

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penciptaan skenario *Menggenggam Cemas* berawal dari pengamatan terhadap fenomena adiksi media sosial di kalangan Gen Z, sebagaimana diuraikan dalam latar belakang masalah menyoroti perbandingan sosial yang memicu kecemasan dan jarak emosional, terutama di kalangan muda Ciamis. Tujuan penulisan adalah menghasilkan skenario yang relevan, menggambarkan perjuangan seorang mahasiswi Gen Z melawan ketergantungan daring dan krisis keluarga. Ruang lingkup lokal dengan karakter seperti Kaira, memastikan naskah mencerminkan realitas sosial Gen Z. Proses ini didukung oleh riset mendalam dan pengamatan terhadap dinamika kehidupan nyata.

Landasan teoretis penelitian menyoroti perbandingan sosial ke atas sebagai pemicu rasa rendah diri, sebagaimana dialami Kaira saat membandingkan diri dengan *influencer* secara daring. Studi tentang dampak media sosial menunjukkan gangguan hubungan interpersonal, tercermin dalam ketegangan Kaira dengan ibunya, Kartika dan pacarnya, Nadhif. Referensi seperti *The Social Dilemma* memperkuat pemahaman bahwa adiksi daring memperburuk kesehatan mental. Teori ini membimbing pengembangan konflik internal dan eksternal, memastikan karya naskah memiliki kedalaman akademis dan relevan dengan kehidupan sosial.

Pendekatan metodologi menggabungkan pengumpulan data kualitatif melalui observasi narasumber Dara dan Ihsan, kuesioner kepada 16 responden Gen

Z, serta wawancara dengan psikolog Lisa Puspasari untuk memahami adiksi media sosial secara nyata. Pendekatan kreatif menggunakan struktur tiga babak delapan sekuens yang menghasilkan 31 adegan yang menggambarkan perjalanan Kaira dari obsesi daring hingga rekonsiliasi keluarga.

Proses penciptaan skenario melibatkan tahap eksplorasi, perancangan, dan perwujudan. Eksplorasi menghasilkan ide dari pengalaman Dara dan referensi film seperti *Republik Twitter* dan *Eighth Grade*. Perancangan menciptakan premis tentang seorang mahasiswi yang menemukan kedamaian melalui krisis keluarga, dengan karakter seperti Kaira, Nadhif, Sabilia, dan teman daringnya yang lain untuk memperkaya konflik. Perwujudan menghasilkan empat draf, dengan revisi Mei 2025 menyempurnakan *pacing* dan dialog. