
Fenomena *Self Diagnose* terhadap Konten Kesehatan Mental di Media Sosial Tiktok: Analisis Wacana Multimodal terhadap Asumsi Masyarakat di Kolom Komentar

Self Diagnose Phenomenon of Mental Health Content on Tiktok Social Media: A Multimodal Discourse Analysis of Public Assumptions in Comment Columns

Rivaldiansyah Wijaya^{1*}, Abdul Rosad Ramdan², Diva Asariningrum³, Rizka A'in Syantifa⁴,
Indra Sarathan⁵

^{1,2,3,4,5}Study Program of Indonesian Literature, Faculty of Humanities, Universitas Padjadjaran, Indonesia

*Corresponding author: rivaldiansyah22001@mail.unpad.ac.id

Article Info

Received:
28/08/2024;

Received in revised form:
17/09/2024;

Accepted:
25/09/2024;

Available online:
25/09/2024;

2549-9505/© 2024 The
Authors. Published by
Universitas
Muhammadiyah
Purwokerto.

DOI:
[10.30595/jssh.v8i2.23784](https://doi.org/10.30595/jssh.v8i2.23784)

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana fenomena *self diagnose* di media sosial TikTok serta dampak yang ditimbulkannya. Dalam studi ini, peneliti menggunakan model analisis multimodal Kress & Van Leeuwen serta dibantu dengan aplikasi linguistik digital AntConc. Melalui pendekatan kualitatif deskriptif ditemukan representasi fenomena *self diagnose* dan pengaruhnya di media sosial. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pengamatan secara langsung pada 7 (tujuh) konten video kampanye kesehatan mental. Selain menganalisis konten dan komentar di media sosial, kami pun mengonfirmasi para pengguna TikTok di dua Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berbeda guna menguatkan argumen tentang dampak fenomena *self diagnose*. Hasil penelitian ini menunjukkan rendahnya literasi kesehatan mental pada masyarakat khususnya remaja pengguna media sosial TikTok. Dalam pengamatan kami, fenomena *self diagnose* juga terjadi akibat kurangnya *self awareness* mengenai kesehatan mental pada diri sendiri hingga rentan terjadi *misdiagnosis*.

Keywords: *Self Diagnose, Analisis Wacana Multimodal, Linguistik Digital, Media Sosial TikTok, Kesehatan Mental*

This study aims to understand the phenomenon of self-diagnosis on TikTok social media and its impacts. In this study, researchers used the Kress & Van Leeuwen multimodal analysis model and were assisted by the AntConc digital linguistics application. Through a descriptive qualitative approach, a representation of the self-diagnosis phenomenon and its influence on social media was found. The data collection technique was carried out through direct observation of 7 (seven) mental health campaign video contents. In addition to analyzing content and comments on social media, we also confirmed TikTok users in two different High Schools (SMA) to strengthen the argument about the impact of the self-diagnosis phenomenon. The results of this study

indicate low mental health literacy in society, especially adolescent users of TikTok social media. In our observation, the self-diagnosis phenomenon also occurs due to a lack of self-awareness about mental health in oneself, making it susceptible to misdiagnosis.

Keywords: *Self-Diagnosis, Multimodal Discourse Analysis, Digital Linguistics, TikTok Social Media, Mental Health*



This is an open access article under the CC BY license

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>

1. Pendahuluan

Kemajuan teknologi membawa perubahan besar bagi keberlangsungan hidup manusia. Revolusi industri yang terus berkembang melahirkan sistem yang semakin memudahkan kehidupan manusia, salah satunya dalam bidang teknologi informasi. Proses penyebaran informasi yang semakin instan dan masif menjadi bukti cikal bakal perubahan sosial. Teknologi juga berdampak pada semakin beragamnya media informasi seperti media sosial yang menampilkan teks, audio, dan video yang dikemas sedemikian rupa hingga menarik minat penonton.

