

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana perempuan Generasi Z memaknai pengalaman mereka sebagai pelaku ghosting dalam konteks aplikasi kencan *online*, khususnya Bumble. Dengan menggunakan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA), penelitian ini tidak berusaha menarik kesimpulan yang bersifat generalisasi atau mengungkap struktur pengalaman yang universal, melainkan berfokus pada pemahaman yang mendalam terhadap keunikan pengalaman setiap partisipan. Pendekatan ini menempatkan pengalaman personal sebagai inti, di mana tiap individu membentuk maknanya sendiri atas fenomena yang mereka alami berdasarkan latar belakang emosional, sosial, dan digital yang melingkupinya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tindakan *ghosting*, yang seringkali diasosiasikan sebagai perilaku menghindar dan tidak bertanggung jawab, ternyata dimaknai secara sangat kompleks dan beragam oleh masing-masing partisipan.

Bagi partisipan pertama, *ghosting* merupakan bentuk perlindungan diri terhadap ekspektasi komunikasi yang dianggap melelahkan secara emosional. Ia merasa bahwa menjelaskan alasan untuk mengakhiri interaksi bukanlah kewajiban yang harus selalu dipenuhi, terutama ketika komunikasi dalam aplikasi terasa tidak berjalan secara seimbang. *Ghosting* diposisikan sebagai bentuk menjaga ruang personal dalam dunia digital yang menuntut keterbukaan secara instan dan konstan.

Berbeda dengan itu, partisipan kedua memaknai pengalamannya melakukan *ghosting* sebagai reaksi yang muncul dari trauma relasi masa lalu. Ia melihat ghosting bukan hanya sebagai keputusan sesaat, melainkan sebagai ekspresi dari kebutuhan akan rasa aman dan kendali atas situasi sosial yang terasa tidak stabil. Aplikasi Bumble dalam hal ini justru menjadi sarana yang memungkinkannya untuk menentukan batasan sejauh mana ia ingin terlibat dalam relasi baru. Pengalaman *ghosting* menjadi simbol dari perjuangannya untuk tidak mengulang

pola relasi yang sebelumnya membuatnya terjebak dalam ketidaknyamanan emosional.

Sementara itu, partisipan ketiga mengalami *ghosting* sebagai proses refleksi yang melibatkan pertentangan nilai dan perasaan bersalah. Ia menyadari bahwa tindakannya meninggalkan seseorang tanpa penjelasan melahirkan beban moral, tetapi di saat yang sama ia juga merasa berhak untuk mundur dari relasi yang tidak memberi rasa nyaman. Tindakannya bukan dilakukan tanpa pertimbangan, tetapi sebagai bentuk kompromi antara keinginan untuk menjaga hubungan sosial yang baik dan kebutuhan untuk melindungi dirinya dari percakapan emosional yang sulit. Dalam pandangannya, *ghosting* adalah cara yang paling tidak menyakitkan bagi dirinya sendiri meskipun ia tidak bisa menghindari dari rasa bersalah yang mengikutinya.

Dari ketiga narasi tersebut, tampak jelas bahwa *ghosting* dalam konteks perempuan Generasi Z di Bumble tidak dapat dimaknai secara seragam. Masing-masing partisipan menunjukkan cara berpikir, merasakan, dan memaknai pengalaman yang berbeda. *Ghosting* tidak sekadar tindakan pasif-agresif atau bentuk penolakan semata, melainkan merupakan hasil dari pergulatan batin, refleksi personal, dan pemaknaan atas situasi sosial yang kompleks. Pengalaman ini tidak hanya dipengaruhi oleh karakter pribadi, tetapi juga oleh bagaimana mereka memandang komunikasi digital, batasan diri, dan posisi mereka sebagai perempuan yang memiliki kontrol dalam aplikasi seperti Bumble.

Kesimpulan dalam penelitian ini menegaskan bahwa tindakan *ghosting* merupakan ekspresi dari dinamika psikososial dalam relasi digital, yang sarat akan makna dan tidak dapat dilepaskan dari subjektivitas individu yang menjalaninya. Pendekatan IPA dalam penelitian ini memungkinkan peneliti untuk menggali bagaimana setiap partisipan menafsirkan pengalamannya secara unik, sehingga kesimpulan yang dihasilkan bukanlah representasi umum atas fenomena *ghosting*, melainkan pemahaman yang kaya dan mendalam terhadap tiga kehidupan yang berbeda. Dengan demikian, *ghosting* bukanlah fenomena yang dapat dijelaskan melalui satu perspektif tunggal, tetapi harus dilihat sebagai konstruksi makna yang hidup di antara identitas, relasi, dan pengalaman masing-masing pelaku.

5.2. Saran

Berdasarkan proses penelitian yang sudah dilakukan, berikut merupakan saran akademis dan praktis yang dapat disampaikan :

5.2.1. Saran Akademis

Bagi akademisi dan peneliti selanjutnya, disarankan untuk menjadikan *ghosting* sebagai salah satu topik kajian serius dalam studi komunikasi interpersonal, khususnya dalam konteks media digital. Fenomena ini mencerminkan dinamika relasi sosial yang berkembang seiring dengan perubahan medium komunikasi, sehingga dibutuhkan pemahaman yang lebih mendalam dan teoritis mengenai bagaimana norma, etika, dan strategi komunikasi berevolusi di era digital. Penelitian lanjutan juga diharapkan dapat mengembangkan studi ini dengan pendekatan yang lebih luas, seperti menggunakan metode kuantitatif atau campuran (*mixed methods*), agar bisa menjangkau lebih banyak partisipan dan menghasilkan data yang lebih baik lagi.

5.2.2. Saran Praktis

Para pengguna aplikasi kencan online khususnya generasi muda, disarankan untuk meningkatkan literasi digital emosional, yaitu kemampuan untuk mengelola dan mengekspresikan emosi secara sehat dalam interaksi *online*. Penting bagi pengguna untuk menyadari bahwa komunikasi yang dilakukan secara virtual tetap memiliki dampak psikologis yang nyata, sehingga dibutuhkan empati dan kejujuran dalam menjalin dan mengakhiri relasi. Lalu, diperlukan kesadaran mengenai pentingnya etika komunikasi dalam aplikasi kencan, termasuk cara mengakhiri hubungan secara bijak tanpa menimbulkan ketidakpastian atau luka emosional bagi pihak lain. Pengguna juga disarankan untuk secara terbuka menyampaikan ketidaktertarikan dengan cara yang sopan daripada memilih menghilang secara tiba-tiba.