

**SELF DIAGNOSE GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI**  
**MELALUI MEDIA SOSIAL TIKTOK**  
**(Studi Fenomenologi Pada Santriwati Pondok Pesantren**  
**Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta)**



Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1

**Disusun Oleh :**  
**Hikmah Sita Marshali**  
**NIM 21102010052**

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

**PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN**  
**ISLAM**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGRI SUNAN KALIJAGA**  
**YOGYAKARTA**  
**2025**

## HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-730/Un.02/DD/PP.00.9/06/2025

Tugas Akhir dengan judul : SELF DIAGNOSE GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI MELALUI MEDIA SOSIAL TIKTOK (STUDI FENOMENOLOGI PADA SANTRIWATI PONDOK PESANTREN SALAFIYAH AL-MUHSIN YOGYAKARTA)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : HIKMAH SITA MARSHALI  
Nomor Induk Mahasiswa : 21102010052  
Telah diujikan pada : Rabu, 04 Juni 2025  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dra. Anisah Indriati, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 684ba4779d0e



Pengaji I

Drs. Mukhammad Sahlan, M.Si  
SIGNED

Valid ID: 684a96235f682



Pengaji II

Muhammad Diak Udin, M.Sos.  
SIGNED

Valid ID: 68491ccc21c9e



Yogyakarta, 04 Juni 2025

UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Aq., M.A.I.S.  
SIGNED

Valid ID: 684fb7ec3f6d

# SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM 'NEGERI SUNAN KALIJAGA'  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

## SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:  
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Hikmah Sita Marshali  
NIM : 21102010052  
Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam  
Judul Skripsi : Self Diagnose Gangguan Siklus Menstruasi Melalui Media Sosial TikTok (Studi Fenomenologi pada Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta)

Selanjutnya dapat diajukan dan didaftarkan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Jurusan/Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) dalam bidang Komunikasi dan Penyiaran Islam.

Dengan ini kami mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapan terimakasih.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
Yogyakarta, 26 Mei 2025  
Mengetahui,  
Ketua Program Studi, Dosen Pembimbing,

  
Saptoni, S.Ag., M.A.  
NIP. 19730221 199903 1 002

  
Dra. Anisah Indriati, M.Si  
NIP. 19661226 199203 2 002

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

### **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hikmah Sita Marshali

NIM : 21102010052

Jurusan : Komunikasi dan Penyiaran Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul "*Self Diagnose Gangguan Siklus Menstruasi Melalui Media Sosial TikTok (Studi Fenomenologi pada Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta)*" adalah hasil karya pribadi yang tidak mengandung plagairisme dan tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Demikian surat pertanyaan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 26 Mei 2025

Yang menyatakan,

METERAI  
TEMPEL  
004AKX483915518

Hikmah Sita Marshali

21102010052

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur dan kerendahan hati. Dengan izin Allah SWT, skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang senantiasa mendoakan, memberikan cinta, semangat, dan dukungan tiada henti.

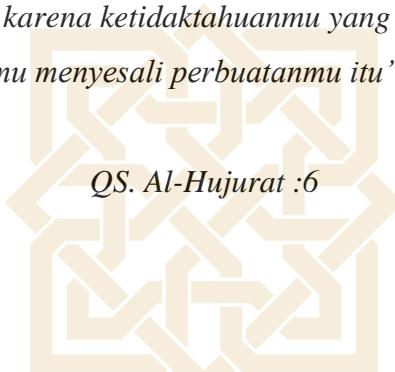
Sebagai penulis, saya persembahkan skripsi ini untuk kepentingan akademis pada program studi Komunikasi dan Penyiaran Islam agar dapat dipergunakan dengan sebaik- baiknya.



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## MOTTO

*“Wahai orang-orang yang beriman, jika seorang fasik datang kepadamu membawa berita penting, maka telitilah kebenarannya agar kamu tidak mencelakakan suatu kaum karena ketidaktahuamu yang berakibat kamu menyesali perbuatanmu itu”<sup>1</sup>*



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

---

<sup>1</sup> Qs. Al-Hujurat ayat 6

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahirabbil 'alamin,*

Segala puji bagi Allah SWT, atas segala karunia dan ridho-Nya yang telah memberikan kesempatan, kekuatan, kemudahan, dan kesehatan kepada peneliti untuk bisa menyelesaikan penelitian ini. Shalawat dan salan tidak lupa senentiasa peneliti haturkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW atas rahmat dan hidayahnya kita dapat melewati zaman kegelapan ke zaman penuh ilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai derajat sarjana strata 1 Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam proses penggerjaan skripsi ini, pihak-pihak tersebut adalah:

1. Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Prof. Noorhaidi, M.A, M.Phil, Ph.D.
2. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kaljaga Yogyakarta, Prof. Dr. Arif Maftuhin, M.Ag., M.A.I.S.
3. Ketua Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam UIN

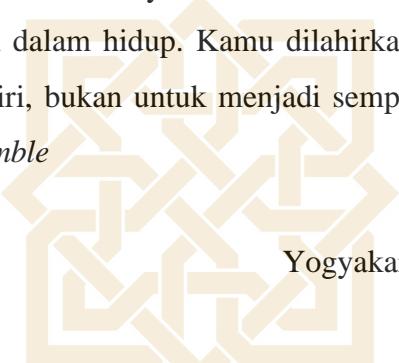
Sunan Kalijaga Yogyakarta, Saptoni, S.Ag., M.A.

4. Dosen Pembimbing Skripsi, Dra. Anisah Indriati., M.Si., yang telah memberikan arahan dan bimbingan untuk penulis. Senantiasa memberikan semangat dan nasihat yang pastinya sangat berguna bagi peneliti.
5. Dosen Penasihat Akademik, Muhammad Luthfi Habibi., M.A., yang sudah membimbing dan mengarahkan peneliti selama berkuliah di Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam.
6. Jajaran Dosen Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memnrikan ilmu dan pengalamannya kepada peneliti dari awal semester sampai akhir
7. Staf Tata Usaha Fakultas Dakwah dan Komunikasi yang telah membantu peneliti dalam hal administrasi yang diperlukan oleh peneliti.
8. Kedua orang tua saya, Abah Umardi Rosyid dan Ibu Hidayati Sholikhah yang senantiasa mendoakan, memberi semangat, mendengarkan keluh kesah saya. Terimakasih atas segala dedikasi dan pengorbanan yang telah diberikan kepada saya. Tanpa doa dan pengorbanan abah dan ibuk, mungkin saya tidak bisa tetap kuat bahkan sampai di titik ini.
9. Kedua adik saya, Melati Asfa Della dan Muhammad Imdad Helmi yang menjadi salah satu penyemangat agar peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Mari selalu menjadi kebanggan kedua orang tua kita tercinta.
10. Teman-teman seperjuangan Angkatan 2021 Program Studi

Komunikasi dan Penyiaran Islam yang telah menemani perjalanan saya di kampus tercinta ini. Sukses selalu teman-teman.

11. Grup Sirkel Mbah Yoto, Intan, Okta, Dina, dan Ara selaku teman-teman yang yang supportif dan informatif terkait segala informasi dari awal perkuliahan sampai kita berada di akhir semester. Terimakasih sudah saling menyemangati, semoga kita tetap bisa menjalin silaturahmi sampai kita sukses nanti.
12. Dwi Nur Fadlila sobat *wara-wiri* yang di semester akhir ini kita saling menyemangati dan membutuhkan. Terimakasih sudah meluangkan waktu untuk saya saat ingin ke perpustakaan, nugas, bahkan *healing*.
13. Pengasuh, Pengurus, Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Yogyakarta, yang menjadi tempat saya menimba ilmu keagamaan sembari berkuliah. Terimakasih atas kesempatan untuk belajar dan bersosialisasi di tempat yang insyaallah penuh barakah dan karamah.
14. Seluruh Crew Rasida, terimakasih sudah memberikan saya tempat untuk belajar dalam dunia yang saya gemari yakni kepenyiaran. Terimakasih atas semua ilmu, pengalaman, pelajaran yang pastinya akan bermanfaat bagi saya ke depannya.
15. Kepada narasumber penelitian saya, terimakasih sebesar-besarnya atas keluangan waktu dan kesediaanya menjadi narasumber dalam penelitian ini.

16. Seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
17. *Last but not least*, untuk diri saya selaku penulis, Hikmah Sita Marshali, Terima kasih untuk selalu kuat dan pantang menyerah hingga saat ini. Ingatlah segala kesulitan yang sedang dilalui nantinya akan membuka kebahagiaan-kebahagiaan dalam hidup. Kamu dilahirkan untuk menjadi dirimu sendiri, bukan untuk menjadi sempurna. *Keep calm and stay humble*



Yogyakarta, 23 Mei 2025



Hikmah Sita Marshali

NIM. 21102010052

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## **ABSTRAK**

Hikmah Sita Marshali (21102010052), 2025. *Self diagnose Gangguan Siklus Menstruasi Melalui Media Sosial TikTok (Studi Fenomenologi Pada Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al- Muhsin Yogyakarta)*

*Self diagnose* belakangan ini menjadi fenomena yang marak terjadi karena perkembangan teknologi yang semakin pesat. Media sosial yang sangat bervariatif seperti halnya TikTok menjadi media awal yang menjembatani seseorang melakukan *self diagnose*. Konten kesehatan tentang gangguan siklus menstruasi menjadi salah satu isu yang dibahas di konten media sosial TikTok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui motif dan kepuasan santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta dalam melakukan *self diagnose* gangguan siklus menstruasi di media sosial TikTok berdasarkan teori *Uses and Gratification*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi fenomenologi, penelitian ini menggali pengalaman dari delapan informan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa para santriwati memiliki beragam motif, di antaranya adalah motif pengawasan, identitas pribadi, integrasi dan interaksi sosial, serta pengalihan. TikTok menjadi media yang dinilai dapat memenuhi kebutuhan kognitif, afektif, integrasi personal, integrasi sosial, dan pelepasan ketegangan. Meskipun merasa terbantu, Sebagian informan tetap melakukan verifikasi lanjutan di platform lain atau ke orang terdekat seperti keluarga atau teman. Penelitian ini menunjukkan bahwa TikTok berfungsi sebagai sumber informasi awal yang signifikan dalam konteks kesehatan reproduksi wanita, tetapi tetap memerlukan literasi digital dan kesehatan yang benar agar tidak terjadi misdiagnosis.

**Kata Kunci:** *Self diagnose, Siklus Menstruasi, TikTok, Uses and Gratification, Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta*

## **ABSTRACT**

*Hikmah Sita Marshali (21102010052), 2025. Self diagnose Menstrual Cycle Disorders Through TikTok Social Media (Phenomenological Study on Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al- Muhsin Yogyakarta)*

*Self-diagnosis has recently become a widespread phenomenon due to the rapid development of technology. Very varied social media such as TikTok is the initial media that bridges someone to do self-diagnosis. Health content about menstrual cycle disorders is one of the issues discussed in TikTok social media content. This study aims to determine the motives and satisfaction of santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta in self-diagnosing menstrual cycle disorders on TikTok social media based on the Uses and Gratification theory. This research uses a qualitative approach with a phenomenological study, this research explores the experiences of eight informants. The results of this study show that the santriwati have various motives, including the motives of supervision, personal identity, social integration and interaction, and diversion. TikTok is a medium that is considered to fulfill cognitive, affective, personal integration, social integration, and tension release needs. Despite feeling helped, some informants still conduct further verification on other platforms or to the closest people such as family or friends. This study shows that TikTok serves as a significant source of initial information in the context of women's reproductive health, but still requires proper digital and health literacy to avoid misdiagnosis.*

***Keywords: Self diagnose, Menstrual Cycle, TikTok, Uses and Gratification, Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta***

## **DAFTAR ISI**

<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	i
<b>SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI .....</b>	ii
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	iii
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	iv
<b>MOTTO .....</b>	v
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	vi
<b>ABSTRAK .....</b>	x
<b>ABSTRACT .....</b>	xi
<b>DAFTAR ISI .....</b>	xii
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	xv
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	xvi
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Kegunaan Penelitian .....	9
E. Kajian Pustaka .....	10
F. Kerangka Teori .....	16
G. Metode Penelitian .....	38

H. Sistematika Pembahasan.....	45
<b>BAB II GAMBARAN UMUM TENTANG PROFIL PONDOK PESANTREN SALAFIYAH AL-MUHSIN DAN KONTEN GANGGUAN SIKLUS MENTRUASI DI MEDIA SOSIAL TIKTOK .....</b>	<b>47</b>
A. Profil Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta .....	47
B. Konten Gangguan Siklus Menstruasi di Media Sosial TikTok .....	57
<b>BAB III SELF DIAGNOSE GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI MELALUI MEDIA SOSIAL TIKTOK ....</b>	<b>65</b>
(Studi Fenomenologi pada Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta) .....	65
A. Motif Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta Melakukan <i>Self diagnose</i> tentang Gangguan Siklus Menstruasi di Media Sosial TikTok .....	65
B. Kepuasaan Santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin tentang Konten Gangguan Siklus Menstruasi di Media Sosial TikTok .....	84
<b>BAB IV PENUTUP .....</b>	<b>98</b>
A. Kesimpulan .....	98
B. Saran .....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>101</b>

**LAMPIRAN.....109**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....138**



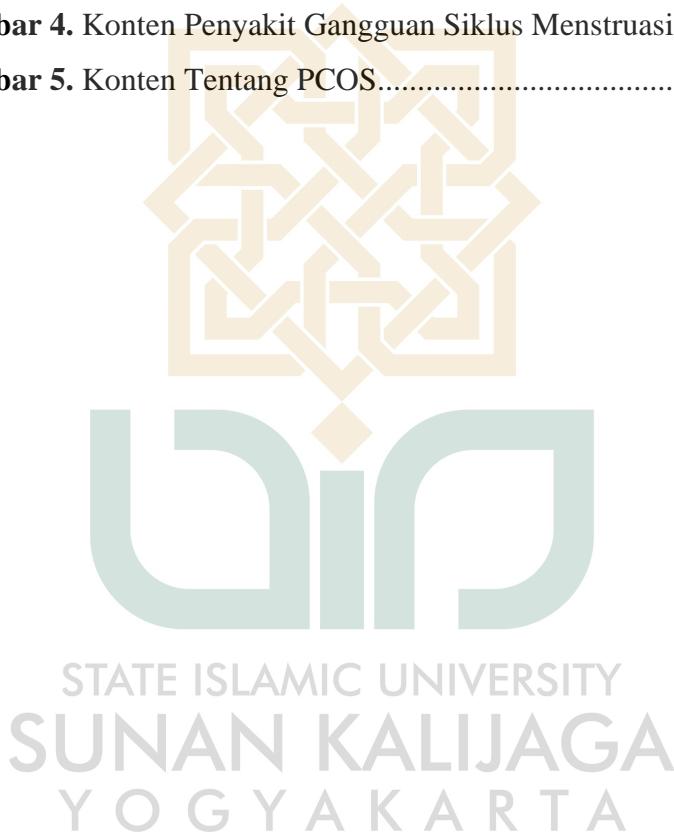
## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.</b> Tipe Kebutuhan yang Dipuaskan Media .....	36
<b>Tabel 2.</b> Pembagian Komplek Kamar Santriwati .....	54
<b>Tabel 3.</b> Daftar Informan .....	56



## **DAFTAR GAMBAR**

<b>Gambar 1.</b> Gedung Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin ..	48
<b>Gambar 2.</b> Contoh Konten Gangguan Siklus Menstruasi.....	59
<b>Gambar 3.</b> Konten Ning Sheila Hasina.....	61
<b>Gambar 4.</b> Konten Penyakit Gangguan Siklus Menstruasi ....	62
<b>Gambar 5.</b> Konten Tentang PCOS.....	63



## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Perkembangan pesat teknologi informasi menjadikan masyarakat mudah untuk mengakses berbagai informasi kesehatan dengan lebih efisien. Kemudahan yang didapat ini memicu kesimpulan yang keliru dan berpotensi membahayakan kesehatan individu, karena menyebabkan misdiagnosis dan penanganan penyakit yang tidak tepat. Informasi yang didapatkan bukan dari ahli terkait membuat individu mendiagnosis dirinya sendiri dengan menilai gejala-gejala yang dialami oleh individu tersebut. Beberapa orang yang melakukan *self diagnose* mengaku memiliki penyakit atau gangguan tanpa ada konsultasi pada ahli profesional. Melakukan *self diagnose* dapat berakibat fatal, karena setiap kondisi medis memerlukan penanganan yang spesifik dan akurat, apabila penanganannya salah dapat memperburuk kondisi kesehatan dan menimbulkan komplikasi yang lebih serius.<sup>2</sup>

*Self diagnose* sendiri terdiri dari faktor yang memfasilitasi, yakni faktor internal berupa rasa ragu, dan faktor eksternal berupa literatur psikologis, sumber online, dan media

---

<sup>2</sup> Eva Meizara Puspita Dewi et al., “Psikoedukasi *Self diagnose*: Kenali Gangguan Anda Sebelum Menjudge Diri Sendiri,” *Pengabdi*, vol. 3: 1 (2022), hlm. 20.

sosial. *Self diagnose* juga bisa berakibat pada berbagai efek, yakni efek kognitif (kebingungan, peningkatan kecemasan) efek afektif (tekanan fisik dan emosional), efek perilaku (kesulitan beradaptasi, kebiasaan yang tidak sehat), dan efek positif (mempelajari kapabilitas gangguan, mendorong pencarian bantuan medis).<sup>3</sup>

Jika melihat kasus di negara-negara berkembang, akses pada layanan kesehatan terbatas, sehingga tidak banyak yang mengambil jalan pintas dengan melakukan *self diagnose*.<sup>4</sup> Hal ini sesuai dengan anggapan bahwa meskipun tidak ada keterlibatan tenaga ahli secara langsung, tindakan *self diagnose* dianggap lebih efisien dan terjangkau. Meski begitu, fenomena ini memang memberikan kemudahan dan ke-efisienan, tapi perlu adanya kesadaran bahwa dampak negatif yang ditimbulkan juga bisa merugikan kesehatan individu, jika tidak diimbangi sikap selektif pada informasi yang diperoleh secara mandiri.

Sedangkan di negara Indonesia sendiri, jumlah keseluruhan praktik *self diagnose* menjadi hal yang disorot secara substansial. Hal ini berdasarkan dari hasil penelitian yang menunjukkan jika sekitar 58,1% remaja tergolong pada kategori kuat untuk melakukan *self diagnose*. Sedangkan pada penelitian

---

<sup>3</sup> Nurmaya Amrah, Siti Murdiana, and Ismalandari Ismail, “Gambaran *Self diagnose* Mental Disorder Pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial,” *Jurnal Ilmiah Psikomuda (JIPM) Connectedness*, vol. 4: 1 (Juni, 2024), hlm. 36–47.

<sup>4</sup> Saridewi, N. L dan Rokhayani, D. A, “Perilaku *Self diagnose* pada Remaja”, *Jurnal Keperawatan Soedirman*, vol 15: 1 (2020), hlm. 90-99.

lain, menunjukan sebesar 77,3% pada rentang usia dewasa awal juga melakukan *self diagnose*.<sup>5</sup> Penyebab perilaku *self diagnose* ini dipicu oleh keterbatasan akses dalam pelayanan kesehatan yang memadai, pengetahuan yang kurang mengenai gejala penyakit, serta kekhawatiran terkait biaya perawatan yang tinggi. Pada kenyataannya, melakukan *self diagnose* dapat berpotensi menunda atau bahkan mengabaikan perawatan yang sebenarnya diperlukan dan berakibat pada diagnosis yang tidak tepat.<sup>6</sup>

Fenomena *self diagnose* yang berkembang lewat media sosial menjadi masalah yang tidak dapat dihindari. Media sosial seperti Instagram, TikTok, Youtube, dan berbagai forum kesehatan online memberikan wadah bagi individu untuk berbagi pengalamannya terkait gejala, dampak, dan proses pengobatan yang telah dijalani. Sehingga, hal ini dapat meningkatkan rasa empati antar pengguna, tetapi juga menjadikan individu untuk mendiagnosis keadaan medis yang didasarkan pada informasi yang belum tentu benar dan valid.

Media sosial TikTok menjadi salah satu media berbagi informasi yang dibutuhkan oleh masyarakat, misalnya tentang isu kesehatan. Salah satu masalah utama yang berkaitan dengan fenomena ini adalah pengguna media sosial TikTok yang tidak mempunyai latar belakang pengetahuan medis yang mumpuni,

---

<sup>5</sup> Briliani Putri Pijar Pratiwi, “Gambaran Bias Kognitif Pada Adolescence Yang Melakukan *Self diagnose* Terhadap Penyakit Mental,” *Seroja Husada: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 1: 3 (2024), hlm. 205

<sup>6</sup> Ibid., hlm. 206

kemudian membuat video-video yang menjabarkan gejala penyakit tertentu ditambah dengan klaim yang tidak disertai bukti bahkan penafsiran yang berlebihan. Hal ini menjadikan pengguna merasa yakin menderita kondisi medis terkait.

Isu yang dijadikan konten di TikTok salah satunya tentang siklus menstruasi. Siklus menstruasi adalah menstruasi yang berulang setiap bulan dan suatu proses kompleks mencakup reproduktif dan *endokrin* yang saling berhubungan secara menyeluruh serta saling berpengaruh satu sama lain.<sup>7</sup> Panjang siklus menstruasi merupakan jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang sebelumnya dan mulainya tanggal menstruasi yang baru. Normalnya, panjang siklus menstruasi adalah 28 hari. Akan tetapi, beberapa wanita mempunyai siklus menstruasi yang tidak teratur disebabkan karena pusat pengaturan stress di otak yang berlokasi dekat dengan pusat pengaturan menstruasi.<sup>8</sup> Gangguan siklus menstruasi menjadi indikator penting yang menunjukkan terdapat gangguan fungsi reproduksi yang dapat dikaitkan dengan risiko beberapa penyakit seperti kanker serviks dan infertilitas. Hal ini yang biasanya menjadi topik bahasan di

---

<sup>7</sup> Izmi Fadhilah Nasution et al., “Penyuluhan Tentang Siklus Menstruasi Dan Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Mestrusasi Pada Wus Di Lembaga Permasyarakatan Kota Padangsidimpuan”, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa*, vol.5: 3 (2023), hlm. 188.

<sup>8</sup> Pinasti Sekar, Gunadi, and Merry Tiyas Anggraini, “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas 2 Di SMA N 1 Kendal,” *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah*, vol. 1: 2 (2012), hlm. 47–50.

konten-konten TikTok yang beredar luas dan diakses oleh sejumlah wanita pengguna TikTok.

Jika melihat pada penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, fenomena *self diagnose* ini menjadi topik bahasan yang menarik untuk diteliti. Isu yang sering diangkat dalam penelitian sebelumnya adalah terkait tema psikologi seperti halnya isu kesehatan mental. Dalam salah satu penelitian yang dilakukan oleh Elisa Febriana dan Ulfa Amalia, menunjukan hasil jika fenomena *self diagnose* memunculkan dampak seperti mengalami gangguan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, melakukan pencarian informasi tambahan yang terkait dengan gejala yang dialaminya melalui media digital, merasa menurunnya energi dan suasana hati serta mudah tersulut emosi. Tidak banyak juga penelitian yang mengangkat tentang COVID-19 yang pernah terjadi pada tahun sebelumnya, pengguna media sosial mendiagnosis dirinya apabila terjadi gejala yang umum disebabkan oleh virus corona ini.

Apabila dalam penelitian terdahulu mengangkat konten tentang isu kesehatan mental atau virus COVID 19, maka penelitian yang akan diteliti ialah tentang konten gangguan siklus menstruasi. Banyak konten di TikTok yang mengunggah tentang permasalahan siklus menstruasi ini. Maka dapat diasumsikan fenomena *self diagnose* juga dapat dilakukan oleh pengguna TikTok terutama wanita yang mengalami gejala-gejala siklus menstruasi ini. Karena tidak dapat dipungkiri setiap wanita setiap

bulannya dapat mengalami gejala siklus menstruasi yang berbeda-beda dan dapat menjadi kekahawatiran tersendiri apabila terjadi gangguan pada siklus menstruasi.

Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta, merupakan salah satu pondok pesantren berisikan santri yang juga aktif berkuliah di sekitar area pondok tersebut. Umur sebagian besar santri di pondok pesantren tersebut rata-rata 18 sampai 24 tahun di mana pada usia-usia ini termasuk Generasi Z yang tentunya tidak gagap teknologi dan terbiasa hidup berdampingan dengan perkembangan teknologi, tidak terkecuali media sosial TikTok. Santri di pondok ini, memiliki kebebasan untuk mengakses *smartphone* dan media sosial, terkecuali jika terdapat kegiatan kepesantrenan, seperti sholat jamaah, mengaji, dan madrasah diniyah. Dalam penelitian ini, difokuskan untuk menjadikan santriwati di pondok tersebut sebagai subjek penelitian karena fenomena *self diagnose* ini bisa saja dilakukan oleh santri putri disini apalagi terkait isu yang lekat dengan kehidupan santri yakni siklus menstruasi dan mudahnya santri dalam mengakses media sosial.

*Self diagnose*, khususnya di media sosial TikTok menjadi fenomena yang semakin umum, terutama di kalangan remaja putri. Apabila semakin banyak wanita yang melakukan diagnosis sendiri atas gejala gangguan siklus menstruasi yang mereka alami tanpa konsultasi dari ahli medis, risiko yang ditimbulkan cukup berbahaya. Hal tersebut bisa menyebabkan misdiagnosis dan

memicu pada penanganan yang tidak tepat. Penelitian ini juga penting karena mengambil konteks santriwati di pondok pesantren yang dilihat dari gaya hidup, akses media, serta pemaknaan terhadap kesehatan reproduksi. Hal ini memberikan pandangan baru tentang bagaimana wanita muslim yang hidup dalam lingkungan religious berinteraksi dengan media digital dan isu kesehatan. Apabila penelitian ini tidak dilakukan, fenomena *self diagnose* terkait gangguan siklus menstruasi ini akan semakin marak, akan banyak wanita yang mengalami ketakutan dan kecemasan terkait kondisinya yang belum pasti kebenarannya karena hanya mengandalkan asumsi dari informasi yang didapatkan dari media sosial.

Dengan memahami fenomena ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada kajian komunikasi kesehatan, terutama pada aspek literasi media dan efektivitas pesan kesehatan, di ruang digital. Selain itu, temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang relevan bagi para komunikator kesehatan, lembaga pendidikan, serta pihak terkait lainnya dalam membimbing masyarakat, khususnya remaja perempuan agar lebih bijak dalam menggunakan media sosial sebagai sumber informasi dan melibatkan tenaga medis profesional dalam penanganan gejala penyakit yang dialami, dibandingkan dengan melakukan *self diagnose* tanpa adanya dasar ilmiah yang memadai.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang sudah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apa motif santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta melakukan *self diagnose* tentang gangguan siklus menstruasi pada media sosial TikTok?
2. Bagaimana kepuasan santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta terkait konten gangguan siklus menstruasi pada media sosial TikTok?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dijelaskan, maka penelitian ini memiliki tujuan untuk:

1. Mengetahui motif santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta melakukan *self diagnose* tentang gangguan siklus menstruasi pada media sosial TikTok
2. Mengetahui kepuasan santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin tentang konten gangguan siklus menstruasi pada media sosial TikTok.

## **D. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis. yakni sebagai berikut :

### **1. Kegunaan Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman terhadap teori *uses and gratification* dengan memperbanyak literatur melalui penerapan dalam konteks komunikasi. Penelitian ini diharapkan dapat memperluas keilmuan mengenai fenomena *self diagnose*.

### **2. Kegunaan Praktis**

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

#### a. Kegunaan Bagi Peneliti

Bagi peneliti, penelitian ini adalah bentuk dari aplikasi ilmu dari teori-teori yang sudah didapatkan selama kuliah. Selain itu, penelitian ini berguna sebagai pengetahuan dan pengalaman kemudian diharapkan memunculkan penemuan baru terkait fenomena *self diagnose* pada media sosial TikTok.

#### b. Kegunaan Bagi Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi mahasiswa Universitas Islam Negri Sunan Kalijaga, dan Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam sebagai bahan literatur dan acuan bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian tentang media sosial terkhusus TikTok, penelitian dengan teori *uses and gratification*, atau tentang fenomena *self diagnose*

#### c. Kegunaan Bagi Santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin

Penelitian ini digunakan sebagai bahan evaluasi terkait dengan fenomena *self diagnose* pada media sosial TikTok, agar santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin bijak dalam mengakses konten terkait gangguan siklus menstruasi agar tidak melakukan *self diagnose* dan membimbing untuk melibatkan tenaga ahli untuk mengetahui gejala penyakit yang dialami.

### E. Kajian Pustaka

Kajian pustaka ini dilakukan dengan meninjau artikel ilmiah, buku, dan sumber lain yang selaras dengan bidang penelitian tertentu. Manfaat utama dari kajian pustaka adalah menunjukkan bahwa peneliti familiar dengan topik dan konteks ilmiah yang akan diteliti, hal ini juga akan membantu peneliti untuk mengembangkan kerangka teori dan metedologi penelitian. Selain itu, peneliti dapat mengenal, mengetahui dan memahami lebih dalam lagi terkait penelitian-penelitian serupa yang pernah dilakukan sebelumnya, sehingga akan ditemukan sebuah

kebaruan untuk penelitian yang akan disusun. Dalam penelitian ini, setidaknya ada lima penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini.

Pertama, dalam *Journal of Education and Counseling* yang berjudul “*The Phenomenon of Sel-Diagnose of Mental Health In the Era of Mental Literacy*”<sup>9</sup> ditulis oleh Diandra Thufailah, Syamsu Yusuf, dan Nadia Aulia. Penelitian ini menjelaskan tentang kesadaran terkait literasi kesehatan mental yang dapat menyababkan masalah dalam bentuk *self diagnose*, hal ini terjadi ketika seseorang mendiagnosis dirinya sendiri berdasarkan literatur yang beredar di internet, kemudian mengidentifikasi dirinya memiliki kondisi mental tanpa konfirmasi dari seorang ahli profesional. Maka, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji fenomena *self diagnose* kesehatan mental di era literasi dengan metode studi literatur sistematis, metode ini digunakan untuk mengumpulkan, mengidentifikasi, dan menganalisis literatur yang ditemukan secara sistematis. Hasil yang didapatkan adalah adanya hubungan antara *self diagnose* dan literasi kesehatan mental, serta potensi dampak positif *self diagnose* tentang literasi kesehatan mental ini.

Perbedaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah objek penelitian yang berbeda, penelitian

---

<sup>9</sup> Diandra Sukmawati, Syamsu Yusuf, and Nadia Nadhirah, “The Phenomenon of Self-Diagnosis of Mental Health in The Era of Mental Health Literacy,” *Journal of Education and Counseling (JECO)* vol. 4(1), (2023) hlm. 48–63.

yang akan dilakukan akan mengkaji tentang media sosial TikTok tentang konten gangguan siklus menstruasi, sedangkan penelitian ini meneliti tentang literatur di internet tentang kesehatan mental. Penelitian ini sama-sama mengangkat fenomena *self diagnose* untuk diteliti.

Kedua, dalam *Journal of Psychological Students* yang berjudul “Fenomena *Self diagnose* di Era Pandemi COVID-19 dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental”.<sup>10</sup> Penelitian yang ditulis oleh Imas Maskanah ini bertujuan untuk mengetahui dampak dari *self diagnose* terhadap kesehatan mental. Metode penelitian yang digunakan ialah dengan pendekatan kualitatif dengan jenis fenomenologi menggunakan data secara online melalui kuisioner dan wawancara terhadap empat mahasiswa Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*) untuk menggambarkan dan memaknai pengalaman responden saat melakukan diagnosis mandiri. Berdasarkan hasil penelitian ini, *self diagnose* memberikan efek yang buruk bagi kesehatan mental. Menurut tiga dari empat responden, gangguan kesehatan mental yang disebabkan oleh *self diagnose* ternyata dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. Efek yang dirasakan oleh responden,

---

<sup>10</sup> Imas Maskanah, “Fenomena Self-Diagnosis Di Era Pandemi COVID-19 Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental,” *Journal of Psychology Students*, vol.(1), (2022), hlm.1–10.

diantaranya kecemasan berlebih, takut terhadap hal yang belum tentu terjadi, merasa tertekan, dan stress.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah menggunakan pendekatan yang sama, yakni pendekatan kualitatif dengan studi fenomenologi pada fenomena *self diagnose*. Penelitian sebelumnya berfokus pada dampak dari fenomena *self diagnose* pada kesehatan mental di era COVID 19, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah untuk mengetahui motif melakukan *self diagnose* tentang gangguan siklus menstruasi.

Ketiga, dalam penelitian berupa skripsi dari Najikah Umi Salamah pada tahun 2024, yang berjudul “Fenomema *Self diagnosed* Kesehatan Mental pada Remaja Pengguna TikTok Kota Salatiga”.<sup>11</sup> Tujuan disusunnya penelitian ini untuk mengetahui faktor terkait *self diagnose* pada remaja di Kota Salatiga yang menggunakan TikTok, selain itu penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui dampak kesehatan mental remaja yang mengalami *self diagnose*. Metode penelitian yan dipakai adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini menghasilkan data yang menunjukan bahwa remaja sering terkontaminasi konten-konten kesehatan mental yang beredar di

---

<sup>11</sup> Najikah Umi Salamah, “Fenomena Self-Diagnosed Kesehatan Mental Pada Remaja Pengguna Tik-Tok Di Kota Salatiga - UIN Salatiga Repository,” Repository UIN Salatiga, 2024.

TikTok sehingga mendorong mereka untuk mengenali gejala-gejala tertentu pada dirinya sendiri.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penggunaan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, objek yang diteliti juga sama, yakni media sosial TikTok. Perbedaannya pada subjek penelitian yakni remaja di Kota Salatiga, sedangkan penelitian yang akan dilakukan subjek nya adalah santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin. Selain itu isu yang diangkat berbeda yakni tentang kesehatan mental, sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah tentang gangguan siklus menstruasi.

Keempat, dalam *E-Journal* Institut Agama Kristen Negri Manado, yang berjudul “Analisis Teori *Uses and gratification*: Motif Menonton Konten Firman Tuhan *Influencer* Kristen pada Media Sosial TikTok”.<sup>12</sup> Penelitian ini bertujuan untuk memahami motif menonton konten Firman Tuhan Influencer Kristen di media sosial TikTok. Motif yang dimaksud adalah berdasarkan motif kebutuhan yang dipuaskan oleh media. Metode penelitian menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data yakni observasi dan wawancara pada dua narasumber penonton konten Firman Tuhan Pastor Siawarta

---

<sup>12</sup> Jeremia Emgelita Wakas and Maria Barten Natalia Wulage, “Analisis Teori *Uses and gratification*: Motif Menonton Konten Firman Tuhan Influencer Kristen Pada Media Sosial Tiktok,” *Tepian: Jurnal Misiologi Dan Komunikasi Kristen*, vol. 1: 1 (2021).

di TikTok. Hasil penelitian ini menunjukan motif menonton konten Firman Tuhan didorong oleh kebutuhan kognitif, afektif, integrasi sosial, dan pelepasan ketegangan. Sedangkan kebutuhan integrasi personal tidak menjadi motif utama untuk meningkatkan kredibilitas dan kepercayaan diri khalayak.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah penggunaan teori yang sama yakni teori *uses and gratification*, kemudian tujuan penelitian yang sama yaitu untuk mengetahui motif khalayak dalam mengakses konten di media sosial TikTok. Sedangkan perbedaannya adalah tema yang diangkat, penelitian yang akan dilakukan akan meneliti tentang fenomena *self diagnose* tentang gangguan siklus menstruasi pada media sosial TikTok, sedangkan penelitian ini tentang menonton konten Firman Tuhan di media sosial TikTok.

Kelima, dalam jurnal yang ditulis oleh Nur Makkiah dan Hodiri Adi Putra, dengan judul “Edukasi Manajemen Tingkat Stress dan Siklus Menstruasi pada Santriwati Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta”.<sup>13</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengedukasi dan meningkatkan kesadaran santriwati untuk menghadapi stress dan siklus menstruasi. Metode yang dipakai adalah pengukuran tingkat stress, pemberian pendidikan kesehatan, tanya jawab dan konsultasi secara online. Hasil

---

<sup>13</sup> N Makiyah and Hodiri Adi Putra, “Edukasi Manajemen Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta,” *Humanism: Journal of ...* 2, no. 2 (2020): 81–90, <http://journal.stikessuryaglobal.ac.id/index.php/humanis/article/view/315>.

penelitian ini menunjukan sebanyak 26 santriwati mengalami siklus menstruasi tidak teratur dan sebanyak 11 santriwati mempunyai siklus menstruasi yang teratur. Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah menjadikan santriwati sebagai subjek penelitian dan mengangkat isu tentang siklus menstruasi. Perbedaannya terdapat pada tema yang diangkat, penelitian ini membahas tentang edukasi manajemen tingkat stress dan siklus menstruasi, dan penelitian yang akan dilakukan mengangkat fenomena *self diagnose* gangguan siklus menstruasi.

## F. Kerangka Teori

### 1. *Self diagnose*

*Self diagnose* berasal dari bahasa Inggris, yang terdiri dari dua kata yaitu *self* yang berarti sendiri dan *diagnose* yang artinya menentukan suatu penyakit yang diderita dengan meneliti gejala yang dialami. *Self diagnose* merupakan suatu proses dimana individu melihat ke dalam diri mereka sendiri untuk mencari gejala patologis tanpa arahan dari pihak profesional dalam mengenali suatu gejala penyakit atas gangguan yang dialami.<sup>14</sup>

Annisa Poedji Pratiwi mengatakan, *self diagnose* atau mendiagnosa diri sendiri merupakan proses diagnosis terhadap

---

<sup>14</sup> Amrah, Murdiana, dan Ismail, “Gambaran *Self diagnose* Mental Disorder Pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial,” *Jurnal Ilmiah Psikomuda*, vol. 4: 1 (2024), hlm. 36-47.

diri sendiri tentang gejala yang diidapnya terkait suatu gangguan atau penyakit berdasarkan pengetahuan diri sendiri atau informasi yang didapatkan secara mandiri lewat buku, internet, atau pengalaman diri dan keluarga. Menurutnya, *self diagnose* justru dapat berdampak pada rasa khawatir yang berlebihan , salah penanganan, bahkan kondisi kesehatan yang lebih parah. *Self diagnose* sangat mungkin terjadi di era informasi yang tak terbatas dan sangat mudah diakses ini.<sup>15</sup> Kemudahan akses internet membuat informasi tentang pengobatan sangat mudah ditemukan. Sayangnya, tidak semua informasi yang dimuat telah diverifikasi oleh para ahli. Sikap selektif sangat diperlukan dalam memilih sumber yang terpercaya.<sup>16</sup>

### Dampak *Self diagnose*

Terdapat dampak yang dapat terjadi karena *self diagnose*, mulai dari dampak kognitif, afektif, perilaku, ada pula dampak positif. Berikut ini penjabaran dari masing-masing dampak *self diagnose*.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

---

<sup>15</sup> *Self diagnose* – Psychology – BINUS UNIVERSITY (2022) <https://psychology.binus.ac.id/2022/04/08/self-diagnose/> (Diakses pada 5 November 2024 pukul 14.42)

<sup>16</sup> Eva Meizara Puspita Dewi et al., “Psikoedukasi *Self diagnose*: Kenali Gangguan Anda Sebelum Menjudge Diri Sendiri,” *Pengabdi*, vol. 3: 1 (2022), hlm. 24.

### a. Dampak Kognitif

Dampak kognitif adalah efek yang terjadi saat seseorang merasa ragu atau tidak yakin dengan dirinya sendiri, misalnya apakah ia mengalami penyakit yang sama dengan gejala yang dialami atau tidak. Hal ini dapat menimbulkan reaksi yang dapat dikatakan tidak normal dan membuat seseorang kehilangan kepercayaan diri bahkan putus asa, beberapa dampak kognitif yang sering kita temukan diantaranya:

#### 1) Salah diagnosis

Diagnosis yang disumsikan pada analisis menyeluruh terhadap gejala, riwayat medis, faktor lingkungan, pemeriksaan fisik serta pemeriksaan penunjang. Beberapa membutuhkan berbagai tes tindak lanjut dan observasi lebih lanjut untuk menentukan apakah ada masalah fisik atau psikologis yang terjadi. Tanpa adanya penyelidikan lebih mendalam, tidak mungkin untuk bisa mendapatkan kesimpulan dari gejala yang dirasakan hanya dengan membandingkan dengan gejala yang tertera.

#### 2) Salah penanganan

Diagnosis yang tidak tepat cenderung mengarah pada perawatan yang salah. Misalnya dalam membeli obat setelah melakukan *self diagnose* atau pengobatan yang nantinya akan berakibat fatal karena hasil dari *self diagnose* tanpa adanya

campur tangan ahli profesional. *Self diagnose* dapat menimbulkan efek samping yang berbahaya karena penyakit yang berbeda membutuhkan peawatan, jenis, dan dosis yang pastinya berbeda.

### 3) Menyebabkan masalah kesehatan yang lebih berisiko

*Self diagnose* dapat memperburuk penyakit dan menyebabkan masalah baru (komplikasi). Pemberian obat yang tidak tepat bukan malah menyembuhkan penyakit, akan tetapi malah menambah penyakit yang lain. Tak hanya itu, kebiasaan mencari dan mengonsumsi infomasi medis secara berlebihan dari internet dan media sosial dapat memicu kecenderungan untuk mendiagnosis diri sendiri secara tidak akurat, atau dapat dikatakan dengan *cyberchondria*. Kondisi ini dapat menimbulkan kecemasan dan kepanikan yang berlebihan.

#### b. Dampak afektif

Dampak afektif ini merupakan efek yang terlihat jelas berdasarkan dengan data dari kesulitan fisik dan emosional seseorang yang stelahnya dapat mengalami *self diagnose*. Selain itu, dampak afektif yang nampak lainya ialah saat penderita *self diagnose* itu sendiri akan mempengaruhi pembiasaan di masa depan.

### c. Dampak perilaku

Konsekuensi dari perilaku ini mendorong kita untuk hidup dalam kecemasan dan bersikap negatif terhadap orang lain. Akibatnya, kita terjebak dalam optimisme yang dipaksakan, hal ini membuat kita merasa tertekan untuk selalu ber sikap baik dan menyenangkan orang lain, sehingga kita dapat kehilangan jati diri.

### d. Dampak positif

*Self diagnose* itu sendiri juga memuat dampak positif. Beberapa manfaat yang dapat diambil dari *self diagnose* ini seperti, seseorang bisa mempertimbangkan gejala-gejala yang dialaminya dalam mempelajari ilmu tentang *self diagnose*. Akan tetapi, mendiagnosis diri sendiri bukan kemudian dibenarkan dengan adanya dampak positif ini, sebab dampak negatif yang ditimbulkan jauh lebih banyak dan berbahaya yang tentunya berdampak pada diri sendiri yang rugi.<sup>17</sup>

Individu yang melakukan *self diagnose* cenderung mempunyai pengetahuan tentang kegiatan yang dilakukan dan pengetahuan tentang apa yang dialaminya. Dalam praktik *self diagnose* seseorang memproses informasi yang ia dapatkan melalui internet ataupun media sosial, yang dampaknya tak jarang

---

<sup>17</sup> Ulul Albab Annury et al., “Dampak *Self diagnose* Pada Kondisi Mental Health Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya,” *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Ilmu Sosial (SNIIS)*, vol. 1 (2022), hlm. 48–86.

akan membuat seseorang merasa bingung akan diri mereka sendiri.<sup>18</sup>

## 2. Siklus Menstruasi

Menstruasi adalah pendarahan yang berasal dari *uterus* yang terjadi secara periodik dan berkala, hal ini ditimbulkan karena pelepasan *endometrium* karena hormon ovarium yang mengalami penurunan, akhir dari siklus ovarium ini biasanya dimulai sekitar 14 hari setelah proses ovulasi atau pembuahan.<sup>19</sup>

Menstruasi terjadi pada siklus bulanan yang dialami oleh wanita, diindikasikan dengan keluarnya darah dan sel-sel tubuh dari vagina. Proses keluarnya darah ini disebabkan karena tidak ada pembuahan yang dilakukan. Menstruasi terjadi pada suatu periode yang berlangsung sekitar 21-35 hari atau setiap satu bulan sekali dengan jangka waktu normal sekitar 2-7 hari.<sup>20</sup>

---

<sup>18</sup> Safa Jayanti, ; Adrio, and Kusmareza Adim, “Konsep Diri Self-Diagnose Anxiety Mahasiswa Prodi Ilmu Komunikasi Universitas Telkom,” *Jurnal Ilmu Komunikasi UHO : Jurnal Penelitian Kajian Ilmu Komunikasi Dan Informasi*, vol. 9: 4 (2024) hlm. 869-870.

<sup>19</sup> Hariawan Junardi, “Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Stikes Hamzar Lombok Timur,” *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN 2721-4796 (Online)*, vol. 4: 3 (2023), hlm. 48–53.

<sup>20</sup> Cut Ita Zahara et al., “Psikoedukasi Siklus Menstruasi : Cara Mengelola Emosi Pada Remaja Ketika Menstruasi Datang Di Desa Mongeudong,” *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS*, vol. 2: 3 (2024).

Siklus menstruasi merupakan pertanda proses kematangan organ reproduksi yang ditimbulkan oleh hormon yang ada pada tubuh setiap perempuan. Peranan siklus menstruasi berkaitan dengan tingkat keseburan perempuan. Siklus ini berlangsung dengan teratur apabila seorang remaja yang menginjak umur 17-18 tahun, akan tetapi juga dapat terjadi setelah 3-5 tahun dari usia *menarche* atau menstruasi yang datang pertama kali pada seorang wanita yang sedang menginjak dewasa. Siklus menstruasi terjadi setiap 21-35 hari sekali, adapun normalnya lama berlangsunya menstruasi terjadi sekitar 2-7 hari.<sup>21</sup>

Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), sekitar 11,7% remaja putri di Indonesia harus menghadapi gangguan siklus menstruasi, presentase 14,9% didapatkan dari remaja putri di perkotaan yang mengalami gangguan siklus menstruasi. Dalam beberapa penelitian, menunjukan bahwa remaja putri yang berusia 10-19 tahun memiliki gangguan siklus menstruasi yang cukup tinggi dengan presentas sebesar 93,2%. Biasanya faktor yang berpengaruh pada terjadinya hal ini adalah Indeks Masa Tubuh (IMT), aktivitas fisik, dan tingkat stress.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> Islamy Aesthetica dan Farida, “Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Tingkat III ” *Jurnal Keperawatan Jiwa*, vol. 7: 1 (2019), hlm. 13

<sup>22</sup> Anggi Ayuni Moulinda et al., “Relationship of Nutritional Status, Sleep Quality and Physical Activity with The Menstrual Cycle in Adolescent Girls at SMAN 98 Jakarta,” *Jgk*, vol. 15: 1 (2023), hlm. 1–12.

Beberapa faktor yang berpengaruh pada siklus menstruasi diantaranya adalah, faktor hormon, psikis, aktivitas, gizi dan pola makan. Selain itu, lamanya siklus menstruasi juga disebabkan oleh usia, berat badan, tingkat stress, genetik, dan gizi.<sup>23</sup> Permasalahan yang kerap dijumpai oleh para wanita terkait siklus menstruasi ini adalah ketidakteraturan siklus menstruasi. Hal tersebut cukup berdampak apabila tidak diatasi dengan benar dan tepat waktu, akibatnya akan menganggu kesuburan, kehilangan darah yang berlebihan yang berefek timbulnya anemia.<sup>24</sup> Dalam menstruasi sendiri ada beberapa siklus yang dialami oleh wanita yaitu :

- a. *Eumenorrhea* (Normal), ialah siklus menstruasi yang runtut dengan interval keluarnya darah yang terjadi sekitar 21-35 hari
- b. *Polimenorrhea*, adalah siklus menstruasi yang lebih singkat dari biasanya yakni kurang dari 12 hari dan pendarahannya lebih sama atau lebih banyak dari normalnya. Gangguan ini berindikasi pada gangguan proses ovulasi, di mana fase luteal yang pendek. Polimenorrhea menyebabkan uniovulasi pada wanita karena tidak matangnya sel telur.