Berbagai macam media sosial terus dikembangkan demi memenuhi kebutuhan masyarakat akan asupan informasi dan hiburan, salah satunya aplikasi media sosial *TikTok*. Media sosial *TikTok* yang dipenuhi berbagai macam konten menarik menjadi aplikasi yang sedang marak digunakan oleh masyarakat luas. Dikutip dari *We Are Social* (2023), sebanyak 106,52 juta masyarakat Indonesia menjadi pengguna *TikTok*. Tercatat sebesar 40% pengguna *TikTok* di Indonesia adalah masyarakat berusia 18-24 tahun. Hal itu membuat Indonesia menduduki peringkat kedua teratas pengguna *TikTok* di luar Tiongkok setelah Amerika yang mencapai 143,41 juta pengguna per Oktober 2023. Data tersebut membuktikan bahwa pengguna terbanyak didominasi oleh kalangan generasi muda yang umumnya masih kurang bijak menyaring informasi.

Beragam konten yang tersedia di media sosial *TikTok* dapat dengan mudah diakses, salah satunya informasi mengenai kesehatan mental. Namun, kebebasan dalam mendapatkan informasi tersebut justru disikapi dengan kurang bijak oleh para pengguna *TikTok*. Masyarakat luas cenderung langsung menerima begitu saja informasi yang diterima tanpa upaya membuktikan validasi dan kredibilitas sumber informasi tersebut. Tindakan mendiagnosis penyakit mental sendiri justru sudah dianggap sebagai suatu hal yang lumrah. Hal itu dapat dilihat, salah satunya melalui kolom komentar di akun *TikTok* @ungkapinofficial yang berisi komentar para netizen mengenai kesehatan mentalnya.

Konten yang berisi informasi mengenai kesehatan mental ini bisa mengakibatkan *misdiagnosis* akibat sumber yang belum jelas kebenarannya. Untuk itu, riset ini dirasa penting untuk dilakukan dengan tujuan menekan laju *misdiagnosis* terhadap kesehatan mental yang dapat berakibat buruk bagi masyarakat luas pengguna media sosial oleh adanya fenomena *self diagnose* ini. Maka, tujuan riset ini adalah (1) Menganalisis fenomena *self diagnose* yang terdapat di dalam konten aplikasi *TikTok*, (2) Menganalisis representasi fenomena *self diagnose* dalam kolom komentar pengguna *TikTok*, dan (3) Menganalisis dampak yang ditimbulkan oleh fenomena *self diagnose* di aplikasi *TikTok*.

Hipotesis dari rencana riset ini adalah beberapa konten sosialisasi kesehatan mental di media sosial *TikTok* malah memacu fenomena *self diagnose*. Hal ini akan diuraikan berdasarkan metode analisis wacana multi modal terhadap visual, audio, dan gestur konten sosialisasi kesehatan mental di media sosial *TikTok*. Selain itu, objektivitas riset ini juga ditopang dengan menganalisis penggunaan bahasa dalam kolom komentar para pengguna *TikTok*. Dengan maraknya konten kesehatan mental di media sosial *TikTok* selain berdampak positif dalam mengkampanyekan kesehatan mental, tetapi dapat pula mendorong para pengguna media sosial melakukan *self diagnose*. Sekaligus, riset ini pun turut mengampanyekan bahwa konten kesehatan mental harus disertai *trigger warning*. Agar penonton

dapat berhati-hati dalam memahami konten sosialisasi kesehatan mental. Hal ini dirasa perlu khususnya di negara berkembang seperti Indonesia yang masih minim literasi digital.

2. Metode

Secara umum, riset ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan analisis wacana multimodal Kress & van Leeuwen (1996) serta aplikasi linguistik digital *AntConc* untuk memudahkan peneliti dalam menyigi data. Menurut Kress & van Leeuwen (dalam Herawan, 2013) *multimodality* adalah istilah yang digunakan untuk merujuk pada cara orang berkomunikasi menggunakan model yang berbeda pada saat bersamaan. Ayuni dan Darmayanti (2022) menyebutkan bahwa analisis wacana multimodal atau *multimodal discourse analysis* adalah kajian wacana dengan tujuan untuk mengeksplorasi makna dibalik mode yang beragam dalam komunikasi dalam konteks sosio-kultural. Kajian ini sangat erat berkaitan dengan ilmu semiotika. Terdapat lima sistem semiotik dalam sebuah teks yaitu (1) Linguistik: kosakata, dan gramatika bahasa lisan dan tulisan, (2) Visual: sajian yang ditampilkan, (3) Audio: nada dari musik dan efek suara, (4) Gestur: bahasa tubuh, ekspresi wajah, dan (5) Spatial atau ruang yang disajikan.

