

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Setelah melakukan penelitian *interpretative phenomenological analysis* dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana pola interpretasi perilaku *digital self-harm* oleh individu yang didagnosa mengidap *eating disorder* (ED) dan seperti apa bentuk *digital self-harm* yang dilakukannya di media sosial Twitter, berikut adalah kesimpulan yang didapat,

1. Para pelaku *digital self-harm* memiliki latar belakang berbeda-beda sehingga memiliki pemaknaan atas perilaku *digital self-harm* yang juga berbeda. Seseorang yang tertutup pada keluarganya dapat melakukan *digital self-harm* dengan bentuk mencurahkan emosi negatifnya dengan mengunggah komentar negatif tentang diri sendiri, berinteraksi dengan postingan yang bermuatan konten pemicu tindakan *digital self-harm* karena ia menjustifikasi tindakan tersebut. Hal ini juga selaras dengan bentuk perilaku *digital self-harm* yang dilakukan oleh seorang introvert yang tumbuh di lingkungan individualis, akan tetapi ia menginterpretasikan tindakan tersebut sebagai sebagai sesuatu yang menghalangi kebahagiaannya, bagaikan pedang bermata dua. Pelaku *digital self-harm* yang tumbuh di lingkungan penuh kasih sayang dan dukungan teman ternyata juga dapat berpotensi untuk melakukan tindakan *digital self-harm* karena mendapatkan perundungan di sekolah, meski bentuk tindakan merundung diri sendiri secara daringnya serupa dengan individu introvert yang tumbuh di lingkungan individualis juga tertutup pada keluarga, dikarenakan latar belakangnya, ia menginterpretasikan perilaku *digital self-harm* sebagai sebuah tindakan yang memiliki dampak yang baik dan buruk.

2. Latar belakang dan interpretasi atas *digital self-harm* para pelaku yang beragam dan unik ternyata menghasilkan bentuk *digital self-harm* yang mirip.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Akademis

Penelitian yang menggunakan pendekatan *interpretative phenomenological analysis* ini memiliki banyak tahapan dan peneliti harus betul-betul menguasai topik yang dipilih karena jika tidak, maka penelitian ini akan sulit untuk dilakukan. Kemampuan peneliti untuk melakukan interpretasi ulang atas interpretasi subjek penelitian tentang pengalamannya terkait hal yang diteliti. Itu adalah hal menantang yang perlu dilakukan secara hati-hati, juga sabar. Saran yang akan peneliti berikan pada peneliti selanjutnya yang akan menggunakan pendekatan IPA adalah kuasai terlebih dahulu topik penelitiannya dan banyak membaca. Dari situ peneliti akan mendapatkan gambaran tentang penelitian IPA ini dan topiknya.

Untuk peneliti yang juga akan mengambil topik *digital self-harm*, terdapat saran yang dapat dijadikan pertimbangan, gali lebih dalam lagi tentang kaitan antara aspek keluarga atau agama dengan *digital self-harm*. Agar lebih menarik lagi, subjek penelitian yang diambil adalah laki-laki karena ternyata berdasarkan data penelitian sebelumnya, laki-laki memiliki persentase yang lebih tinggi untuk melakukan *digital self-harm*.

### 5.2.2 Saran Praktis

Maraknya perilaku *digital self-harm* di Twitter yang dilakukan oleh para pengguna seharusnya dapat ditangani dengan mempertegas *community regulations* dan memberi filter pada kata-kata yang sensitif dan berhubungan dengan komunitas pelaku *digital self harm*, yaitu pengidap *eating disorder* dan pelaku *cutting*.

### 5.2.3 Saran untuk Sosial

Melalui penelitian ini, diharapkan *digital self-harm* dapat menjadi hal yang familiar di telinga masyarakat Indonesia, karena jika seperti ini terus, akan banyak anak-anak muda yang melakukan tindakan tersebut tanpa tau risikonya dan pengaruhnya pada kesehatan mental. Diharapkan juga, penelitian ini dapat mengedukasi orang tua yang tidak mengawasi anaknya dalam menggunakan media sosial. Hal ini menjadi penting karena selama melakukan penelitian ini, ternyata peneliti menemukan banyak anak-anak di bawah umur pengidap *eating disorder* yang melakukan *digital self-harm* di Twitter.

