

## BAB V

### KESIMPULAN

Bab ini berisikan kesimpulan dari hasil penelitian dan juga saran-saran yang dapat diberikan oleh peneliti.

#### 5.1 Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *parasocial relationship* dan *subjective well-being*, ini dapat disebabkan oleh perbedaan konteks budaya, media narasi, karakteristik responden, dan efek yang ditimbulkan oleh menonton anime.

#### 5.2 Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian dan keterbatasan-keterbatasan yang ada, berikut saran-saran yang dapat diberikan oleh peneliti baik bagi peneliti selanjutnya, wibu, dan masyarakat secara luas.

##### 5.2.1 Saran untuk Peneliti

Penelitian selanjutnya yang hendak menggunakan variabel *parasocial relationship* pada konteks anime, disarankan untuk menggunakan penelitian *mixed method* mengingat luas dan kompleksnya dinamika dari *parasocial relationship*. Metode kualitatif dapat digunakan untuk menggali motivasi dari perilaku *parasocial*. Kemudian, metode kuantitatif dapat digunakan untuk pengujian secara sistematis.

Selain dari metode penelitian, pada penelitian dengan konteks anime hendaknya untuk meminimalisasi adanya pengaruh variabel eksternal untuk mendapatkan data yang homogen. Beberapa yang dapat dilakukan adalah dengan mengambil sampel dari responden yang menonton satu anime yang sama. Hal lain yang dapat dilakukan adalah melakukan pengujian pada *range* durasi menonton anime yang sama dan juga *exposure* yang sama.

Mengingat terdapat kemungkinan adanya perbedaan antara *parasocial relationship* pada karakter fiksi yang diperankan manusia dan karakter fiksi berbentuk dua dimensi seperti pada anime, penelitian selanjutnya dapat mengkaji

komparasi antara anime dan adaptasi *live action*-nya seperti pada anime One Piece. Hasil dari penelitian komparasi tersebut dapat mengisi gap dari penelitian terdahulu termasuk pada penelitian ini.

Apabila dalam penelitian selanjutnya juga hendak melihat korelasi antara *parasocial relationship* dan *subjective well-being*, maka diperlukan variabel mediasi untuk menjembatani keduanya. Variabel *parasocial relationship* cenderung memengaruhi aspek Afektif dari *subjective well-being* dan aspek sosial, sehingga disarankan untuk mencoba variabel *emotional regulation* dan *social support*.

### 5.2.2 Saran untuk Wibu

Berdasarkan hasil penelitian ini, kegemaran anime dapat memberikan efek yang baik seperti meningkatkan frekuensi afek positif. Namun, terdapat hal-hal negatif yang akan muncul apabila kegemaran tersebut tidak dimoderasi. Diperlukan kesadaran untuk membatasi dan mengontrol durasi menonton anime. Hal ini untuk menghindari *screen time* berlebih yang dapat meningkatkan afek negatif. Tidak disarankan juga untuk menonton anime hingga larut malam ketika melakukan *binge watching* karena hal tersebut dapat mengganggu ritme tubuh yang berakibat buruk pada kesehatan fisik dan mental.

Selain membatasi durasi menonton, penggunaan anime juga harus dibatasi sebagai sekadar sarana hiburan. Tidak disarankan menggunakan anime untuk menghindari permasalahan yang dimiliki karena dapat menyebabkan kecanduan. Apabila kebiasaan menonton anime sudah mengganggu kehidupan sehari-hari dan sudah tidak dapat mengontrol keinginan serta durasi untuk menonton anime, maka disarankan untuk mencari bantuan profesional.

### 5.2.3 Saran untuk Masyarakat

Data yang didapatkan dari hasil penelitian ini berlawanan dengan stereotip mengenai wibu yang beredar di masyarakat. Selaras dengan penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa wibu memiliki kecenderungan *subjective well-being* yang tinggi. Hal ini bertentangan dengan stereotip bahwa wibu memiliki kesehatan mental yang rendah. Sementara itu, kecenderungan wibu untuk memiliki *parasocial relationship* yang tinggi memang benar adanya namun hal tersebut tidak mengimplikasikan hubungan yang signifikan terhadap *subjective well-being*. Secara singkat,

*parasocial relationship* cenderung berdiri sendiri dan tidak secara langsung memengaruhi *subjective well-being*. Selama *parasocial relationship* tersebut dapat dimoderasi, maka tidak akan menimbulkan hal yang negatif. Apabila hendak menggunakan anime sebagai media hiburan, hal tersebut disarankan selama masih dapat dikontrol dan tidak berlebihan.