Linguistik korpus adalah salah satu metode yang memfokuskan pada prosedur atau metode yang mempelajari atau meneliti bahasa dengan bantuan teknologi informasi untuk memperoleh data raya (*big data*). Salah satu aplikasi yang bisa digunakan untuk pengolahan data raya adalah *software AntConc*, yaitu piranti lunak yang digunakan untuk menemukan kata kunci atau pola kalimat yang mirip dan paling sering muncul. Linguistik korpus bersifat (1) empiris, (2) menggunakan koleksi teks yang besar dan terstruktur sebagai dasar analisis, (3) memanfaatkan penggunaan teknologi dalam analisis, dan (4) menggunakan teknik analisis kualitatif dan kuantitatif (McEnery dan Wilson, 1996).

Terdapat dua sumber data yang digunakan dalam riset ini, yaitu konten video di media sosial *TikTok* dan pemupuan data kepada siswa-siswi di dua Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berbeda, serta wawancara dengan para ahli. Instrumen pengumpulan data konten media sosial *TikTok* dipilih dengan kriteria konten yang menampilkan sosialisasi kesehatan mental yang relevan dan banyak menuai komentar. Dipilihlah dua konten video dari dua akun *TikTok*, kemudian dari ribuan komentar itu dipilih menjadi ratusan komentar yang mengandung *self diagnose*. Kedua, guna mengonfirmasi fenomena *self diagnose* di media sosial *TikTok*, peneliti melakukan pemupuan data kepada siswa-siswi di dua SMA yang berbeda, yaitu: SMA 1 Tanjungsari di Kab. Sumedang yang relatif berada di lingkungan perkotaan dan SMA 1 Rancakalong di Kab. Sumedang yang relatif berada di lingkungan pedesaan. Instrumen pengumpulan data di kedua SMA ini dilakukan dengan pengisian kuesioner melalui Google Form. Kemudian, setelah data-data terkumpul peneliti pun melakukan wawancara kepada ahli psikologi Airin Triwahyuni, S.Psi, M.Psi., Psikolog dan ahli bahasa Dr. Wahya, S.S., M.Hum dari Universitas Padjadjaran mengenai fenomena *self diagnose* ini.

3. Hasil dan Pembahasan

Analisis pada riset ini terdapat dua bagian. Pertama, analisis multimodal model Kress & van Leeuwen yang meliputi analisis visual, verbal, dan gestur. Analisis multimodal ini diterapkan pada dua konten sosialisasi kesehatan mental dari akun @donfabron dan @mahalintia. Kedua, analisis linguistik digital berbasis korpus dengan menggunakan aplikasi *AntConc*. Korpus yang digunakan adalah ratusan komentar pada konten sosialisasi kesehatan mental dari akun @donfabron dan @mahalintia yang mengindikasikan fenomena *self diagnose*. Dalam menyigi data dengan menggunakan aplikasi *AntConc*, kami menganalisis kata-kata yang sering muncul dan konkordansi kalimat yang terindikasi sebagai *self diagnose*.

Analisis visual, audio, dan Gestur.**1. Visual**

Analisis visual pada tahapan ini didasarkan pada apa saja tampilan gambar yang disajikan pada konten *TikTok* yang berisi sosialisasi kesehatan mental. Berikut beberapa tangkapan layar pada konten sosialisasi kesehatan mental pada akun @donfabron dan @mahalintia.



Gambar 1 & 2 .[Visual Tampilan Pertama (*Thumbnail*) dan Tampilan Akhir dari Konten Sosialisasi Kesehatan Mental pada Akun TikTok @donfabron]

Dalam gambar di atas, visual yang ditampilkan hanyalah partisipan yang dalam konten ini orang yang mempunyai akun tersebut dan teks pendukung yang digunakan untuk menyampaikan informasi mengenai sensasi *anxiety* yang paling dirasakan olehnya. Kombinasi warna yang digunakan konten ini lebih ke arah gelap dan dengan menggunakan latar belakang berupa *display* api. Warna hitam atau gelap biasanya berhubungan dengan sunyi dan murung. Jadi, dalam konten ini pembuat konten memakai kombinasi warna gelap bertujuan untuk membawa suasana sunyi dan murung sehingga penonton dapat merasakan hal yang sama.



