

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan analisis data dan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab – bab sebelumnya untuk menjawab rumusan masalah, maka muncul sebuah kesimpulan bahwa pengungkapan diri yang dilakukan oleh wanita paruh baya terkait aging gracefully, menunjukkan bahwa wanita paruh baya melakukan pengungkapan diri dengan memunculkan unsur – unsur aging gracefully di dalamnya. Pengungkapan diri yang dilakukan digambarkan lewat postingan terkait pemikiran dan perasaan melalui instastory, membagikan aktifitas sebagai gambaran produktifitas melalui feeds, dan menunjukkan motivasi dan informasi di instagram lewat instastory dan reels. Dari gambaran pengungkapan diri tersebut, terdapat juga tujuan pengungkapan aging gracefully pada wanita paruh baya melalui instagram yaitu untuk mengekspresikan motivasi terkait aging gracefully terhadap audience dan sebagai upaya untuk membranding penuaan dengan baik. Dimana dengan penerapan Aging Gracefully ini membuat wanita dapat bangkit sendiri dengan memperjuangkan haknya dengan tidak terjebak di dalam sistem patriarki, dengan menunjukkan bahwa dirinya dapat hidup, bekerja, dan menjalani aktifitas secara bebas tanpa berpatok dan terbatas oleh usia yang dimiliki dan melawan stigma bahwa wanita ketika sudah tua dan berumur tidak dapat produktif dan ditinggalkan dari segi standar kecantikan.

Pengungkapan diri yang dilakukan wanita paruh baya mengenai aging gracefully didasari dari bagaimana wanita paruh baya memaknai aging gracefully tersebut, dalam hal ini peneliti mendapati bahwa terdapat dua pemaknaan aging gracefully bagi wanita paruh baya yaitu aging gracefully sebagai pemikiran positif terhadap usia, dan aging gracefully sebagai mindset untuk mengelola pikiran. Dari pemaknaan aging gracefully oleh wanita paruh baya tersebut, hadir lah alasan mengapa wanita paruh baya melakukan aging gracefully dalam kehidupannya. Terkait dengan alasan, wanita paruh baya memiliki alasan melakukan aging gracefully sebagai upaya untuk tetap produktif secara sosial, dan juga aging gracefully dilakukan untuk meningkatkan produktifitas ekonomi.

Dalam pendekatan pengungkapan diri yang dilakukan oleh wanita paruh baya di instagram, terdapat unsur – unsur dari aging gracefully yang ditampilkan dan dimasukkan kedalam pengungkapan diri ini. Hal ini terlihat dari kaca mata dimensi pengungkapan diri yang diterangkan oleh DeVito, merujuk pada dimensi ukuran, valensi, kejujuran, intensi, dan keintiman. Setiap informan memiliki kadar pendekatan yang berbeda yang dipengaruhi oleh faktor tingkat kepercayaan, tujuan komunikasi, dan preferensi individu. Terdapat satu kecenderungan yang dominan yaitu pada dimensi valensi, dimana wanita paruh baya cenderung lebih banyak dan mudah mengungkapkan informasi yang bersifat positif dalam pengungkapan diri, hal ini dipengaruhi oleh aging gracefully yang diterapkan oleh wanita paruh baya untuk menjaga dirinya dari penuaan dan menghindari dari kecemasan. Ditemukan juga bahwa wanita paruh baya dalam dimensi kejujuran mengungkapkan segala hal secara jujur dan apa adanya, hal ini dikarenakan adanya keintiman di dalam

pertemanan yang dijalankan oleh wanita paruh baya sehingga dirinya tidak ingin terlihat sebagai seseorang yang menipu dan memalsukan informasi kepada audiencenya. Ini menunjukkan bahwa dalam dimensi pengungkapan diri oleh wanita paruh baya yang menjalankan aging gracefully, dimensi kejujuran dan dimensi keintiman menjadi erat kaitannya dan saling berhubungan.

Aging gracefully menjadi pandangan baru bagaimana seseorang dapat menjalani penuaan dengan baik. Aging gracefully dapat membantu seseorang untuk tetap bahagia dan produktif. Kebahagiaan bisa didapatkan dari berbagai cara yang diniatkan dengan mindset positif. Disini ditemukan bahwa terdapat berbagai upaya yang dilakukan wanita paruh baya untuk menjaga kebahagiaan dan produktifitas yang dijalankan, mulai dari segi penampilan, segi bahasa, dan branding yang dibangun. Wanita paruh baya yang menjadi informan dalam penelitian ini memiliki penampilan yang unik dan menarik yang nantinya menjadi ciri khas dari informan tersebut. Dari bahasa juga, dapat dilihat bahwa wanita paruh baya menyesuaikan tutur kata dan gaya bahasa untuk menjaga GAP pada komunikasi yang dijalankan dengan audience. Hal ini dilakukan agar wanita paruh baya bisa bersosialisasi dengan segala kalangan tanpa takut adanya kesenjangan umur.

## 5.2 Saran

Saran yang diberikan peneliti terhadap penelitian serupa selanjutnya berdasarkan hasil dari penelitian pengungkapan diri wanita paruh baya terkait aging gracefully di instagram adalah:

1. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya namun kekurangan dari penelitian ini adalah keterbatasan jumlah informan yang dipilih, sehingga penelitian ini dapat diperdalam atau dilakukan dengan jumlah informan dan populasi yang lebih luas, dengan karakteristik informan yang lebih heterogen menghasilkan data yang lebih kaya.
2. Penelitian selanjutnya dapat memilih subjek penelitian yang berbeda yang bisa dikembangkan dari penelitian ini, seperti melihat aging pada pria, dan juga pemilihan media sosial lain agar terlihat hasil data yang beragam dari penelitian sebelumnya.