

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis peneliti mengenai fenomena pengungkapan mengenai kesehatan mental pada media sosial Tiktok , yaitu pada akun @pejuanghidup menganalisis apakah unggahan yang diunggah oleh pemilik akun tersebut hanya sekedar bentuk pengungkapan akan pengalaman hidup yang dialami atau hanya untuk mencari keuntungan komersil agar mendapatkan *engagement* di setiap unggahannya. Selain itu untuk menjawab fenomena yang terjadi perlu dianalisis pula mengenai *private disclosure* dari pemilik akun Tiktok @Pejuanghidup yaitu Fara Dilla H., untuk menjawab hal yang memicu di balik unggahan konten Tiktoknya mengenai kesehatan mental. Setelah melakukan wawancara mendalam dengan pemilik akun tersebut terdapat hasil bahwa pemilik akun tersebut mengunggah berbagai konten mengenai kesehatan mental pada media sosial Tiktok berdasarkan pengalaman hidup yang dialaminya, dan tidak ada niat untuk memperoleh hasil komersil dari unggahan tersebut, semata-mata hanya untuk mencurahkan kondisi permasalahan hidup yang dialaminya selama ini.

Secara garis besar dalam penelitian ini ingin mendeskripsikan serta menganalisis bagaimana *private disclosure* pemilik akun Tiktok @pejuanghidup dalam setiap konten unggahannya mengenai pengungkapan kesehatan mental. Pengungkapan pribadi khususnya pada media online sejauh mana informan terbuka mengenai informasi pribadinya di publik, oleh karena itu berikut ringkasan kesimpulan atas pemaparan di atas berdasarkan hasil penelitian peneliti terhadap informan :

1. Peneliti berhasil memperoleh tujuan penelitian dalam mendeskripsikan dan menganalisis *private disclosure* informan dalam media sosial Tiktok mengenai pengungkapan kesehatan mental. Segala informasi publik yang informan unggah pada konten videonya di Tiktok berdasarkan penelitian merupakan informasi yang memang informan ingin sampaikan ke publik mengenai perasaannya akibat permasalahan hidup yang dialami. Namun informasi pribadinya tetap informan jaga dengan tidak mengunggah cerita permasalahan keluarganya , serta batasan dalam media sosial juga terlihat dengan informan tetap menjaga akun Tiktoknya dengan anonim atau tanpa nama asli.

2. Keterbukaan informan dalam unggahan kontennya di media sosial Tiktok dibentuk oleh cara pandang informan yang merasa nyaman dan lebih tenang ketika mengungkapkan perasaannya apa yang dirasakan kepada publik sehingga informan merasa lega akan hal itu daripada memendam sendiri perasaan yang informan rasakan.
3. Batasan-batasan aturan oleh informan yang dibentuk dalam media sosial Tiktok dibentuk berbeda sesuai dengan isi konten yang diunggah sesuai apa yang dirasakan , informan membatasi pengikut lain untuk memberikan komentar pada unggahan yang memiliki unsur kekerasan seperti *self harm* namun pada pengungkapan mengenai kesehatan mental lainnya yang dirasakan informan masih dalam batas wajar informan membuka kolom komentar untuk pengguna lain agar dapat berkomunikasi untuk memberikan semangat satu dengan lainnya.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas terdapat beberapa saran terkait fenomena pengungkapan mengenai kesehatan mental pada media sosial Tiktok, terutama pada akun Tiktok @pejuanghidup , pengguna sosial media Tiktok, serta peneliti selanjutnya , sebagai berikut :

1. Pemilik akun Tiktok @pejuanghidup maupun pengguna media sosial Tiktok lain yang kerap mengunggah konten mengenai kesehatan mental harus lebih bijaksana dalam menggunakan media sosial Tiktok serta memiliki batasan-batasan pengungkapan informasi kepada publik mengenai informasi pribadi secara lebih jelas, agar batasan unggahan di media sosial memberikan dampak yang positif terhadap pengguna lainnya.
2. Kesehatan mental merupakan sesuatu hal yang sensitif serta dibutuhkan profesional untuk mengungkapkan informasi mengenai kesehatan mental pada media sosial khususnya Tiktok, agar tidak berdampak buruk bagi pengguna lain maupun bagi informan.
3. Untuk peneliti selanjutnya apabila ingin meneliti mengenai private disclosure seseorang terutama pada media online, bisa meneliti media sosial lain selain Tiktok agar bisa lebih berkembang juga dengan topik yang lain ataupun topik yang sama

mengenai kesehatan mental tetapi dengan informan yang lebih memahami akan hal tersebut ataupun lebih baik jika mendapatkan informasi detail dari profesional.

