

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data penelitian yang telah dikumpulkan, disajikan dan dianalisis, maka didapat beberapa kesimpulan. Pertama, emosi yang ditampilkan di *facebook* oleh keempat subjek mencakupi emosi positif dan juga emosi negatif. Emosi yang diungkapkan tersebut sebagian besar sama, yakni berupa rasa senang, syukur, bangga, kerinduan, sedih, marah, kesal, kecewa, kekhawatiran, kesepian, rasa bersalah dan lainnya. Adapun bentuk pengungkapannya seringkali dalam bentuk *status update* dan ada pula dalam bentuk catatan meskipun sangat jarang.

Kedua, ada beberapa alasan yang melatarbelakangi subjek berkatarsis di *facebook*. Alasan tersebut bisa berupa: jejaring sosial *facebook* dinilai sebagai media untuk memfasilitasi penyaluran dan pengungkapan emosi atau media *curhat*, khususnya pada subjek SN dan MH; fenomena katarsis di *facebook* itu sendiri dianggap sebagai hal yang wajar oleh para subjek; mengekspresikan emosi merupakan kebutuhan alami manusia dan manusia umumnya memerlukan orang lain untuk mengungkapkan segala emosi yang menekannya; adanya hambatan atau kesulitan untuk mengungkapkan dan meluapkan emosi secara langsung pada orang terdekat; juga ada tujuan lain yang diinginkan dari katarsis di *facebook*, yakni ingin sekaligus menyalurkan hobi menulis (pada AM) dan ingin mendapatkan perhatian dari teman (SN dan MH).

Ketiga, setelah subjek berkatarsis di *facebook*, umumnya mereka dapat merasakan lega. Meskipun memang tidak melegakan hingga 100%, namun

setidaknya beban psikologis yang dirasakan sebelumnya dapat berkurang karena telah difasilitasi dan dilepaskan. Selain itu juga ada rasa senang apabila *status* katarsis mereka mendapat tanggapan dari teman-teman sesama pengguna *facebook*, yang diartikan sebagai bentuk kepedulian orang lain terhadap kondisinya. Kemudian melalui aktivitas katarsis di *facebook* ini individu yang bersangkutan juga bisa mendapatkan pencerahan dan modal untuk introspeksi diri.

## **B. Saran**

Fokus penelitian ini ialah mengenai fenomena katarsis yang banyak terdapat di berbagai jejaring sosial, terutama *facebook*. Fenomena ini sendiri bukanlah hal yang langka, namun penulis mengkajinya dengan menggunakan pendekatan studi kasus agar bisa menggali data secara mendalam pada empat orang subjek mahasiswa Psikologi Islam. Sangat disayangkan bahwa lingkup penelitian ini terlalu kecil. Sehingga untuk penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat meneliti fenomena ini dalam cakupan yang lebih luas dengan jumlah subjek yang lebih banyak.

Selain itu, peneliti selanjutnya juga diharapkan agar bisa mengkaji fenomena katarsis di jejaring sosial khususnya *facebook* dengan lebih mendalami pada aspek-aspek lain yang belum cukup terkupas oleh penelitian ini. Misalnya saja menggunakan tinjauan kepribadian maupun motivasi individu pada subjek yang bersangkutan, sehingga bisa digambarkan pola katarsis di *facebook* yang lebih spesifik pada tiap subjek. Semoga bisa bermanfaat.