Gambar 3 .[Visual Tampilan Perdana (*Thumbnail*) dari Konten Sosialisasi Kesehatan Mental pada Akun TikTok @mahalintia]

Dalam gambar di atas, visual yang disajikan oleh akun @mahalintia hanyalah partisipan sendiri pemilik akun tersebut dan terdapat teks pendukung yang diberi sorotan warna biru. Hal ini agar informasi teks terlihat lebih jelas dan ditambah dengan penggunaan emoji membuat tampilannya menarik perhatian. Visual pertama atau *thumbnail* dalam konten ini adalah tampilan gerak perdana video tersebut, hal ini dirancang guna memenuhi rasa penasaran penonton. Kombinasi warna yang

nampak dalam video cenderung cerah pada level medium, tidak terlalu menyilaukan mata. Warna rambut konten kreator dalam video ini hanyalah bagian dari fitur efek yang tersedia di aplikasi *TikTok*.

2. Audio

Analisis audio pada konten sosialisasi kesehatan mental yang dilakukan oleh @donfabron didasarkan pada suara asli dari konten video ini maupun suara pendukungnya, seperti: lagu, *voice over*, dan lain sebagainya. Audio dalam konten video ini dilengkapi dengan musik pengiring yang menambah suasana sedih dan murung. Hal ini sengaja disesuaikan guna membangun suasana *anxiety* hingga menularkan emosi perasaan sedih dan kesepian kepada para penonton.

Sedangkan audio dalam konten sosialisasi kesehatan mental dalam akun @mahalintia, musik yang dipakai dalam video tersebut merupakan *sound mix TikTok* yang banyak digunakan dan memiliki nada yang dramatis. Sehingga mendukung teks penjelasan dan isi video yang dilakukan oleh partisipan. Dengan audio yang terdengar dramatis bisa memengaruhi *mood* netizen yang menonton video tersebut sehingga mendramatisir penjelasan tentang gangguan jiwa.

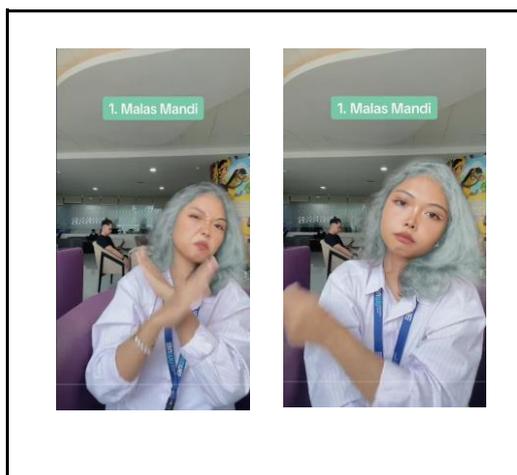
3. Gestur

Analisis gestur pada tahapan ini didasarkan pada bagaimana ekspresi atau tingkah laku partisipan dalam video konten tersebut. Dalam konten video sosialisasi kesehatan mental pada akun @donfabron, gestur partisipan melakukan akting seolah mengalami apa yang dituliskan pada video seperti pada gambar di bawah ini.



Gambar 4. [Gestur Partisipan yang Memegang Telinga pada Konten Sosialisasi Kesehatan Mental dari Akun TikTok @donfabron]

Dalam video tersebut dituliskan bahwa salah satu sensasi *anxiety* yang sering dirasa adalah kuping/telinga berdengung. Gestur partisipan dibuat seolah mengalami apa yang disampaikan dalam informasi tertulis. Hal ini dimaksudkan untuk mempermudah penyampaian informasi.



