

BAB V PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menjelaskan bagaimana bentuk interaksi dan konstruksi yang terjadi dalam komunitas virtual kesehatan mental pada akun Instagram @alpas.id. Secara umum, hasil penelitian ini memberikan pemahaman bahwa interaksi dan konstruksi yang dibangun pada komunitas Alpas.id dengan mengelaborasikannya ke dalam lima gagasan Blumer, yakni konsep diri, konsep aksi, konsep objek, konsep interaksi sosial, dan konsep aksi bersama menunjukkan hasil bahwa pada dasarnya makna yang terbentuk merupakan hasil dari kesepakatan bersama.

- Manusia memiliki kemampuan untuk mengkonstruksi sekaligus memanipulasi sebuah makna yang dalam hal ini terdapat suatu kesepakatan yang disepakati bersama. Seperti ketika kehadiran komunitas Alpas.id ini dimaknai sebagai komunitas kesehatan mental karena informasi-informasi yang diberikan dan layanan yang disediakan pada dasarnya diperuntukkan bagi orang yang mengalami masalah kesehatan mental. Konsep interaksionalisme simbolik pada penelitian ini berupaya menerjemahkan dan mendefinisikan tindakan-tindakan individu berdasarkan makna-makna yang ada pada sesuatu bagi mereka. Dengan ini, berdasarkan hasil wawancara dengan enam informan untuk mengetahui interaksi dan konstruksi komunitas kesehatan mental di akun Instagram Alpas.id terjadi karena;

Pertama, melalui konsep diri (*self*) bahwa konsepsi diri ini terbentuk melalui proses berdialog dengan diri sendiri, dimana berdialog dengan diri sendiri dalam hal ini dapat mempengaruhi perasaan seseorang mengenai dirinya sendiri dan bagaimana seseorang tersebut bertindak melalui makna yang terbentuk pada pikirannya. Melalui hal tersebut, konsepsi diri yang terbangun pada komunitas Alpas.id terletak pada identitas yang terbentuk di dalam komunitas karena adanya pertukaran makna dan simbol yang terjadi tidak hanya melalui proses interaksi dengan individu lain namun lebih lanjutnya proses berdialog dengan diri sendiri atau mengkonsepsi diri. Sehingga dalam hal ini, interaksi dan konstruksi yang

dilakukan pada akun Alpas.id karena adanya proses konsepsi diri sebagai individu yang membutuhkan edukasi melalui konten-konten Alpas.id dan pada program-program yang diselenggarakan Alpas.id.

Kedua, konsep aksi (*action*) bahwa perbuatan manusia dibentuk melalui dan dalam interaksi dengan diri sendiri. Sehingga tindakan tersebut ia lakukan karena adanya keinginan atau kebutuhan (internal) dan juga dari faktor eksternal karena ada tradisi, nilai-nilai yang dianut komunitas. Herbert Blumer menyatakan bahwa tindakan merupakan hasil konstruksi yang dilakukan individu yang tidak sepenuhnya didorong oleh keinginan yang bersifat dalam dan juga tidak sepenuhnya merupakan hasil paksaan dari faktor yang bersifat eksternal. Sehingga dalam hal ini, para anggota komunitas Alpas.id juga menyatakan keinginannya untuk dapat terlibat dalam program dan aktivitas yang diselenggarakan oleh Alpas.id. Keterlibatan mereka ini pada dasarnya didasari oleh keinginan diri sendiri dan adanya dorongan dari kebutuhan akan informasi yang dapat mengedukasi mereka sebagai orang yang mengalami masalah kesehatan mental. Lebih lanjutnya, bentuk tindakan yang dilakukan pada akun Instagram Alpas.id juga berwujud pemberian *like*, *share*, dan *comment* dimana aksi ini didorong oleh keinginan dari dalam diri anggota komunitas.

