BAB VI
PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil Analisis Isi Kualitatif terhadap episode spesial Attack on Titan: The Final Chapters, teks anime ini secara utuh merepresentasikan pengalaman traumatis eksistensial melalui visualisasi kebuntuan komunikasi intrapersonal dan hancurnya rasionalitas para tokohnya. Penderitaan trauma tersebut tidak hanya digambarkan melalui narasi verbal yang eksplisit, melainkan bermanifestasi secara kuat melalui komunikasi nonverbal (kinesik) seperti tatapan mata yang hampa, kelumpuhan motorik, dan tangisan histeris, serta fiksasi para tokoh terhadap objek-objek komunikasi artifaktual seperti syal merah, daun kering, dan kerang laut. Tekanan krisis eksistensial yang ekstrem ini kemudian terbukti memaksa para karakter sentral untuk membentuk pola koping komunikasi defensif yang spesifik dalam upaya mereka mempertahankan kewarasan. Hal ini terlihat jelas ketika Eren Yeager memanifestasikan koping agresif dan kepasrahan absolut (*learned helplessness*), Mikasa Ackerman menunjukkan koping represif melalui penahanan emosi dan aksi bungkam *(silence*), sementara Armin Arlert berupaya mengadopsi koping strategis melalui rasionalisasi logika. Pola koping defensif individual inilah yang pada akhirnya menciptakan dinding penghalang yang menggagalkan segala bentuk persuasi rasional di dunia nyata.

Dalam upaya mengurai kebuntuan tersebut, dinamika keterbukaan diri (*self-disclosure*) berlandaskan Teori Penetrasi Sosial menunjukkan bahwa resolusi konflik antarpribadi baru dapat dicapai ketika karakter difasilitasi oleh ruang aman psikologis, seperti dimensi Paths dan Cabin Dream, yang sepenuhnya mengisolasi mereka dari ancaman fisik peperangan. Di dalam ruang alternatif ini, proses pelucutan ego dapat terjadi secara radikal hingga menembus Tahap Pertukaran Intim (*Intimate Exchange*). Penerimaan atas kerentanan emosional yang dibarengi dengan empati tanpa penghakiman (*unconditional positive regard*) pada tahap ini berhasil merombak mekanisme koping individual yang destruktif menjadi koping kolektif yang saling mendukung. Secara keseluruhan, anime ini tidak sekadar beroperasi sebagai produk hiburan populer, melainkan merepresentasikan dengan

sangat akurat realitas psikologis bahwa penderitaan trauma kemanusiaan hanya dapat dipulihkan melalui validasi emosional dan pengungkapan diri yang jujur, bukan melalui perdebatan logis maupun represi perasaan.

6.2 Saran

Berpijak pada kesimpulan dan keterbatasan dalam penelitian ini, peneliti merumuskan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoretis maupun praktis:

1. Saran Akademis

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya berfokus pada analisis teks media secara internal (*representasi fiksional*). Oleh karena itu, disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan kajian pada ranah khalayak, seperti Analisis Resepsi (*Reception Analysis*). Peneliti selanjutnya dapat meneliti bagaimana penonton di dunia nyata memaknai proses keterbukaan diri *(self-disclosure*) karakter di dalam anime ini, dan apakah representasi fiktif tersebut memengaruhi cara audiens mengomunikasikan trauma mereka di kehidupan nyata.

2. Saran Praktis

Bagi Pelaku Industri Kreatif (Kreator Konten & Penulis Naskah): Temuan penelitian ini dapat diimplementasikan sebagai rujukan dalam perancangan character development (pengembangan karakter). Penulis naskah dapat menggunakan prinsip-prinsip *self-disclosure* dan koping komunikasi untuk menciptakan dialog terapeutik yang realistis.

Bagi Masyarakat Umum (Pembaca/Penonton): Kajian ini diharapkan dapat meningkatkan literasi kesehatan mental audiens dalam merespons fenomena trauma di dunia nyata. Pemahaman mengenai pentingnya memberikan ruang aman psikologis dan mendengarkan tanpa menghakimi (unconditional positive regard) dapat diadopsi sebagai etika komunikasi saat berinteraksi dengan individu yang sedang mengalami krisis eksistensial atau depresi.