

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### 5.1 Kesimpulan

Penelitian ini mengkaji fenomena *love-bombing* di media sosial dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi fase *liminality* pada korban, baik laki-laki maupun perempuan. Berdasarkan analisis yang dilakukan, dapat disimpulkan beberapa poin utama:

1. Proses terjadinya *love-bombing*

Pada fase awal hubungan, baik laki-laki maupun perempuan yang menjadi korban mendapatkan perhatian dan kasih sayang yang berlebihan dari pelaku *love-bombing*. Korban laki-laki sering kali menerima pujian dan perhatian yang mempengaruhi harga diri mereka, sedangkan korban perempuan biasanya dirayu dengan hadiah dan rasa dihargai yang intens. Pelaku *love-bombing* memiliki kecenderungan untuk melancarkan aksi *love-bombing* dengan tujuan untuk mendapatkan perhatian dari korban dan mengisi waktu luang mereka atau sekadar pengalih perhatian dari rasa bosan saja. Pelaku *love-bombing* menyadari sepenuhnya dengan apa yang mereka lakukan bahkan ketika mereka sedang berada dalam hubungan, namun hal tersebut tidak menjadi pertimbangan apabila ada “kesempatan” dan “peluang” yang diberikan dari korban. Sedangkan dalam kacamata korban, *love-bombing* yang dilancarkan oleh pelaku sering kali tidak disadari oleh korban dikarenakan korban sudah terlena dengan sikap yang diberikan oleh pelaku.

Sehingga pada penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi lebih dalam faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kesadaran korban terhadap tindakan ini, serta perbedaan gender dalam persepsi korban terkait sikap manipulatif pelaku. Selain itu, diperlukan analisis lebih lanjut mengenai dampak jangka panjang *love bombing* terhadap stabilitas emosional korban. Dampak pasca terjadinya *love-bombing*

2. Dampak yang dialami, korban menghadapi dampak psikologis yang mendalam. Laki-laki mengalami trauma dan harga diri yang terluka, sementara perempuan memerlukan proses pemulihan yang panjang untuk membangun kembali harga diri dan kemandirian mereka. Pada korban laki-laki sendiri, korban mengaku bahwa dirinya sampai sekarang masih terus berusaha untuk melakukan banyak kegiatan untuk mengalihkan perhatiannya dari bayang-bayang pelaku. Sementara korban perempuan walaupun dilanda rasa trauma masih mampu dan terbuka untuk hubungan baru dengan orang lain atau dengan pelaku apabila pelaku ingin berubah. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan gender dalam pengalaman dan dampak *love-bombing*. Laki-laki dan perempuan sama-sama menjadi korban, namun respons dan proses pemulihan mereka berbeda. Namun penelitian ini terdapat kurangnya eksplorasi faktor-faktor sosial dan budaya sehingga penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor-faktor sosial dan budaya yang mempengaruhi

perbedaan dalam pemulihan antara korban laki-laki dan perempuan, serta bagaimana intervensi psikologis dapat disesuaikan untuk mendukung proses pemulihan yang lebih efektif pada kedua kelompok.

### 3. Fase *liminality*

Fase ini ditandai dengan perubahan perilaku pelaku yang menyebabkan kebingungan dan ketidakpastian pada korban. Laki-laki merasa bingung dan kehilangan arah, sedangkan perempuan mengalami ketergantungan emosional dan kesulitan mengenali manipulasi yang terjadi. Selepas pasca *love-bombing* korban laki-laki dan perempuan memasuki fase ruang liminal dimana dirinya merasakan kebingungan seperti yang dijelaskan oleh Victor Turner. Fase liminalitas atau ruang liminal tentu akan mengganggu penderitanya dalam aspek tertentu, seperti halnya korban yang menganggap ruang liminal sebagai bentuk ancaman terhadap stabilitas dan identitasnya, hal tersebut bisa memicu rasa cemas, sedih dan frustrasi. Ketika hubungan romantis yang selama ini terjalin dan sudah menjadi rutinitas tidak dapat lagi dilakukan, korban akan merasakan kehilangan, ketidakyakinan akan masa depan, dan masih tidak percaya bahwa dirinya sudah tidak menyangsang status memiliki pasangan lagi. Penelitian lanjutan bisa menggunakan metode kualitatif yang lebih dalam untuk memahami aspek-aspek emosional yang terlibat.

