

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Simpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman dan pemaknaan *love bombing* dalam komunikasi interpersonal pada aplikasi kencan Coffee Meets Bagel. Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui wawancara mendalam, ditemukan bahwa *love bombing* merupakan fenomena yang sering terjadi di awal hubungan yang dimulai melalui aplikasi kencan. Fenomena ini ditandai dengan perhatian yang sangat intens, pujian yang berlebihan, dan tindakan romantis yang melimpah, yang bertujuan untuk menciptakan kedekatan emosional secara cepat.

Responden mengartikan *love bombing* sebagai fase awal hubungan yang terasa menggembirakan, namun sering kali diikuti dengan perubahan pola komunikasi yang drastis. Setelah fase awal yang penuh perhatian, komunikasi cenderung menjadi lebih dingin, jarang, atau bahkan menghilang sama sekali, sehingga menimbulkan rasa sakit, kebingungan, dan ketidakpastian bagi pihak yang menjadi korban. Perubahan ini menciptakan hambatan komunikasi interpersonal, seperti kesulitan menyampaikan perasaan, kehilangan kepercayaan, dan konflik emosional yang tidak terselesaikan.

Penelitian juga menemukan bahwa fenomena *love bombing* lebih sering ditemukan dalam konteks komunikasi di aplikasi kencan dibandingkan dengan interaksi tatap muka. Hal ini disebabkan oleh sifat platform digital yang memfasilitasi komunikasi yang cepat, intens, dan tanpa batasan fisik. Selain itu, responden menyatakan bahwa aplikasi seperti Coffee Meets Bagel memberikan ruang untuk menjalin hubungan serius dengan lebih mudah, karena pengguna dapat langsung mencocokkan preferensi dan tujuan hubungan mereka. Namun, dinamika ini juga membuka peluang bagi perilaku manipulatif, seperti *love bombing*, yang dapat menimbulkan dampak emosional negatif jika tidak diimbangi dengan komunikasi yang tulus dan konsisten.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa semua korban *love bombing* yang teridentifikasi adalah perempuan, yang dipengaruhi oleh norma sosial dan gender yang membuat mereka lebih rentan dalam hubungan romantis. Komunikasi yang seharusnya jujur dan saling menghargai sering kali tergantikan oleh manipulasi dan perhatian berlebihan. Meskipun partisipan berusaha untuk mengkonfirmasi pengalaman mereka dan menanyakan kepastian hubungan, ketidakpastian tetap ada, menciptakan kebingungan antara perasaan positif dan niat pasangan. Upaya mereka untuk mendapatkan kejelasan sering kali tidak memuaskan, yang berujung pada pemutusan hubungan. Penelitian ini menekankan pentingnya kesadaran akan dinamika komunikasi untuk melindungi individu dari *love bombing*.

Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa *love bombing*, meskipun pada awalnya menciptakan pengalaman yang menyenangkan, memiliki potensi untuk merusak komunikasi interpersonal jika tidak diiringi dengan komitmen dan konsistensi. Penelitian menemukan bahwa *love bombing* lebih sering terjadi dalam konteks digital, dengan semua korban yang teridentifikasi adalah perempuan, menunjukkan bahwa norma sosial dan gender membuat mereka lebih rentan terhadap manipulasi emosional. Fenomena ini juga memperlihatkan bagaimana teknologi komunikasi, khususnya aplikasi kencan, dapat membentuk dinamika baru dalam hubungan interpersonal, baik yang bersifat positif maupun negatif. Oleh karena itu, penting bagi pengguna aplikasi kencan untuk meningkatkan kesadaran terhadap fenomena ini dan membangun pola komunikasi yang sehat sejak awal hubungan.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Saran Akademis**

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan mengeksplorasi hubungan antara fenomena *love bombing* dan pola komunikasi interpersonal yang terbentuk dalam hubungan yang dimulai melalui aplikasi kencan. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji bagaimana *love bombing* memengaruhi dimensi-dimensi komunikasi interpersonal, seperti

keterbukaan, empati, dan kepercayaan, baik dalam jangka pendek maupun panjang. Selain itu, metode kuantitatif dapat digunakan untuk mengukur seberapa sering *love bombing* terjadi di aplikasi kencan serta dampaknya terhadap kualitas hubungan interpersonal.

### **5.2.2 Saran Sosial**

Dalam konteks komunikasi interpersonal, pengguna aplikasi kencan seperti Coffee Meets Bagel disarankan untuk menerapkan pola komunikasi yang jujur, seimbang, dan konsisten untuk menghindari manipulasi emosional yang dapat merusak hubungan. Platform aplikasi kencan dapat berperan aktif dalam meningkatkan kesadaran pengguna terhadap pentingnya membangun komunikasi interpersonal yang sehat dengan memberikan edukasi tentang bahaya *love bombing* dan cara mengenalinya. Pengguna aplikasi kencan seperti Coffee Meets Bagel diharapkan untuk lebih berhati-hati dan mengenali pola komunikasi yang manipulatif, seperti *love bombing*. Penting bagi pengguna untuk membangun kesadaran tentang tanda-tanda awal perilaku ini, seperti perhatian yang berlebihan dan intensitas komunikasi yang tidak wajar. Menjalinkan hubungan secara bertahap dengan memberikan waktu untuk saling mengenal lebih dalam dapat membantu mencegah dampak negatif dari *love bombing*.