Gambar 5 & 6. [Gestur Partisipan pada Penjelasan “Tidak mau mandi” Seakan-akan Memegang Gayung Sebagai Alat untuk Mandi dari Akun TikTok @mahalintia]

Sedangkan analisis gestur dalam konten sosialisasi kesehatan mental pada akun @mahalintia, partisipan berakting sesuai teks penjelasan yang ada di video. Semisal “malas mandi” partisipan menggerakkan tangannya seakan-akan sedang mandi dan memegang gayung layaknya kegiatan orang yang mandi. Begitu pula dengan daftar pada teks penjelasan. Konten kreator memvisualisasikan keterangan teks agar memperjelas informasi yang disampaikan dan memudahkan dimengerti oleh audiens.

Analisis Komentar Pengguna Media Sosial

Setelah memupu data ratusan komentar dari dua konten sosialisasi kesehatan mental dengan menggunakan piranti lunak *exportcomments*, lalu kami memilah komentar-komentar yang diindikasikan sebagai fenomena *self diagnose* sebagai korpus. Setelah itu, kami mencoba mencari beberapa kata yang sering muncul atau dipakai dalam komentar yang diindikasikan sebagai *self diagnose* menggunakan aplikasi *AntConc*. Setelah memasukan data komentar ke dalam aplikasi, hasilnya komentar-komentar pada konten pertama dari akun @donfabron ditemukan sebanyak 1256 token dan 603 tipe kata. Sedangkan pada konten kedua dari akun @mahalintia ditemukan 736 token dan 351 tipe kata. Kemudian lima frekuensi kata yang paling sering muncul pada komentar dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. [Hasil Deteksi *AntConc* pada Komentar Konten Akun @donfabron]

no	Type	Rank	Freq	Range	NormFreq	NormRange
1	aku	1	31	1	24681,579	1,000
2	anxiety	2	23	1	18312,102	1,000
3	semua	3	22	1	17575,924	1,000
4	itu	4	19	1	15127,389	1,000
5	yg	5	16	1	12738,854	1,000

Tabel 2. [Hasil Deteksi *AntConc* pada Komentar Akun @mahalintia]

no	Type	Rank	Freq	Range	NormFreq	NormRange
1	aku	1	44	1	59782,609	1,000
2	gw	2	27	1	36684,783	1,000
3	semua	3	26	1	35326,087	1,000
4	gila	4	25	1	33967,391	1,000
5	ini	5	20	1	27173,913	1,000

Dari lima frekuensi kata yang paling sering muncul dari kedua akun tersebut adalah didominasi oleh penggunaan kelas kata pronomina, seperti: "aku" dan "gw" (gue, yang berarti 'aku'). Kemudian disusul dengan penggunaan kata nomina yang menunjukkan penyakit mental yaitu *anxiety* dan gila. Penggunaan kata "aku" atau "gw" di dalam komentar menunjukkan bahwa subjek yang dipakai itu adalah dirinya sendiri. Sedangkan pada penggunaan kata *anxiety* dan gila menunjukkan bahwa subjek mendiagnosis dirinya sendiri mengalami penyakit mental tersebut. Penggunaan kata-kata tersebut juga dapat dilihat pada konkordansi dari fitur aplikasi *AntConc* seperti pada tabel di bawah ini.

Tabel 3. [Hasil Deteksi *AntConc*]

Konteks kiri	Hit	Konteks kanan
anxiety loh, baru tau kalau sering ngerasain sensasi anxiety..trnyta	aku	
	aku	rasakan tiap hari..semangat slu ntuk pejuang gerd anxiety
	gw	gila dongg?☹☹ oke gue gila
bisa sama ya☹ apah iya gua gila selama ini	gw	

Dengan menggunakan piranti lunak *AntConc* ini dapat memudahkan dalam mengolah data karena dapat menghadirkan beberapa frekuensi lima teratas dalam ratusan komentar untuk kami teliti. Hal ini dapat disebut sebagai analisis linguistik korpus karena meneliti data bahasa menggunakan bantuan teknologi komputasi untuk menganalisis data raya (*big data*). Analisis linguistik korpus menurut McEnery dan Wilson (1996) bersifat empiris, menggunakan koleksi teks yang besar dan terstruktur sebagai data set, memanfaatkan penggunaan teknologi komputasi dalam analisis, serta menggunakan teknik analisis kualitatif dan kuantitatif secara bersamaan.