---

<sup>23</sup> Evin Dwi Prayuni, Ario Imandiri, and Myrna Adianti, “Therapy for Irregular Menstruation With Acupuncture and Herbal Pegagan (*Centella Asiatica* (L.)),” *Journal Of Vocational Health Studies*, vol. 2: 2 (2019), hlm. 86.

<sup>24</sup> Hilda Nurfadilah, Izna Nurdianty Muhdar, and Devieka Rhama Dhanny, “Aktivitas Fisik Dan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa FIKES UHAMKA,” *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, vol. 4: 1 (2022), hlm. 9–17.

c. *Oligomenorrhea*, merupakan menstruasi dengan intensitas yang jarang atau bahkan sangat sedikit, rentang waktu menstruasi ini terjadi dengan interval yang lebih lama dari 35 hari dengan total menstruasi 4-9 kali dalam setahun. Lantarannya dapat bermacam-macam, bisa karena perubahan hormon di masa perimenopause, *Prader-Will Syndrom*, PCOS, gangguan makan misalnya *anorexia nervosa*, dan *bulimia nervosa*, dan lainnya.

d. *Amenorrhea*, ialah keadaan seorang wanita subur yang biasanya mengalami menstruasi tidak yang teratur, kemudian tidak mengalami menstruasi selama 3 bulan lamanya<sup>25</sup>

Terganggunya hormon, status gizi, tinggi rendahnya IMT (Indeks Massa Tubuh), dan tingkat stress menjadi faktor yang menimbulkan gangguan siklus menstruasi. Adanya keterkaitan antara IMT dengan siklus menstruasi, contohnya akibat dari IMT yang turun menyebabkan peningkatan durasi siklus menstruasi. Wanita yang memiliki status gizi *overweight* akan cenderung mempunyai sel - sel lemak berlebih sehingga, produksi hormon esterogen juga lebih banyak. Sedangkan wanita dengan status gizi *underweight*, akan mengalami kekurangan sel lemak sehingga produksi hormon esterogen berkurang. Dampak dari hal-hal tadi ialah terjadinya ketidakaturan siklus menstruasi. Faktor lain yang menyebabkan gangguan siklus menstruasi ialah stress karena

---

<sup>25</sup> Islamy Aesthetica dan Farida, “Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Tingkat III” *Jurnal Keperawatan Jiwa*, vol. 7: 1 (2019), hlm. 13

berhubungan dengan tingkat emosi, alur berpikir, dan kondisi batin seseorang. Produksi hormon kortisol karena faktor stress akan berpengaruh pada produksi hormon esterogen pada wanita. Hormon esterogen merupakan salah satu jenis hormon seks pada wanita yang diproduksi oleh ovarium, yang salah satu fungsinya adalah untuk mengatur siklus menstruasi.<sup>26</sup>

### 3. Media Sosial TikTok

Media sosial dapat diartikan sebagai proses dinamis, individu yang terlibat disini akan menimbulkan pertukaran yang saling berhubungan. Dalam hal ini juga termasuk pembuatan, berbagi, perukaran, dan penyesuaian ide atau pemikiran lewat saluran komunikasi virtual atau jaringan. Media sosial bisa dideskripsikan sebagai kumpulan aplikasi berbasis internet yang berakar pada prinsip web 2.0. Aplikasi ini digunakan sebagai platform untuk memperluas media sosial juga memungkinkan *user* dari media sosial ini dapat membuat konten yang beragam. Seiring dengan perkembangan zaman, platform media sosial terus tumbuh dan berubah dengan karakteristik khas nya masing-masing. Dari awalnya hanya sebagai alat komunikasi, namun juga menjadi indra aktualisasi diri (*self expression*) dan pencitraan diri (*self branding*).<sup>27</sup>

---

<sup>26</sup> Ibid., hlm. 14

<sup>27</sup> Cyntia Dewi Anggraini, Azizah Des Derivanti, and Miftia Andini, “Self Disclosure Anak Broken Home Melalui Media Sosial TikTok : Studi Deskriptif Followers TikTok Di Halaman Komentar Konten

Berdasarkan data dari *We Are Social*, pengguna internet di dunia berjumlah 5,35 miliar dari total populasi jumlah penduduk 8,08 miliar. Data ini menunjukan kenaikan sebanyak 1,8% dari tahun 2023. Sedangkan di Indonesia, dari total populasi jumlah penduduk 276,4 juta pengguna media sosial yang aktif sejumlah 167 juta yang berarti 60,4% dari total populasi. Alasan utama orang Indonesia menggunakan media sosial sebagian besar adalah untuk mengisi waktu luang, kemudian menggunakan internet untuk berhubungan dengan teman dan keluaraga, untuk mengetahui apa yang sedang dibicarakan oleh orang lain, serta untuk mencari inspirasi tentang apa yang akan dilakukan atau produk. Media sosial yang banyak digunakan di Indonesia di tahun 2024 ini adalah Whatsapp, Instagram, Facebook, dan Tiktok.<sup>28</sup>

Dari kaca mata para ahli, dapat disimpulkan apabila media sosial berguna sebagai *platform* untuk terlibat dalam interaksi sosial lewat pertukaran berbagai macam konten, dapat berupa informasi, teks, foto, video dan sebagainya.<sup>29</sup> Lewat pemakaian keterhubungan internet, individu terlibat pada interaksi sosial satu sama lain dalam berbagai macam platform media sosial. Ada

---

@AKUISANN,” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Komunikasi*, vol. 3: 1 (2022), hlm. 3.

<sup>28</sup> Digital 2024 : 5 Billion Socal Media Users (2024) <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/> (diakses pada 06 November 2024 pukul 11.08)

<sup>29</sup> Ida Ayu and Nyoman Sutriani, “Aktualisasi Diri Dan Media Sosial (Dramaturgi Kaum Milenial Dalam Media Sosial Tiktok),” *Widya Duta: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Budaya* vol. 17: 2 (2022), hlm. 90.

banyak sekali media sosial yang dapat diakses misalnya seperti Whatsapp, Facebook, Instagram, BBM, X, WeChat, Line, Skype, Yahoo, TikTok, dan lain sebagainya. Salah satu media sosial yang banyak dinikmati oleh penggunanya saat ini adalah TikTok.<sup>30</sup> TikTok adalah aplikasi yang menyajikan efek spesial, unik, dan menarik yang dapat dipakai oleh para pengguna aplikasi ini dengan mudah dalam pembuatan video pendek yang dapat menarik perhatian orang yang melihatnya. Aplikasi TikTok adalah aplikasi yang dapat memperlihatkan video-video singkat dengan berbagai ekspresi masing-masing penciptanya. Serta pengguna aplikasi ini bisa mencontoh dari video pengguna yang lain yang sedang trending dan viral.<sup>31</sup>

TikTok adalah *platform* video pendek berlatar musik dan dikenal dengan nama *Douyin* di China, aplikasi ini diluncurkan pertama kali pada bulan September 2016. Pengembangan aplikasi TikTok ini dikarenakan misi dari TikTok untuk mengembangkan kreativitas dan mengabadikan momen yang berkesan bagi para penggunanya dalam bentuk video singkat yang menarik.<sup>32</sup> ByteDance. Ltd adalah perusahaan China yang mengembangkan aplikasi ini yang dimiliki oleh Yiming Zhang. TikTok menjadi pencetus platform video pendek situs konten komunitas yang

---

<sup>30</sup> Ibid

<sup>31</sup> Ibid., hlm. 92

<sup>32</sup> Rossy Ayu Sulistianti and Nugraha Sugiarta, “Konstruksi Sosial Konsumen Online Shop Di Media Sosial Tiktok (Studi Fenomenologi Tentang Konstruksi Sosial Konsumen Generasi Z Pada Online Shop Smilegoddess Di Media Sosial Tiktok),” *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 6, no. 1 (January 16, 2022): 2598–9944.

memudahkan penggunanya untuk berkesprei sesuai dengan kreatifitas yang dimiliki. Bahkan popularitas TikTok mengalahkan aplikasi yang mulanya populer di masyarakat seperti Youtube, WhatsApp, Facebook, Mesenger, bahkan Instagram. Pada tanggal 3 Juli 2018, aplikasi TikTok ini juga pernah di blokir karena banyaknya laporan yang masuk berupa kaluhan dari masyarakat, sehingga dilakukan pemantauan oleh Kemenkominfo terkait konten yang memuat efek negatif khususnya bagi anak-anak. Kemenkominfo kemudian mengeluarkan regulasi baru untuk mengizinkan aplikasi ini untuk di *download* kembali, pada Agustus 2018. Regulasi ini dibuat dengan syarat adanya batasan usia pengguna nya yakni 11 tahun.<sup>33</sup> Terdapat empat urgensi dalam penggunaan TikTok ini, diantaranya:

- a. Intensitas penggunaan, frekuensi penggunaan TikTok menjadi indikator utama dalam penelitian ini. Seberapa sering pengguna membuka aplikasi ini menunjukan tingkat keterikatan mereka dengan platform ini, serta didorong oleh pengalaman yang menyenangkan
- b. Kebutuhan kognitif, kebutuhan akan informasi, pengetahuan, dan pemahaman yang mendalam menjadi prasyarat penting dalam pemanfaatan aplikasi TikTok secara efektif.

---

<sup>33</sup> Ibid

- c. Kebutuhan afektif, TikTok menjadi wadah bagi penggunanya untuk mengekspresikan diri dan merasakan berbagai emosi melalui konten-konten yang kreatif dan menarik.
- d. Kebutuhan konasi, adalah dorongan atau bisa disebut dengan kebutuhan, konasi, atau kemauan. Kemauan merupakan kegiatan psikologis dimana upaya yang sengaja dilakukan untuk mencapai tujuan agar menjadi titik fokus gerakan ke arah tertentu.<sup>34</sup>

Maraknya penggunaan TikTok tidak dapat lepas dari berbagai aspek kehidupan, salah satunya adalah aspek keagamaan. TikTok memungkinkan pengguna membuat dan menyebarkan videonya yang dapat menjangkau khalayak secara luas dan cepat. Dalam konteks keislaman, TikTok dimanfaatkan sebagai media dakwah dan edukasi, serta sarana penguatan identitas keagamaan terutama di kalangan generasi muda Muslim. Apabila berbicara pada teori komunikasi Islam, sebagaimana tercermin dalam QS. An-Nahl ayat 125 terkait proses penyampaian pesan yang dilakukan secara bijak (*bil hikmah*), dengan nasihat yang baik (*mau'idah hasanah*), atau dialog yang santun (*mujadalah billati hiya ahsan*), TikTok menyediakan wadah yang dapat dimanfaatkan untuk menyampaikan nilai-nilai islam melalui metode yang keratif namun sesuai dengan prinsip etika komunikasi islam.<sup>35</sup>

---

<sup>34</sup> Ibid., hlm. 3458

<sup>35</sup> D Indriani, "Pandangan Ulama Kontemporer Tentang Hukum Bermain Tiktok Bagi Perempuan Muslimah (Analisis Undang-Undang No 19

Adapun manfaat penggunaan TikTok dalam konteks islam diantaranya:

- a. Media Dakwah Populer, TikTok memungkinkan penyampaian dakwah secara visual dengan penyajian ringan dan menarik, sehingga pesan keislaman lebih mudah diterima oleh audiens di semua kalangan
- b. Meningkatkan Literasi Keagamaan, video yang memuat tafsir, hadist, fikih, adab islam dapat memperluas pemahaman agama secara instan dan mudah diakses.
- c. Membentuk Komunitas Muslim Digital, TikTok mendukung terbentuknya komunitas yang saling berbagi konten islami, sehingga menciptakan ekosistem digital yang mendukung penguatan iman dan *ukhuwah islamiyah*
- d. Sarana Penyampaian Isu Sosial dalam Perspektif Islam, menjadi platform penyampaian perspektif islam terhadap isu-isu kontemporer seperti kesehatan mental, relasi gender, hingga edukasi kesehatan reproduksi yang kerap diangkat dengan narasi keislaman.<sup>36</sup>

---

Tahun 2016, Perubahan Atas Undang-Undang No 11 Tahun 2008 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik),” *Al-Mashlahah: Jurnal Hukum Islam Dan Pranata Sosial Islam* vol. 10,(2) (2022) hlm. 61–78.

<sup>36</sup> Ibid

Dalam penelitian ini, TikTok akan dikaji sebagai sumber informasi yang turut memengaruhi praktik *self diagnose* santriwati terkait gangguan siklus menstruasi. Hal ini penting karena penyampaian informasi kesehatan melalui media sosial kerap tidak melalui otoritas medis maupun keilmuan kesehatan melalaui otoritas media mauoun keilmuan agama yang benar, sehingga rawan menimbulkan kesimpulan keliru. Oleh karena iyu, pemahaman terhadap penggunaan TikTok dalam komunikasi Islam akan menjadi landasan penting dalam menganalisis perilaku audiens dalam mengakses dan memaknai informasi yang bersifat relligius dan kesehatan secara bersamaan.

#### ***4. Uses and gratification***

Teori *uses and gratification* dicetuskan oleh Elihu Katz, Jay G. Blumer, dan Michael Gurevitch pada tahun 1974. Teori ini berpendapat bahwa individu secara aktif memilih media tertentu dan konten spesifik untuk mendapatkan kepuasan atau hasil yang diinginkan. Teori ini menganggap jika sesorang bersikap aktif karena dapat memperlajari dan menilai berbagai jenis media untuk mencapai tujuan komunikasi mereka. Teori ini berpandangan bahwa khalayak bergantung pada media dalam memenuhi kebutuhan tertentu, seiring waktu mereka akan mengembangkan ketergantungan pada media tersebut. Semakin tinggi ketergantungan individu pada media tertentu dengan tujuan memenuhi kebutuhan, maka akan semakin penting media tersebut bagi mereka. Pada akhirnya, hal ini akan menciptkan pola

eksposur dan pemakaian media oleh individu tersebut. Sehingga, hal ini dapat menimbulkan efek kognitif, afektif, dan perilaku dari pemakaian media.<sup>37</sup>

Munculnya teori *uses and gratification* di latar belakangi oleh pengembangan dari model jarum hipodermik. Studi dalam bidang ini berfokus pada penggunaan (*uses*), media untuk mendapatkan penuhan (*gratifications*) atas kebutuhan individu, karena seseorang dianggap aktif dalam menggunakan media untuk memenuhi kebutuhannya. Maka dari itu, Sebagian besar tingkah seseorang akan dijelaskan dengan berbagai kebutuhan (*needs*) dan kepentingan individu.<sup>38</sup>

Berikut asumsi dasar dari teori *uses and gratification* yang dicetuskan oleh Katz, Blumler, dan Guveritch (1974):

- a. Khalayak berperan aktif dalam penggunaan media yang berorientasi pada tujuan
- b. Dalam proses komunikasi massa, terdapat banyak upaya untuk menghubungkan pemenuhan kebutuhan dengan pemilihan media yang bergantung pada anggota khalayak.

---

<sup>37</sup> Jeremia Emgelita Wakas and Maria Barten Natalia Wulage, “Analisis Teori Uses and gratification: Motif Menonton Konten Firman Tuhan Influencer Kristen Pada Media Sosial Tiktok,” *Tepian: Jurnal Misiologi Dan Komunikasi Kristen*, vol. 1: 1 (2021), hlm. 29,

<sup>38</sup> Zikri Fachrul Nurhadi, *Teori Komunikasi Kontemporer*, ed. 1 (Depok: Penerbit Kencana, 2017), hlm. 57

- c. Media harus bisa berkompetisi dengan sumber lainnya agar kebutuhan dapat dipuaskan. Kebutuhan ini dapat dipenuhi dengan konsumsi media yang bergantung pada perilaku khalayak
- d. Sesorang dianggap mempunyai kesadaran untuk menggunakan media sesuai dengan kepentingan dan motif dalam mengakses media.
- e. Penilaian terhadap makna kultural isi media hanya dapat dinilai oleh khalayak<sup>39</sup>

Teori ini dipusatkan kepada khalayak media yang aktif dalam proses komunikasi massa, karena media memiliki dampak yang besar dan kuat terhadap khalayak. Jika dikaitkan dengan media sosial TikTok, khalayak diasumsikan sebagai khalayak aktif karena mereka dengan kesadaran dapat memilih dan menentukan akun TikTok mana yang akan *di follow* atau konten apa yang ingin dilihat dan informasi apa yang dibutuhkan.<sup>40</sup>

Pada intinya, teori *uses and gratification* berasal dari pandangan bahwa khalayak aktif pada umumnya menggunakan media massa karena mempunyai motif-motif tertentu. Anggapan bahwa media berusaha untuk memenuhi motif dari khalayaknya, dan jika motif yang diinginkan terpenuhi maka khalayak akan merasa kebutuhan nya dipenuhi oleh media. Pada akhirnya, media dapat memenuhi kebutuhan khalayak maka disebut media

---

<sup>39</sup> Ibid

<sup>40</sup> Ibid., hlm. 58

yang aktif.<sup>41</sup> Mc Quail, Blumler, dan Brown dalam West dan Turner (2008), mengatakan bahwa terdapat empat motif yang mendorong dalam pemenuhan kebutuhan setiap individu, empat motif tersebut antara lain:

- a. Motif Pengawasan atau *surveillance* motif ini berkaitan dengan usaha dalam mencari berita tentang kejadian dan kondisi yang berkaitan dengan lingkungan terdekat, masyarakat, bahkan dunia. Motif ini juga sebagai usaha untuk mencari bimbingan tentang berbagai masalah praktis, pendapat, serta beberapa hal yang berkaitan dengan penentuan pilihan..Selain itu juga untuk memuaskan rasa ingin tahu dan minat umum, pembelajaran, pendidikan diri sendiri, dan agar mendapatkan rasa damai melalui penambahan pengetahuan.
- b. Motif Identitas pribadi atau *personal identity*, motif ini dikaitkan dengan usaha dalam menemukan penunjang nilai-nilai pribadi, mengenali diri dengan nilai-nilai lain dalam media, dan meningkatkan pemahaman tentang diri sendiri.
- c. Motif Integrasi dan interaksi sosial atau *personal relationship*, motif ini adalah usaha untuk mendapatkan pengetahuan pada keadaan orang lain, atau empati sosial. Mengidentifikasi diri dengan orang lain, menemukan bahan interaksi sosial dan

---

<sup>41</sup> Daru Purnomo Timotius Arief Nugroho, “Motif Dan Kepuasan Mahasiswa Dalam Menonton Program Kick Andy (Analisa Teori Uses And Gratification Pada Mahasiswa FISKOM UKSW),” *Sustainability*, vol. 11:1 (2019), hlm. 1–14.

percakapan. Membantu menjalankan peran sosial dan kemungkinan seseorang untuk bisa berhubungan dengan keluarga, teman, dan masyarakat.

d. Motif Pengalihan atau *diversion*, motif ini berhubungan dengan usahan untuk melepaskan diri atau terpisah dari permasalahan, bersantai, mendapatkan kenikmatan jiwa dan estetis, menghabiskan waktu luang, dan penyaluran emosi.<sup>42</sup>

Model dari teori *uses and gratification* melihat individu sangat selektif dalam memilih media yang mereka akan konsumsi. Inti dari *uses and gratification* adalah pada dasarnya khalayak memakai media karena adanya motif-motif tertentu. Sedangkan model Plagmreen dan Rayburn, dalam buku Mc Quail menyatakan asumsi dasar seseorang menggunakan media karena dorongan dari motif-motif tertentu tetapi, konsep dari model ini tidak hanya membahas motif saja karena ada pertanyaan bahwa motif-motif khalayak itu telah dapat dipenuhi oleh media.<sup>43</sup>

Konsep untuk mengetahui motif dan kepuasan dalam penggunaan media ini disebut GS (*Gratification Sought*) dan GO (*Gratification Obtained*). Adanya konsep baru ini, menjadikan warna lain dalam model teori *uses and gratification*, yang disebut

---

<sup>42</sup> Richard West dan Lynn H. Turner, *Pengantar Teori Komunikasi: Analisis dan Praktik*, ed. 3 (Jakarta: Salemba Humanika, 2008), hlm. 102.

<sup>43</sup> Dennis Mc Quail, *Teori Komunikasi Massa*, ed. 6 (Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2011), hlm. 177.

dengan teori *expectancy values* (nilai pengharapan). *Gratification sought* merupakan rasa puas yang dicari dan diinginkan oleh individu ketika mengonsumsi suatu media, dapat dikatakan GS adalah motif seseorang untuk mengonsumsi media. Sedangkan *gratification obtained* merupakan kepuasan nyata yang didapatkan khalayak setelah mengonsumsi suatu media.<sup>44</sup> Singkatnya, *Gratification Sought* (GS) membantu dalam memahami tujuan pengguna dalam menggunakan media. *Gratification Obtained* (GO) bertujuan untuk memahami harapan atau kepuasan yang ingin diperoleh dari media. Keduanya sangat penting dalam menganalisis hubungan antara pengguna dan media, serta merancang strategi komunikasi dalam konten media yang efektif.

Berikut ini merupakan kebutuhan yang dipuaskan oleh media, dikutip dalam West dan Turner (2008).<sup>45</sup>

**Tabel 1.** Tipe Kebutuhan yang Dipuaskan Media

No	Tipe Kebutuhan	Deskripsi
1.	Kognitif	Memperoleh informasi, pengetahuan, pemahaman.
2.	Afektif	Pengalaman emosional, menyenangkan, atau estetis.
3.	Integrasi Personal	Meningkatkan kredibilitas, percaya diri, dan status

<sup>44</sup> Ibid

<sup>45</sup> Richard West dan Lynn H. Turner, *Pengantar Teori Komunikasi: Analisis dan Praktik*, ed. 3 (Jakarta: Salemba Humanika, 2008), hlm. 105.

4.	Integrasi Sosial	Meningkatkan hubungan dengan keluarga, teman, dan lainnya.
5.	Pelepasan Ketegangan	Pelarian dan pengalihan.

Sumber: West dan Turner (2008:105)

Jay G. Blumer (1979), memberikan saran terkait jenis aktivitas yang bisa konsumen media lakukan. Pertama, berkaitan dengan kegunaan (*utility*) media bagi seseorang. Individu akan menggunakan media sesuai dengan kegunaannya, seseorang akan menggunakan media sesuai dengan tujuan dan apa yang dibutuhkannya. Kedua, kesengajaan (*intentionality*) yang terjadi saat motivasi orang menentukan konsumsi dari isi media tersebut, motivasi awal ini yang akan menentukan penggunaan dari media. Ketiga, selektivitas (*selectivity*) pada penggunaan media oleh seseorang akan menunjukkan minat mereka, menggunakan media dapat mencerminkan ketertarikan dan prioritas individu dalam menggunakan media. Keempat, kesulitan untuk memengaruhi (*imperviousness to influence*) menyatakan bahwa pemahaman khalayak dibentuk oleh mereka sendiri berasal dari makna dan isi yang akan mempengaruhi apa yang khalayak lakukan dan pikirkan. Hal ini menunjuk pada khalayak yang menyusun makna mereka sendiri pada muatan media.<sup>46</sup>

---

<sup>46</sup> Ibid., hlm. 107

## G. Metode Penelitian

### 1. Pendekatan Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti akan memakai pendekatan penelitian kualitatif, yang akan disajikan dengan bentuk kualitatif deskriptif dimulai dengan peneliti akan mengambil pendekatan alamiah terhadap lingkungan studi dengan tujuan mengetahui dan mengartikan kejadian sesuai makna yang diberikan oleh subjek yang diteliti.<sup>47</sup> Peneliti akan melakukan wawancara mendalam dengan santriwati Pondok Pesantren Al-Muhsin Yogyakarta yang sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan oleh peneliti. Setelah mendapatkan informan yang sesuai, dilanjutkan dengan proses wawancara Pertanyaan yang peneliti buat dan tanyakan pada informan untuk mendapatkan jawaban tentang motif dan kepuasan santriwati terkait konten gangguan siklus menstruasi di media sosial TikTok. Penelitian ini menggunakan studi fenomenologi, yang akan menekankan studinya terkait perilaku manusia yang dialami secara sadar dan berusaha untuk menjelaskan makna, motif, dan pengalaman seseorang tentang suatu konsep atau gejala.<sup>48</sup> Peneliti menggunakan studi ini untuk mendapatkan hasil penelitian yang sesuai dengan pengalaman

---

<sup>47</sup> Fenni Kurniawati, *Metode Penelitian Kualitatif: Teori Dan Penerapannya*, ed. Septian Nur Ika Trisnawati (Surakarta: Tahta Media Grup, 2024), hlm. 50

<sup>48</sup> Edwin Gandaputra Yen, “Pengantar Studi Fenomenologis Dalam Penelitian Teologis,” *Te-Deum*, vol. 8: 1 (2018), hlm. 1–16.

santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin yang pernah melakukan praktik *self diagnose* terkait konten gangguan siklus menstruasi di media sosial Tiktok. Karena dengan studi ini, peneliti akan menggali kesadaran santriwati secara mendalam sesuai dengan pengalamannya saat melakukan *self diagnose* dan mengetahui kepuasan santriwati dalam mengakses konten TikTok tentang gangguan siklus menstruasi.