Ketiga, konsep objek (*object*) pada konsep objek, para anggota komunitas mengkonstruksikan komunitas sebagai objek fisik dimana komunitas ini hadir dalam jejaring yang memiliki struktur tatanan masyarakat dan pembagian peran. Sehingga anggota masyarakat mengkonstruksi Alpas.id sebagai sebuah kelompok masyarakat virtual yang berperan untuk memberikan edukasi dan informasi terkait isu-isu kesehatan mental. Keterlibatan para anggota komunitas dalam Alpas.id tentunya didasari oleh rasa senasib yang sama sehingga para anggota menjadikan dirinya menjadi bagian dari komunitas karena hasil dari konstruksinya sendiri yang menjadikan Alpas.id menjadi medium untuk mendapatkan edukasi dan informasi yang lebih banyak bagi orang-orang yang mengalami masalah kesehatan mental. Lebih lanjut, para anggota komunitas bahkan mengkonstruksikan akun Alpas.id lebih dari sebuah akun dimana akun ini dapat menjadi layaknya seorang teman karena ada beberapa hal yang mempengaruhi anggota komunitas untuk tidak pernah merasa sendiri dan merasa memiliki *support system* melalui Alpas.id.

Keempat, konsep interaksi sosial (*social interaction*) Interaksi sosial adalah ketika seseorang berinteraksi lalu kemudian menciptakan konsepsi tentang peran-peran yang ada di dalam kehidupan masyarakat. Blumer menyatakan bahwa sebenarnya ketika seseorang bergerak atau terlibat dalam satu aktivitas sosial. Interaksi sosial yang terjadi pada komunitas Alpas.id pada dasarnya terjadi melalui keterlibatan para anggota komunitas pada berbagai bentuk kegiatan atau program yang diselenggarakan oleh Alpas.id sehingga terbentuknya proses interaksi yang mendorong tiap individu saling bertukar pesan atau simbol. Lebih lanjut, para anggota komunitas ini melakukan interaksi dengan menyampaikan pendapat, berkomunikasi dengan anggota lainnya, dan juga berbagi konten-konten yang informatif dan edukatif kepada anggota lainnya. Sehingga, melalui kegiatan yang berkesesuaian tersebut dan memungkinkan terjadinya pertukaran simbol dan menciptakan sebuah makna untuk saling memahami pesan yang ingin disampaikan oleh komunitas Alpas.id atau anggota komunitas yang membagikannya lagi kepada orang lain.

Kelima, konsep aksi bersama (*join action*) bahwa bentuk aksi bersama yang terjadi pada komunitas kesehatan mental Alpas.id ini hadir dan berkembang melalui proses konstruksi diri melalui proses interaksi sosial yang dibangun dengan individu lainnya. Pada dasarnya aksi bersama ini muncul dari diri pribadi anggota komunitas yang berupaya untuk melakukan sebuah negosiasi antar satu sama lain untuk mencapai motif-motif tertentu seperti menjadi individu yang didengarkan dan didukung. Aksi bersama tersebut kemudian menjadikan para anggota komunitas saling menegosiasikan nilai-nilai yang dianut dan prinsip diri ke dalam satu nilai bersama, yakni visi dan misi komunitas Alpas.id. Sehingga upaya menerapkan nilai-nilai tersebut ke dalam pribadi masing-masing, para anggota komunitas melakukan aksi *share* konten-konten Alpas.id ke fitur *direct message* dan *story* Instagram yang bertujuan untuk mempersuasi anggota komunitas lainnya atau orang yang mengalami masalah kesehatan mental sebagai individu yang mungkin membutuhkan edukasi atau informasi terkait isu kesehatan mental. Sebagai bagian dari komunitas virtual kesehatan mental Alpas.id pada media sosial Instagram, para anggota komunitas memiliki motif untuk didengarkan keluh kesahnya dan saling mendukung satu sama lainnya. Sehingga hal tersebut

yang kemudian mendorong anggota komunitas untuk memiliki keinginan bergabung pada komunitas Alpas.id melalui proses membangun relasi, interaksi, dan komunikasi dengan anggota komunitas lainnya.

Keberadaan komunitas kesehatan mental Alpas.id khususnya di akun Instagram @alpas.id dapat menjadi media dukungan bagi orang-orang yang memiliki masalah kesehatan mental di Indonesia. Setelah peneliti melakukan pengamatan pada komunitas kesehatan mental di akun Instagram @alpas.id terdapat temuan baru berkaitan dengan aspek budaya komunikasi yang dibangun di era digital. Aspek budaya yang terlihat oleh peneliti dalam komunitas kesehatan mental Alpas.id adalah bahwa komunitas kesehatan mental ini menggunakan media sosial Instagram sebagai media utama yang bertujuan untuk menciptakan ruang diskusi terbuka kepada orang-orang yang memiliki masalah kesehatan mental agar dapat saling menguatkan dan mendukung satu sama lain. Mereka berkomitmen untuk dapat mem-*breakdown* stigma-stigma kesehatan mental yang seringkali menghambat seseorang untuk berkembang. Budaya untuk saling berbagi, menguatkan, dan memotivasi satu sama lainnya tentu menjadi budaya yang diterapkan dalam komunitas kesehatan Alpas.id.