Representasi Fenomena Self Diagnose

Selain dalam media sosial *TikTok*, penelitian ini mencoba melakukan survei dengan membagikan kuesioner kepada siswa-siswi SMA di dua sekolah yang berbeda, yaitu SMA Negeri 1 Rancakalong dan SMA Negeri 1 Tanjungsari, keduanya di Kabupaten Sumedang yang mewakili wilayah pedesaan dan perkotaan. Kuesioner ini ditujukan untuk mendukung data primer yang merepresentasikan fenomena *self diagnose*. Kuesioner yang kami bagikan mendapat 95 responden yang hampir seluruh responden memiliki akun *TikTok*, hanya 2 orang saja yang tidak memiliki akun *TikTok* di kalangan pelajar SMA. Dari hasil pemupuan data melalui kuisisioner, diketahui rata-rata para remaja menggunakan *TikTok* selama 1-2 jam dalam sehari. Dari jawaban pra-kuisisioner kami melihat banyak dari responden remaja yang belum mengetahui apa itu *self diagnose*. Sebelum kami membagikan kuesioner, kami menayangkan terlebih dahulu konten materi yang berisi tentang informasi kesehatan mental, dari 95 responden 80% diantaranya menjawab dengan merasakan hal yang sama dengan apa yang disampaikan di video konten tersebut. Kemudian, sebagian besar dari responden tidak berminat menuangkan perasaannya dalam kolom komentar. Tetapi sebagian kecil dari responden pelajar SMA ada yang menuangkan perasaannya dalam kolom komentar dan secara tidak sadar mereka telah melakukan salah satu bentuk *self diagnose*.

Pengaruh Fenomena Self Diagnose di Media Sosial TikTok

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan, fenomena *self diagnose* masih banyak bertebaran dalam bentuk komentar maupun respon lainnya. Tidak hanya mendiagnosa untuk diri sendiri (*self diagnose*) tetapi juga mendiagnosis anggota keluarganya, mantan pacarnya, dan orang-orang terdekat lainnya. Bahkan, tak segan-segan mendiagnosa dengan membawa nama instansi pendidikan (contoh mahasiswa Universitas Indonesia) atau institusi tertentu seperti Polisi. Pengaruh fenomena *self diagnose* ini terjadi akibat dari kurangnya literasi kesehatan mental. Diagnosis kesehatan mental yang benar seharusnya dilakukan oleh psikolog profesional. Namun demikian, konten-konten sosialisasi kesehatan mental di media sosial *TikTok* dapat memengaruhi pemikiran seseorang terhadap kesehatan mental dirinya maupun orang lain di sekitarnya.

Jika dikaji berdasarkan analisis wacana multimodal milik Kress & van Leeuwen (1996) yang membagi lima sistem semiotik, yaitu: linguistik (kosakata dan gramatika baik bahasa lisan dan tulisan), audio dan visual (nada dari musik dan efek suara), gestur (bahasa tubuh), ekspresi wajah (mimik), dan spatial (ruang yang disajikan). Kita dapat melihat bahwa pada konten-konten berbau sosialisasi kesehatan mental memiliki keterkaitan satu sama lain yang bisa jadi memicu perilaku *self diagnose*. Hal ini terjadi dikarenakan konten-konten tersebut seringkali sengaja memancing perasaan penonton dengan tampilan display teks yang mencolok, penuturan gestur konten kreator dalam membawakan isi materi, ekspresi wajah dan mimik konten kreator, hingga penggunaan musik yang bernada dramatis dapat mengubah/menggugah pandangan penontonnya. Penonton yang terpengaruh salah satu unsur di atas akan terhanyut dalam pikiran negatif atau *over-thinking* sehingga mempercayai begitu saja bahwa dirinya atau orang terdekat dengannya mengalami gangguan mental yang sama dengan materi konten tersebut. Ditambah penggunaan kata-kata yang menohok dan audio yang populer dapat memancing rasa penasaran untuk menontonnya hingga akhir. Pada umumnya, konten-konten berbau sosialisasi kesehatan mental bersifat *click-bait* guna memperoleh jumlah penonton dan kometar sebanyak-banyaknya.

