

ABSTRAK

Generasi Z merupakan generasi yang memiliki interaksi paling intens dengan teknologi dan media sosial. Maka, tak sedikit Gen Z tampak kurang menjaga privasinya sehingga rentan pelanggaran privasi. Hal ini didefinisikan oleh ahli sebagai “*boundary-less Generation*” sehingga memunculkan istilah *self boundaries*. *Self boundaries* merujuk pada batasan yang ditetapkan individu untuk melindungi privasi dan ruang pribadi mereka. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana Generasi Z, terutama Mahasiswa/i di Jawa Barat membentuk dan mengelola batasan pribadi mereka di Instagram. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan fenomenologi terhadap sembilan informan kunci, yaitu Mahasiswa Generasi Z yang aktif di Instagram, serta satu informan ahli di bidang psikologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam. Penelitian menemukan bahwa informan menggunakan fitur-fitur Instagram untuk menjaga privasi dan mengontrol konten yang dibagikan. Pengalaman negatif yang berasal dari faktor internal dan faktor eksternal mendorong mereka untuk membatasi interaksi dan *oversharing* mereka di Instagram. Para informan juga menunjukkan kesadaran yang tinggi terhadap pentingnya menjaga kesehatan mental di lingkungan media sosial yang seringkali dianggap toksik. Kesimpulannya, Generasi Z menggunakan fitur Instagram untuk mengelola batasan pribadi mereka, menyesuaikan interaksi sosial digital dengan norma sosial, dan melindungi mental dari pengaruh negatif media sosial.

Kata Kunci : Generasi Z, Instagram, Media Sosial, Privasi, *Self Boundaries*