## 2. Subjek dan Objek Penelitian

Sebagai subjek dalam penelitian ini diperlukan informan yang sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan peneliti, yakni sebagai berikut :

- a. Santriwati Ponpes Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta
- b. Berstatus santri aktif di Ponpes Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta
- c. Aktif sebagai pengguna media sosial TikTok
- d. Pernah atau sedang mencari tahu permasalahan gangguan siklus menstruasi yang sedang dialaminya melalui media sosial TikTok
- e. Subjek yang diambil pernah atau sedang ditahap melakukan *self diagnose* gangguan siklus menstruasi di media sosial TikTok
- e. Subjek yang akan diambil pada penelitian ini adalah delapan informan yang sesuai dengan kriteria yang ada. Jumlah

keseluruhan santriwati di Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta adalah 43 santriwati. Meski hampir semua santriwati menjadi pengguna aktif media sosial TikTok, tidak semua santriwati pernah mengetahui dan melihat dengan seksama konten gangguan siklus msntruasi. Apalagi jika mencari santriwati yang sudah ditahap melakukan *self diagnose* hanya beberapa saja dan adapula santriwati yang pernah melakukan *self diagnose* tetapi tidak bersedia diwawancara. Sehingga peneliti menetapkan delapan informan saja, karena dirasa sudah sesuai dan cukup untuk menjadi informan pada penelitian ini.

f. Bersedia untuk diwawancara dan bersedia identitasnya disebutkan dalam penelitian.

Sedangkan objek penelitian ini adalah media sosial TikTok terkait konten gangguan siklus menstruasi yang diakses oleh santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta.

### 3. Sumber Data

a. Sumber data primer

Sumber data primer dalam penelitian ini diambil dari hasil wawancara dengan santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta yang memenuhi kriteria yang dibutuhkan. Ditemukan delapan orang informan yang akan diwawancara. Cara pengambilan data ini adalah dengan perekaman suara

melalui *smartphone* kemudian dilanjutkan dengan mentranskrip hasil perekaman tersebut.

#### b. Sumber data sekunder

Sumber data sekunder merupakan data tambahan yang dapat mendukung dan membantu memberi gambaran tentang kecenderungan subjek pada penelitian yang pastinya relevan dengan topik penelitian. Dalam hal ini, peneliti mendapatkan data sekunder dari hasil observasi langsung yang dilakukan peneliti dan dokumentasi.

### **4. Teknik Pengumpulan Data**

#### a. Wawancara

Cara peneliti menemukan narasumber untuk diwawancara adalah, pertama dengan mengumpulkan semua santriwati untuk mengadakan sosialisasi terkait penelitian yang akan dilakukan. Sosialisasi ini dilakukan pada tanggal 27 Februari bertempat di Aula Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta pada pukul 19.30 WIB, setelah diadakannya agenda rutin malam jumat. Sosialisasi ini dihadiri oleh seluruh santriwati, terkecuali santriwati yang izin tidak mengikuti kegiatan karena beberapa alasan. Setelah diadakan sosialisasi dan santriwati sudah mendapatkan gambaran dan pandangan tentang penelitian yang akan dilakukan peneliti, dilanjutkan dengan

pengklasifikasian santriwati sesuai dengan komplek kamar mereka.

Kemudian peneliti berfokus pada santriwati di setiap komplek untuk mendapatkan informan yang sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Pada tanggal 28 Februari, peneliti mengunjungi tiap komplek dan mulai mendatangi satu persatu santriwati dan menanyakan beberapa pertanyaan yang disesuaikan dengan kebutuhan peneliti. Setelah mendapatkan informan yang sesuai, peneliti memastikan bahwa santriwati tersebut bersedia untuk diwawancara. Dari hasil pencarian tadi, ditemukan delapan orang informan, dan melanjutkan proses wawancara yang dilakukan pada awal bulan Maret sampai dengan pertengahan bulan Maret.

#### b. Observasi

Observasi adalah suatu metode pengumpulan data yang melibatkan pengamatan secara langsung kepada fenomena yang sedang diteliti tanpa mencampuri atau mempengaruhi apa yang diamati.<sup>49</sup> Pada penelitian ini, peneliti menggunakan jenis observasi partisipan, disini peneliti mendatangi Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin secara langsung untuk melihat dan mengamati keadaan yang ada disana. Dari pengamatan peneliti, ditemukan bahwa santriwati cukup sering mengakses dan menggunakan alat elektronik. Terkecuali pada saat-saat tertentu

---

<sup>49</sup> Ibid

seperti saat sholat jamaah, mengaji bandongan, mengaji deresan dan simaan, serta saat madin.

### c. Dokumentasi

Dokumentasi yang peneliti temukan berupa hasil tangkapan layar tentang konten gangguan siklus menstruasi di media sosial TikTok yang dijimpai oleh informan. Adapula hasil tangkapan gambar pada saat proses wawancara antara peneliti dan informan yang dilakukan di Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhin

## 5. Analisis Data

Analisis data pada penelitian ini menggunakan Model Miles dan Huberman (1994), keduanya mengatakan bahwa proses analisis data kualitatif bersifat dinamis dan berkelanjutan, Peneliti harus terus berinteraksi dengan data yang didapatkan, mencari pola, dan mengembangkan pemahaman yang lebih mendalam. Proses ini akan terus berulang hingga tidak ada informasi baru yang muncul atau sampai data yang diperoleh sudah cukup memadai untuk menjawab pertanyaan penelitian. Secara umum, proses teknik analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman diantaranya :

### a. *Data Reduction* (Reduksi Data)

Reduksi data merupakan proses menyederhanakan dan memfokuskan data mentah yang telah dikumpulkan dari

wawancara mendalam dan observasi. Dalam tahap ini, peneliti menyeleksi informasi yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu motif dan kepuasan santriwari dalam melakukan praktik *self diagnose* gangguan siklus menstruasi melalui media sosial TikTok. Informasi yang tidak relevan atau berulang akan dieliminasi untuk memperkuat fokus analisis.

#### b. *Data Display* (Penyajian Data)

Pada tahap ini, data yang telah direduksi kemudian disajikan dalam bentuk narasi deskriptif, kutipan wawancara, serta tabel apabila memang diperlukan. Penyajian data ini bertujuan untuk mempermudah peneliti dalam melihat pola-pola, tema utama, serta keterkaitan antara satu data dengan data lainnya. Dalam penelitian ini, penyajian data menggambarkan pengalaman para informan dalam mengakses media sosial TikTok, memahami konten gangguan siklus menstruasi, serta respon emosional dan kognitif mereka terhadap informasi yang diterima.

#### c. *Conclusion Drawing/Verification*

Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan yang bersifat sementara dan kemudian diverifikasi secara terus menerus selama proses penelitian berlangsung. Peneliti melakukan refleksi dan pengujian ulang terhadap temuan untuk memastikan bahwa kesimpulan yang diambil benar-benar mencerminkan realitas pengalaman informan. Temuan akhir berupa motif informan

dalam melakukan *self diagnose* dan tingkat kepuasan mereka terhadap konten TikTok kemudian disusun sebagai bagian dari hasil dan pembahasan.

## **H. Sistematika Pembahasan**

### **BAB 1 : PENDAHULUAN**

Pada bab ini peneliti akan menyajikan latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan kegunaan secara praktis dan teoritis. Di dalam bab ini juga akan diperlihatkan beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini sehingga akan ditemukan kebaruan dari penelitian yang akan dilakukan. Dari segi teori, peneliti akan menjabarkan landasan teori, pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data dan analisis data, serta sistematika pembahasannya.

### **BAB II : GAMBARAN UMUM TENTANG PROFIL PONDOK PESANTREN SALAFIYAH AL-MUHSIN DAN KONTEN GANGGUAN SIKLUS MENSTRUASI DI MEDIA SOSIAL TIKTOK**

Pada bab ini akan memperkenalkan tentang tempat penelitian ini berlangsung yakni di Ponpes Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta, berupa profil pondok dan profil santri. Pada bab ini akan membahas tentang media sosial TikTok terkait konten-konten siklus menstruasi yang menjadi objek penelitian ini.

## **BAB IV**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini mengungkapkan bahwa santriwati Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin Yogyakarta memanfaatkan media sosial TikTok sebagai sarana untuk memahami dan mendiagnosis sendiri kondisi kesehatan reproduksi mereka, khususnya gangguan pada siklus menstruasi. Penggunaan TikTok sebagai media informasi kesehatan juga menunjukkan bahwa santriwati memiliki rasa keingintahuan yang tinggi terhadap kondisi tubuhnya dan berusaha memenuhi kebutuhan informasi tersebut secara mandiri.

Dalam praktik *self diagnose* yang dilakukan, berbagai motif ditemukan berdasarkan teori *uses and gratification*. Beberapa santriwati ter dorong oleh motif pengawasan, yaitu keinginan untuk mencari tahu lebih dalam mengenai gejala yang mereka alami. Sebagian lainnya termotivasi oleh motif identitas pribadi, dalam hal ini mereka menemukan kesamaan antara informasi dalam konten dengan kondisi yang sedang mereka alami. Ada pula yang didorong oleh motif integrasi sosial, yaitu keinginan untuk berinteraksi dan berbagi pengalaman dengan pengguna lain di kolom komentar. Bahkan, ada informan yang awalnya hanya ingin mencari hiburan, namun kemudian justru merasa konten yang mereka tonton relevan dengan kondisi diri mereka sendiri. Hal ini menunjukkan bahwa motif penggunaan

media sosial bersifat dinamis dan dapat berkembang sesuai konteks konsumsi informasi.

Tingkat kepuasan yang diperoleh (*Gratification Obtained*) santriwati pun beragam, tergantung pada tipe kebutuhan yang ingin dipenuhi. Tipe kebutuhan kognitif dirasakan oleh empat santriwati, kebutuhan integrasi personal dan pelepasan ketegangan dirasakan masing-masing satu santriwati, dan kebutuhan integrasi dan interaksi sosial dirasakan oleh dua santriwati. Beberapa merasa puas karena informasi yang mereka dapatkan mampu menjawab pertanyaan atau keresahan terkait siklus menstruasi yang tidak teratur. Namun, tidak sedikit pula yang menyadari bahwa informasi dari TikTok tidak sepenuhnya dapat dijadikan rujukan utama. Ini menegaskan bahwa meskipun TikTok dapat menjadi *entry point* atau pemicu awal untuk memahami kondisi kesehatan, perannya tetap sebagai media pelengkap, bukan sebagai sumber informasi tunggal.

## B. Saran

1. Bagi santriwati dan remaja secara umum, penting untuk meningkatkan literasi digital dan kesehatan, terutama dalam menyikapi informasi kesehatan di media sosial. Sebaiknya selalu melakukan verifikasi ulang terhadap informasi yang diperoleh dan tidak langsung mengambil kesimpulan atau diagnosis sendiri tanpa konsultasi dengan tenaga medis profesional.
2. Bagi pengelola pondok pesantren dan institusi pendidikan, disarankan untuk menyediakan program edukatif tentang

kesehatan reproduksi serta literasi media, agar para santriwati dapat memilah informasi yang valid dan menghindari risiko misdiagnosis.

