

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan melalui grup Facebook Stoic Indonesia, para anggotanya dapat mengungkapkan diri atau melakukan self-disclosure secara efektif. Para anggota melakukan pengungkapan diri terkait dengan permasalahan yang mereka hadapi dan keingintahuan mereka tentang filsafat Stoikisme. Pengungkapan diri anggota terjadi karena adanya rasa kepercayaan, aman dan nyaman kepada orang lain meski ada anggota yang menggunakan akun anonim. Grup Facebook Stoic Indonesia dapat digunakan untuk berbagi keluh kesah, kegundahan, dan kegalauan tentang hidup dari para anggota sekaligus untuk meluapkan emosi negatif dan mendapatkan solusi bijak sesuai aliran Stoikisme dari para anggota lain.

Temuan pengungkapan diri di grup Stoic Indonesia menurut Teori Johari Window terbagi menjadi dua tipe yakni ada anggota yang menjadi tipe 'interviewer' karena mengetahui informasi tentang dirinya dan orang lain tetapi tidak memberitahu dan menyimpannya sendiri sehingga jendela tertutupnya paling besar. Tipe kedua yakni "open minded person" karena anggota secara bebas melakukan pengungkapan diri membagikan cerita mengenai keresahannya, berbagi tentang rekomendasi film, dan menanyakan soal kutipan tentang stoikisme menggunakan identitas aslinya sehingga jendela terbukanya paling besar.

Dalam kaitannya dengan CMC dari perspektif Joseph Walther, tahapan komunikasi yang terjadi di grup Stoic Indonesia terdiri interpersonal dan hiperpersonal. Komunikasi interpersonal terjadi karena percakapan anggota di grup Stoic Indonesia meningkatkan kepercayaan dan kedekatan dengan anggota lain seperti percakapan tatap muka. Sementara komunikasi

hiperpersonal terjadi karena ada anggota yang lebih nyaman dan lebih bisa melakukan pengungkapan diri saat melakukan pengungkapan diri.

Grup Facebook Stoic Indonesia membantu para anggotanya saling berkomunikasi dengan anggota lain sehingga terjadi komunikasi yang dapat memberikan imbalan atau manfaat bagi anggota untuk menceritakan kegelisahannya. Dampak anggota yang melakukan self-disclosure di grup tersebut juga positif karena mendapat motivasi agar menjadi pribadi yang lebih baik. Faktor keterbukaan diri anggota di grup Stoic Indonesia dalam menggunakan media sosial Facebook yaitu dari bagaimana lingkungan pertemanan anggota di dunia nyata tidak mendukungnya untuk mengungkapkan diri. Anggota grup akan terbuka setelah melihat peluang jawaban dan solusi yang disampaikan sesama anggota di grup tersebut sesuai dengan yang dibutuhkan.

Berdasarkan hasil penelitian tentang relevansi filsafat Stoikisme dalam mengatasi masalah kecemasan, peneliti menyimpulkan bahwa filsafat ini bisa menjadi kiat-kiat untuk mengontrol emosi meski masih harus ada dukungan dari lingkungan sekitar agar pengontrolan emosi menjadi lebih efektif. Para Stoic di grup Facebook menyebut filsafat ini tidak bisa menghilangkan manusia kehilangan emosinya tetapi bisa mengendalikan bagaimana mencurahkan emosi negatif agar tidak destruktif.

Media sosial Facebook juga dimanfaatkan oleh anggota grup Stoic Indonesia dalam menjalin relasi dengan anggota lain yang ingin mendalami filsafat Stoikisme dan bertukar pikiran mengenai persoalan yang ada secara pribadi. Penggunaan media sosial Facebook menjadi penghubung sesama anggota yang sedang dalam kesulitan ingin mencari ketenangan hidup melalui berbagai teknik yang dimiliki oleh filsafat Stoikisme. Anggota di grup Facebook Stoic Indonesia terbukti mendapatkan manfaat yakni pembelajaran dari postingan anggota lain yang di dapat melalui komentar yang bernilai positif.

B. Rekomendasi

Perlu adanya kepedulian dari admin atau pembuat grup Stoic Indonesia agar postingan anggota di grup tersebut dapat terkontrol. Keaktifan dari anggota lain juga diperlukan untuk mengurangi adanya dominasi anggota yang melakukan postingan sebab postingan yang sama secara berulang bisa mengurangi makna dan kedalaman informasi terkait postingan lain yang bermanfaat bagi semua anggota. Peraturan dalam grup untuk mengatur anggota sebaiknya dikaji dan ditinjau kembali pasca penambahan anggota secara masif di tahun 2023. Perlu juga penguatan keakraban antar anggota di grup tersebut guna menjaga kepercayaan dan kenyamanan yang dibangun agar grup Stoic Indonesia bisa lebih efektif menjangkau anggota yang sedang kesulitan dalam menghadapi persoalan hidupnya.

