

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa self-disclosure yang dilakukan oleh mahasiswi Gen Z melalui akun anonim di media sosial X merupakan fenomena yang kompleks dan dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Mahasiswi Gen Z melakukan *self disclosure* melalui akun anonim dengan cara membagikan informasi yang bersifat personal dan emosional, meskipun mereka cenderung menjaga anonimitas dengan tidak mencantumkan rincian spesifik seperti nama atau lokasi. Mereka memanfaatkan akun anonim sebagai sarana untuk mengekspresikan perasaan, melampiaskan emosi, dan berbagi pengalaman sehari-hari yang mungkin sulit diungkapkan di hadapan orang lain. Frekuensi penggunaan akun anonim bervariasi; beberapa partisipan melakukannya secara rutin, sementara yang lain hanya sesekali. Sifat postingan yang didominasi oleh curahan kekesalan dan frustrasi menunjukkan bahwa akun anonim sering digunakan untuk mengekspresikan emosi negatif. Meskipun terdapat kekhawatiran mengenai reaksi orang lain terhadap postingan tersebut, perasaan lega setelah memposting menjadi pengalaman yang umum di antara partisipan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi keputusan mahasiswi untuk melakukan *self disclosure* secara anonim mencakup kebebasan berekspresi tanpa rasa takut akan penilaian, kebutuhan untuk melampiaskan emosi, keinginan untuk mencari dukungan atau validasi, kekhawatiran akan identifikasi, serta harapan untuk mempengaruhi perilaku teman. Kebebasan berekspresi menjadi faktor yang paling dominan, di mana partisipan merasa aman untuk berbagi perasaan dan pengalaman tanpa khawatir akan penilaian sosial. Kebutuhan untuk melampiaskan emosi juga memiliki peran

penting, memberikan mereka saluran untuk mengatasi stres dan tekanan psikologis. Selain itu, harapan untuk mendapatkan dukungan dari orang lain dan kekhawatiran mengenai identifikasi menunjukkan bahwa meskipun terdapat kebebasan dalam anonimitas, terdapat pula batasan dan risiko yang perlu dipertimbangkan.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis, penulis akan memberikan beberapa rekomendasi terkait penelitian yang telah dilaksanakan, sebagai berikut:

### 1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa dianjurkan untuk meningkatkan kemampuan literasi digital, khususnya dalam memahami risiko yang terkait dengan pengungkapan diri di akun anonim. Pengguna perlu mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari pengungkapan informasi negatif, seperti sindiran atau kritik, yang berpotensi memicu konflik apabila identitas mereka terungkap. Di samping itu, komunikasi langsung dengan teman-teman kuliah di dunia nyata dapat menjadi solusi yang lebih efektif dalam menyelesaikan konflik, dibandingkan dengan hanya mengandalkan akun anonim sebagai sarana katarsis.

### 2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini terbatas pada lima informan yang terdiri dari mahasiswa, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas jangkauan dengan melibatkan informan dari berbagai latar belakang, termasuk mahasiswa laki-laki atau kelompok usia yang berbeda. Penelitian yang akan datang juga dapat mempertimbangkan untuk mengeksplorasi platform media sosial lainnya, seperti Instagram atau Reddit, guna membandingkan pola pengungkapan diri secara anonim. Selain itu, pendekatan kuantitatif, seperti analisis konten berskala besar terhadap tweet anonim, dapat

diterapkan untuk menggeneralisasi hasil temuan serta mengukur prevalensi fenomena ini.

### 3. Bagi Instansi Pendidikan

Universitas memiliki kesempatan untuk mengintegrasikan pendidikan mengenai komunikasi daring dan literasi media sosial ke dalam kurikulum mereka, contohnya melalui penyelenggaraan mata kuliah komunikasi interpersonal yang membahas etika digital. Inisiatif ini berpotensi membantu mahasiswa dalam memahami pengelolaan emosi serta penyelesaian konflik di platform media sosial, termasuk penggunaan akun anonim dengan bijaksana.