3. Untuk pembuat konten di TikTok, diharapkan dapat menyajikan konten yang informatif, kredibel, serta mencantumkan referensi atau latar belakang keilmuan, terutama untuk konten yang membahas isu-isu kesehatan, agar tidak menyesatkan pengguna yang sedang mencari informasi.
4. Untuk peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dikembangkan dengan melihat dampak jangka panjang dari praktik *self diagnose*. Jika pada penelitian ini hanya mendapatkan delapan informan saja, di penelitian selanjutnya bisa diusahakan agar untuk mendapatkan informan sebanyak-banyaknya agar dapat meningkatkan validitas data dan dengan informan yang beragam dapat memberikan konteks yang lebih kaya tentang fenomena yang diteliti. Dalam penelitian ini hanya berfokus pada informan usia sekitar 20 tahun keatas, di penelitian selanjutnya bisa saja mencari informan yang masih dalam usia awal-awal menstruasi karena hal ini merupakan pertama kali bagi mereka, sehingga kita dapat melihat persepsi dari informan yang baru pertama kali mengalami menstruasi. Platform yang dipakai dalam penelitian ini adalah media sosial TikTok, platform ini terlalu umum apabila pembahasannya terkait konten kesehatan, diharapkan dalam penelitian selanjutnya bisa mengambil platform yang memang fokus pada informasi kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amrah, Nurmaya, Sitti Murdiana, and Ismalandari Ismail. “Gambaran *Self diagnose* Mental Disorder Pada Dewasa Awal Pengguna Media Sosial.” *Jurnal Ilmiah Psikomuda (JIPM) Connectedness* 4, no. 1 (June 27, 2024): 36–47. <https://doi.org/10.36232/JIPMCNNECTEDNESS.V4I1.6241>.
- Anggraini, Cyntia Dewi, Azizah Des Derivanti, and Miftia Andini. “Self Disclosure Anak Broken Home Melalui Media Sosial TikTok : Studi Deskriptif Followers TikTok Di Halaman Komentar Konten @AKUISANN.” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Komunikasi* 3, no. 1 (June 30, 2022): 1–11. <https://doi.org/10.29303/JIMAKOM.V3I1.40>.
- Annury, Ulul Albab, Fitria Yuliana, Ve Aufara Zuhra Suhadi, and Cindy Sekar Ayu Karlina. “Dampak *Self diagnose* Pada Kondisi Mental Health Mahasiswa Universitas Negeri Surabaya.” *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Ilmu Sosial (SNIIS)* Vol 1 (2022): 481–86.
- Arief Nugroho, Timotius, and Daru Purnomo. “MOTIF DAN KEPUASAN MAHASISWA DALAM MENONTON PROGRAM KICK ANDY (Analisa Teori Uses and Gratifications Pada Mahasiswa FISKOM UKSW).” *Jurnal Penelitian Sosial* 2, no. 1 (2013): 289–325.

Ayu, Ida, and Nyoman Sutriani. "AKTUALISASI DIRI DAN MEDIA SOSIAL (DRAMATURGI KAUM MILENIAL DALAM MEDIA SOSIAL TIKTOK)." *Widya Duta: Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial Budaya* 17, no. 2 (October 8, 2022): 89–98. <https://doi.org/10.25078/WD.V17I2.1655>.

Ayuni Moulinda, Anggi, Iin Fatmawati Imrar, Ikha Deviyanti Puspita, and M Ikhsan Amar. "Relationship of Nutritional Status, Sleep Quality and Physical Activity with The Menstrual Cycle in Adolescent Girls at SMAN 98 Jakarta." *Jgk* 15, no. 1 (2023): 1–12.

Dewi, Eva Meizara Puspita, Ratna Sari, Indah Indah, Dearni Regina Lestari, Muh. Nurfath Muqaddimah, and Muhammad Ma'shum Sam. "Psikoedukasi *Self diagnose*: Kenali Gangguan Anda Sebelum Menjudge Diri Sendiri." *Pengabdi* 3, no. 1 (2022): 19–26. <https://doi.org/10.26858/pengabdi.v3i1.33053>.

Indriani, D. "Pandangan Ulama Kontemporer Tentang Hukum Bermain Tiktok Bagi Perempuan Muslimah (Analisis Undang-Undang No 19 Tahun 2016, Perubahan Atas Undang-Undang No 11 Tahun 2008 Tentang Informasi Dan Transaksi Elektronik)." *Al-Mashlahah: Jurnal Hukum Islam Dan Pranata Sosial Islam* 10, no. 2 (2022): 861–78. <https://doi.org/10.30868/am.v10i02.3183>.

Islamy, Aesthetica, and Farida Farida. "FAKTOR-FAKTOR

YANG MEMPENGARUHI SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI TINGKAT III.” *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7, no. 1 (May 27, 2019): 13–18. <https://doi.org/10.26714/JKJ.7.1.2019.13-18>.

Jayanti, Safa, ; Adrio, and Kusmareza Adim. “KONSEP DIRI SELF-DIAGNOSE ANXIETY MAHASISWA PRODI ILMU KOMUNIKASI UNIVERSITAS TELKOM.” *Jurnal Ilmu Komunikasi UHO : Jurnal Penelitian Kajian Ilmu Komunikasi Dan Informasi* 9, no. 4 (October 2, 2024): 866–83. <https://doi.org/10.52423/JIKUHO.V9I4.322>.

Junardi, Hariawan. “HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI TINGKAT AKHIR STIKES HAMZAR LOMBOK TIMUR.” *Jurnal Cahaya Mandalika ISSN* 2721-4796 (Online) 4, no. 3 (December 27, 2023): 1748–53. <https://doi.org/10.36312/JCM.V4I3.2513>.

Kurniawati, Fenni. *Metode Penelitian Kualitatif: Teori Dan Penerapannya*. Edited by Septian Nur Ika Trisnawati. Surakarta: Tahta Media Grup, 2024. file:///C:/Users/ASUS/Downloads/OJS+BC+PENELITIAN +KUALITATIF.pdf.

Makiyah, N, and Hodiri Adi Putra. “Edukasi Manajemen Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Krapyak Yogyakarta.” *Humanism: Journal of ...*

2, no. 2 (2020): 81–90.  
<http://journal.stikessuryaglobal.ac.id/index.php/humanis/article/view/315>.

Maskanah, Imas. “Fenomena Self-Diagnosis Di Era Pandemi COVID-19 Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan Mental.” *Journal of Psychology Students* 1, no. 1 (May 31, 2022): 1–10. <https://doi.org/10.15575/JOPS.V1I1.17467>.

Nasution, Izmi Fadhilah, Dina Rahmi, Solihad Nasution, and Elmi Sariani Hasibuan. “Penyuluhan Tentang Siklus Menstruasi Dan Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Mestruasi Pada Wus Di Lembaga Permasyarakatan Kota Padangsidimpuan” 5, no. 3 (2023).

Nurfadilah, Hilda, Izna Nurdianty Muhdar, and Devieka Rhama Dhanny. “Aktivitas Fisik Dan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa FIKES UHAMKA.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)* 4, no. 1 (April 30, 2022): 9–17. <https://doi.org/10.36590/JIKA.V4I1.204>.

Pratiwi, Briliani Puti Pijar. “GAMBARAN BIAS KOGNITIF PADA ADOLESCENCE YANG MELAKUKAN SELF DIAGNOSE TERHADAP PENYAKIT MENTAL.” *Seroja Husada: Jurnal Kesehatan Masyarakat* 1, no. 3 (July 7, 2024): 205–212–205–212. <https://doi.org/10.572349/husada.v1i1.363>.

Prayuni, Evin Dwi, Ario Imandiri, and Myrna Adianti. "Therapy for Irregular Menstruation With Acupuncture and Herbal Pegagan (*Centella Asiatica* (L.))." *Journal Of Vocational Health Studies* 2, no. 2 (2019): 86. <https://doi.org/10.20473/jvhs.v2.i2.2018.86-91>.

Quail, Dennis Mc. *Teori Komunikasi Massa*. 6th ed. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika, 2011.

Salamah, Najikah Umi. "FENOMENA SELF-DIAGNOSED KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA PENGGUNA TIK-TOK DI KOTA SALATIGA - UIN Salatiga Repository." Repository UIN Salatiga, 2024. <http://e-repository.perpus.uinsalatiga.ac.id/21611/>.

Sekar, Pinasti, Gunadi, and Merry Tiyas Anggraini. "Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas 2 Di SMA N 1 Kendal." *Jurnal Kedokteran Muhammadiyah* 1, no. 2 (2012): 47–50.

Sukmawati, Diandra, Syamsu Yusuf, and Nadia Nadhirah. "The Phenomenon of Self-Diagnosis of Mental Health in The Era of Mental Health Literacy." *Journal of Education and Counseling (JECO)* 4, no. 1 (2023): 48–63. <https://doi.org/10.32627/jeco.vi.902>.

Sulistianti, Rossy Ayu, and Nugraha Sugiarta. "KONSTRUKSI SOSIAL KONSUMEN ONLINE SHOP DI MEDIA

SOSIAL TIKTOK (STUDI FENOMENOLOGI TENTANG KONSTRUKSI SOSIAL KONSUMEN GENERASI Z PADA ONLINE SHOP SMILEGODDESS DI MEDIA SOSIAL TIKTOK).” *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)* 6, no. 1 (January 16, 2022): 2598–9944. <https://doi.org/10.58258/JISIP.V6I1.2861>.

Timotius Arief Nugroho, Daru Purnomo. “Motif Dan Kepuasan Mahasiswa Dalam Menonton Program Kick Andy (Analisa Teori Uses Adn Gratification Pada Mahasiswa FISKOM UKSW).” *Sustainability* 11, no. 1 (2019): 1–14. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI).

Wakas, Jeremia Engelita, and Maria Barten Natalia Wulage. “Analisis Teori Uses And Gratification: Motif Menonton Konten Firman Tuhan Influencer Kristen Pada Media Sosial Tiktok.” *Tepian: Jurnal Misiologi Dan Komunikasi Kristen* 1, no. 1 (2021): 25–44. <https://vt.tiktok.com/ZSJVqaok6/>.

Wilda Qotrunnada Salsabila, Kartika Adyani, Friska Realita. “Literatur Review: Faktor Resiko Sindrom Ovarium Polikistik Pada Remaja.” *Journal of Health* 11, no. 2 (2024):

164–74.

Yen, Edwin Gandaputra. “Pengantar Studi Fenomenologis Dalam Penelitian Teologis.” *Te-Deum* 8, no. 1 (2018): 1–16. <https://ojs.sttsappi.ac.id/index.php/tedeum/article/download/42/25>.

Yulianda, Nindy, Moehammad Iqbal Sultan, and Muhammad Akbar. “Analisis Konten Pada Akun Tiktok @dr.Ziee Sebagai Media Edukasi Perawatan Kulit.” *Jurnal Penelitian Inovatif* 4, no. 3 (2024): 959–66. <https://doi.org/10.54082/jupin.445>.

Zahara, Cut Ita, Cut Mia Amanda Amalia, Masyitah Masyitah, Nur Afni Safarina, Puteri Jesukma Daulay, and Ratna Jahara. “PSIKOEDUKASI SIKLUS MENSTRUASI : CARA MENGELOLA EMOSI PADA REMAJA KETIKA MENSTRUASI DATANG DI DESA MONGEUDONG.” *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS* 2, no. 3 (June 5, 2024). <https://doi.org/10.59407/JPKI2.V2I3.744>.

## Webesite

Digital 2024 : 5 Billion Socal Media Users (2024) <https://wearesocial.com/id/blog/2024/01/digital-2024-5-billion-social-media-users/> (diakses pada 06 November 2024 pukul 11.08)

Kenali Perbedaan Mioma dan Kista, (2020)  
<https://www.rspermata.co.id/articles/read/kenali-perbedaan-mioma-dan-kista> (diakses pada 4 Maret 2025 pada pukul 14.14)

Profil Pondok Pesantren Salafiyah Al-Muhsin, 2015  
<https://almuhsin.id/profil-pondok-pesantren-salafiyah-al-muhsin/> (diakses pada 24 Januari 2025 pada pukul 15.35)

*Self diagnose – Psychology – BINUS UNIVERSITY*  
(2022) <https://psychology.binus.ac.id/2022/04/08/self-diagnose/>  
(Diakses pada 5 November 2024 pukul 14.42)

Waspadai Dampak dan Penyebab Siklus Haid Tidak Normal, (2023) <https://www.emc.id/id/care-plus/waspadai-dampak-dan-penyebab-siklus-haid-tidak-normal> (diakses pada 4 Maret 2025 pada pukul 14.23)

