

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil wawancara, penelitian ini menemukan bahwa perilaku manipulatif dalam komunikasi antarpribadi di kalangan Gen Z sering terjadi dalam bentuk yang tidak langsung. Biasanya dilakukan oleh teman sendiri atau orang yang memiliki kedekatan sosial. Manipulasi dilakukan dengan cara yang tidak terlihat secara jelas, seperti memengaruhi pendapat orang lain atau menyebarkan informasi yang merugikan secara halus. Hal ini menunjukkan bahwa manipulasi bisa terjadi bahkan dalam hubungan yang tampaknya dekat dan biasa saja.
2. Penelitian ini juga menemukan bahwa hubungan yang mengandung manipulasi cenderung tidak seimbang. Satu pihak lebih dominan dan memegang kendali, sedangkan pihak lain lebih pasif dan sulit menyampaikan apa yang dirasakan. Korban merasa tidak nyaman, tetapi juga bingung bagaimana bersikap. Hubungan seperti ini termasuk ke dalam kategori hubungan yang tidak sehat atau *toxic relationship*, yang jika dibiarkan terus berlangsung dapat merugikan secara emosional.
3. Akibat dari hubungan manipulatif ini berdampak cukup besar terhadap kondisi emosional korban. Beberapa informan merasa cemas, berpikir berlebihan, dan merasa tidak nyaman berada di lingkungan sosial yang sebelumnya dianggap aman. Bahkan ada yang merasa enggan untuk berteman lagi atau sulit percaya pada orang baru. Perasaan seperti ini bisa memengaruhi cara seseorang membangun hubungan sosial di masa depan jika tidak segera ditangani.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademis

Penelitian ini bisa menjadi landasan awal bagi penelitian selanjutnya untuk menggali lebih dalam mengenai manipulasi dalam hubungan sosial remaja,

khususnya Gen Z. Peneliti lain bisa menggunakan metode berbeda atau memperluas jenis informan agar hasilnya lebih beragam. Akan lebih baik jika penelitian berikutnya juga melibatkan faktor lain seperti pengaruh media sosial atau lingkungan keluarga terhadap perilaku manipulatif dalam hubungan pertemanan.

5.2.2 Saran Praktis

Penelitian ini memberikan saran kepada Gen Z agar lebih peka terhadap hubungan sosial yang mereka jalani. Penting untuk mengenali tanda-tanda manipulasi sejak awal, seperti merasa tidak nyaman tetapi tetap bertahan karena takut kehilangan teman. Selain itu, penting juga untuk belajar menetapkan batasan yang sehat dalam hubungan. Bagi keluarga dan lingkungan sekolah, diharapkan bisa memberi ruang aman untuk remaja berbagi cerita tanpa takut dihakimi. Dengan begitu, remaja tidak merasa sendirian dan lebih siap menghadapi situasi sosial yang menekan.

