose* di media sosial Twitter

1.4 Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis, yaitu sebagai berikut:

1.4.1 Kegunaan Teoritis

Secara teoritis, Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam pengembangan ilmu yaitu ilmu komunikasi, terutama mengenai psikologi komunikasi dan penggunaan media baru (media sosial).

1.4.2 Kegunaan Praktis

Adapun hasil penelitian secara praktis ini, diharapkan dapat memberikan suatu masukan yang dapat diaplikasikan antara lain:

a. Kegunaan Bagi Peneliti

Bagi peneliti, penelitian ini merupakan bentuk aplikasi ilmu dari teori-teori yang telah didapat selama perkuliahan selain itu berguna sebagai pengetahuan dan pengalaman serta memunculkan pemikiran baru tentang tren *self-diagnose* di media sosial Twitter.

b. Kegunaan Bagi Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi mahasiswa Universitas Indonesia dan mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi, sebagai literatur bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian yang sama.

c. Kegunaan Bagi Remaja Pengguna Twitter

Penelitian ini juga secara praktis berguna bagi Remaja sebagai referensi atau evaluasi khususnya mengenai tren *self-diagnose* di Media Sosial Twitter pada remaja di Kota Bandung. Agar tidak melakukan diagnosis terhadap segala sesuatu yang dialami dalam hidup tanpa melakukan konsultasi dengan pihak-pihak yang terkait.