Penelitian yang menjadikan Instagram sebagai medium dalam melakukan interaksi dan konstruksi pada orang yang mengalami masalah kesehatan mental dengan mengeksplorasi lima gagasan dasar Herbert G. Blumer belum banyak dilakukan terlebih dengan menggunakan metode netnografi yang dijelaskan lebih lanjut menggunakan konsep komunitas virtual yang merupakan pengembangan dalam konteks komunikasi kelompok. Padahal, penelitian ini memiliki kemenarikan karena komunitas berupaya menjadi wadah yang dapat memberikan dukungan secara emosional dan menjadi pendengar yang baik bagi orang-orang yang mengalami masalah kesehatan mental di Indonesia dengan karakteristik komunitas yang terbuka. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dan kebermanfaatan bagi literatur penelitian kajian komunitas virtual, khususnya pada komunitas kesehatan mental yang menjadi isu penting dewasa ini di masyarakat.

5.2. Saran

5.2.1. Saran Akademis

Penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, dalam artian masih banyak yang perlu untuk diperbaiki guna menyempurnakan penelitian sejenis lain berikutnya. Berdasarkan temuan dan interpretasi data dalam penelitian ini, peneliti berupaya memberikan saran akademis guna menjadi referensi bagi penelitian lain yang sejenis di kemudian hari.

Pertama, peneliti lain dapat melakukan replikasi penelitian dengan menggunakan objek dan subjek penelitian yang berbeda. Bila pada penelitian ini tidak memfokuskan pada jenis kelamin tertentu, penelitian berikutnya dapat mencoba dengan memfokuskan pada jenis kelamin yang sama (homogen). Penelitian berikutnya juga mungkin dapat menggunakan komunitas virtual sejenis lain, misalnya komunitas kesehatan mental dunia atau yang memiliki karakteristik berbeda dari komunitas yang diteliti. Sehingga diharapkan temuan penelitian akan jauh lebih menarik dan berbeda dengan penelitian ini, terlebih jika studi interaksi dan konstruksi yang dibedah dengan teori *genderlect style*.

Kedua, penelitian lain mungkin dapat melihat peluang meneliti media sosial lain selain Instagram yang dimiliki oleh Alpas.id seperti mengkaji media sosial LINE yang digunakan oleh komunitas Alpas.id yang sifatnya lebih *intimate*. Ketiga, bila penelitian sejenis lainnya tetap berkeinginan untuk menggunakan komunitas virtual yang sama dengan penelitian ini, penelitian berikutnya dapat menggunakan metode lain selain netnografi untuk mendapatkan hasil yang berbeda dari komunitas Alpas.id.

5.2.2. Saran Praktis

1. Peneliti berharap komunitas virtual kesehatan mental Alpas.id dapat terus bersinergi dan memberikan kebermanfaatan bagi masyarakat luas khususnya bagi orang-orang yang memiliki gangguan kesehatan mental melalui program-program yang unik dan kreatif sebagai upaya meningkatkan keterlibatan para anggota komunitas Alpas.id untuk mempertahankan eksistensi Alpas.id.

2. Peneliti juga berharap hadirnya komunitas-komunitas virtual lain yang diharapkan dapat menjadi wadah bagi masyarakat luas dengan memanfaatkan jaringan komunikasi pada media sosial lainnya sehingga dapat menciptakan cara berkomunikasi yang lebih efisien dan efektif.
3. Kehadiran komunitas kesehatan mental lain di Indonesia juga diharapkan dapat memberikan dukungan dan memotivasi orang yang memiliki gangguan kesehatan mental untuk terlepas dari jeratan-jeratan stigma yang menghambat individu untuk berkembang dengan membangun budaya saling menguatkan, mendukung, dan memotivasi upaya memelihara kontinuitas komunitas virtual.