## 5.2 Saran

Adapun saran-saran yang dapat penulis berikan mengenai Liminality Pada Perempuan dan Laki-laki Pasca *Love-bombing* di Media Sosial sebagai berikut:

1. Bagi korban perempuan dan laki-laki yang sedang mengalami *love-bombing* perlu adanya sikap mawas diri terhadap orang baru yang datang dengan tujuan romantis. Kenali tanda-tanda bagaimana *love-bombing* bekerja seperti; perhatian yang berlebihan, pujian yang terus menerus diberikan, dan hadiah yang mahal atau tidak terduga padahal hubungan tidak memiliki kejelasan apapun. Waspada apabila calon pasangan terlalu cepat membahas hubungan jangka panjang tanpa adanya kejelasan status dan terapkan batasan diri untuk tegas dengan hubungan yang sedang dijalani. Jangan ragu untuk mengatakan dan menanyakan keraguan mengenai status dengan calon pasangan untuk meminimalisir waktu yang terbuang sia-sia dengan menjalani hubungan yang merugikan diri sendiri dimasa yang akan datang.
2. Bagi korban laki-laki dan perempuan pasca *love-bombing* tidak perlu ragu untuk memvalidasi perasaan yang saat ini sedang dialami, akui bahwa diri merasa sedih, marah, atau bahkan frustrasi. Jangan denial dan sadari bahwa penerimaan diri disaat masa-masa sulit akan lebih memudahkan diri untuk lepas dari fase *liminality*. Apabila mengalami ketakutan untuk berhubungan dengan pelaku lagi, memudahkan diri untuk lepas dari fase *liminality*. Apabila

mengalami ketakutan untuk berhubungan dengan pelaku lagi, tidak apa-apa untuk menjaga jarak atau memlokir akses komunikasi dengan pelaku demi kesejahteraan diri sendiri. Merefleksikan diri dengan belajar dari pengalaman serta mencari dukungan moral dari lingkungan sekitar akan sangat membantu korban dalam mengalihkan rasa sedih dan lepas dari fase *liminality* yang sedang dijalani.

3. Bagi pelaku *love-bombing*, diharapkan untuk menyadari bahwa sikap dan tindakan yang pernah dilakukan sebelumnya merugikan orang lain. Sadari bahwa sikap *love-bombing* yang ditujukan pada korban hanya akan mengundang kebencian dari beberapa pihak dan tidak akan mendatangkan keuntungan bagi diri. Perlu adanya bantuan terapi atau konseling dari profesional juga merupakan langkah yang tepat untuk mendeteksi diri apakah memiliki kecenderungan yang mengarah pada perilaku NPD (*Narcissistic Personality Disorder*) atau tidak, sehingga dapat mencegah masalah yang berkelanjutan.

4. Bagi teman dan pihak keluarga, sangat penting untuk menjadi tempat sandaran dan dukungan bagi korban *love-bombing*.

Dukungan dan rasa semangat yang diberikan memberikan pengaruh besar kepada korban untuk bisa *move on* dan melepaskan diri dari fase liminalitas, dan menyadarkan korban bahwa perilaku manipulatif dari korban hanya akan memperburuk keadaan korban.

5. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan penelitian ini menjadi peluang untuk digali lebih dalam terkait fase *liminality* pada perempuan dan laki-laki pasca *love-bombing* di media sosial dan mengembangkan pemahaman baru dalam dunia antropologi gender. Diharapkan penelitian ini juga membantu temuan-temuan dan solusi baru atas permasalahan lanjutan yang akan datang.

Kesimpulan ini menegaskan pentingnya pemahaman mendalam mengenai love bombing dan dampaknya pada korban, serta perlunya strategi efektif untuk mendukung pemulihan korban dan mencegah terjadinya kekerasan dalam hubungan di masa depan.