Riset Sosial Humaniora (RSH) yang didanai oleh Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) Kemdikbud tingkat nasional ini juga berkesempatan mewawancarai dua pakar, yaitu ahli psikologi Airin Triwahyuni, S.Psi, M.Psi., Psikolog dan ahli bahasa Dr. Wahya, S.S., M.Hum. keduanya dari Universitas Padjadjaran. Menurut pakar psikologi, latar belakang seseorang melakukan *self diagnose* bisa saja dikarenakan ia sebenarnya ingin mencari kejelasan apa yang ia rasakan. Perilaku *self diagnose* pun menurutnya tidak menular secara fisik, tetapi persepsi dan cara pandang ini dapat menyebar melalui komunikasi dan pertukaran informasi dalam kelompok. Hal seperti ini perlu sangat diwaspadai sebab menurunkan beberapa dampak perilaku negatif yang sangat berbahaya, seperti

menghalangi individu untuk mencari bantuan profesional karena merasa sudah mengetahui kondisi kesehatan mentalnya, membeli obat-obatan tanpa resep yang bisa berakibat fatal, dan kondisi mental yang salah diagnosis bisa berbahaya jika tidak ditangani dengan benar. Adapun menurut pakar psikolinguistik, fenomena *self diagnose* ini bergantung pada kepercayaan dirinya sendiri. Jika mental seseorang dalam keadaan lemah, pernyataan-pernyataan konten berbau sosialisasi kesehatan mental itu dapat memengaruhi kondisi mentalnya. Tetapi, jika seseorang itu dalam keadaan sadar sepenuhnya maka pernyataan-pernyataan dalam konten itu seharusnya dipertanyakan dan harus diverifikasi lagi benar atau salahnya. Sebab, seringkali konten kreator sosialisasi kesehatan mental ini tidak dilakukan oleh profesional, hanya orang-orang tertentu yang mungkin ingin menghehar *rating* saja (*click-bait*).

4. Simpulan

Dengan meningkatnya pengguna media sosial *Tiktok* di Indonesia segala bentuk informasi termasuk *mental issues*, kini mudah didapat di media sosial. Namun, perkembangan informasi ini tidak dibarengi oleh kemampuan pemilahan informasi sehingga orang-orang lebih mudah percaya dengan suatu informasi yang belum terbukti kredibilitasnya dan rawan terjadinya *misdiagnosis*. Melalui analisis multimodal dari segi visual pada konten kampanye kesehatan mental lebih menggunakan kombinasi warna yang bermacam-macam tergantung pada konten kreator. Namun, beberapa warna memiliki filosofi tersendiri seperti warna gelap lebih menggambarkan suasana sunyi. Dalam segi audio yang ditambahkan juga memiliki pengaruh pada perubahan emosi penontonnya. Oleh karena itu, bagian ini cukup krusial apabila menggunakan audio bernada sedih dan dramatis. Gestur yang terlihat oleh konten kreator bertujuan sebagai visualisasi pada saat menjelaskan informasi. Meskipun, beberapa konten kreator sudah memberikan *trigger warning* pada akunnya dan tidak terdapat kalimat yang bersifat direktif untuk tidak melakukan *self diagnose*, tetap saja fenomena tersebut seakan-akan tidak ada matinya. Kemudian, komentar yang terindikasi *self diagnose* bukan hanya ditunjukkan kepada dirinya sendiri melainkan untuk anggota keluarga mereka, teman, bahkan nama instansi terkait. Selain itu, perilaku *self diagnose* tidak menular secara fisik tetapi melalui tindak tutur dan persepsi penutur pada pertukaran informasi. Sebenarnya, dampak fenomena *self diagnosis* ini bisa terlihat dari segi positif maupun negatif. Dampak positifnya orang-orang menjadi mengetahui sejak dini mengenai kesehatan mentalnya dan dampak negatifnya, bisa saja menghalangi dan meragukan niat seseorang untuk meminta bantuan profesional seperti psikiater. Tidak hanya pada kacamata sosial media, dari hasil sebaran pada kuesioner kepada siswa-siswi SMA rata-rata belum memahami mengenai *self diagnose* dan tidak sadar telah melakukannya saat menonton video berbau kesehatan mental. Sebaiknya dilakukan penyuluhan lebih mendalam mengenai literasi kesehatan mental agar semua orang lebih *aware* dan tidak menganggapnya masalah sepele.

Referensi

- Aboueid, S., Meyer, S., Wallace, J. R., Mahajan, S. dan Chaurasia, A. 2021. Young Adults' Perspectives on The Use of Symptom Checkers for Self-triage and Self-diagnosis: Qualitative Study. *JMIR Public Health and Surveillance*. 7 (1):1-14.
- Aisyah, P.N., Bakry, G.N. dan Sjafirah, N.A. 2022. Analisis Jejaring Sosial Peran Pers dalam Penyebaran Informasi Terkait Kebijakan PPKM. *Jurnal Komunikasi Global*. 11 (1):43-65.
- Annury, U.A., Yuliana, F., Suhadi, V.A.Z. dan Karlina, C.S.A. 2022. Dampak *Self Diagnose* pada Kondisi *Mental Health* Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. In *Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS)*. 1:481-486.
- Astria, N. 2019. Essay Kajian Kronologis dan Dampak Penggunaan dan Perkembangan Teknologi Informasi. *Jurnal Inovasi*. 13 (1):1-10.

-
- Ayuni, A.Q. dan Darmayanti, N. 2022. Analisis Multimodal Wacana Kritis Iklan Layanan Masyarakat Bertema Vaksinasi COVID-19 oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika Indonesia. *Deiksis*. 14 (3):262-273.
- Bell, A. dan Garrett, P. 1998. *Approaches to Media Discourse*. Edisi ke-1. Blackwell. 108 Cowley Road.
- Buntoro, Y.I. dan Setiawan, K. 2019. Perancangan Kampanye Sosial Stop *Self-Diagnose* Ditujukan untuk Remaja. *Rupaka*. 2 (1).
- De Choudhury, M., Gamon, M., Counts, S. dan Horvitz, E. 2021. Predicting Depression via Social Media. *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media*. 7 (1):128-137.
- Febriana, E. dan Amalia, U. 2024. Dampak Konten Bertema Psikologi dalam Media Sosial TikTok Terhadap Fenomena *Self Diagnose* pada Generasi Z. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*. 2 (4):239-251.
- Hermawan, B. 2013. Multimodality: Menafsir Verbal, Membaca Gambar, dan Memahami Teks. *Jurnal Pendidikan Bahasa & Sastra*. 13 (1):19-28.
- Kemp, S. 2023. *Digital 2023 October Global Statshot Report*. <https://wearesocial.com/id/blog/2023/10/digital-2023-october-global-statshot-report/>. Diakses tanggal 5 Juli 2024.
- Komala, C., Faozi, A., Rahmat, D.Y. dan Sopiah, P. 2023. Hubungan Literasi Kesehatan Mental dengan Trend Self-Diagnosis pada Remaja Akhir. *Holistik Jurnal Kesehatan*. 17 (3):206-213.
- Kress, G.R. dan Leeuwen, T.V. 2006. *Reading Images: The Grammar of Visual Design*. Edisi ke-2. Routledge. UK.
- McEnery, T. dan Wilson, A. 1996. *Corpus Linguistics*. Edisi ke-1. Edinburgh University Press. Edinburgh.
- Pradhana, W.Y. 2022. Perilaku Diagnosis Diri Gangguan Mental pada Mahasiswa Psikologi. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Purwaramdhona, A.B., Hidayatullah, M.I. dan Rahayu, L.M. 2023. Rekonstruksi Sejarah dalam Kumpulan Puisi Dari Batavia Sampai Jakarta Melalui Pembacaan Jauh Berbasis Korpus. *Paradigma Jurnal Kajian Budaya*. 13 (2):266-285.
- Rajeg, G.P.W. 2020. Linguistik Korpus Kuantitatif dan Kajian Semantik Leksikal Sinonim Emosi Bahasa Indonesia. *Linguistik Indonesia*. 38(2):123-150.
- Wijaya, M.H.D dan Mashud, M. 2020. Konsumsi Media Sosial Bagi Kalangan Pelajar: Studi pada Hiperrealitas TikTok. *Al-Mada*. 3(2):170-191.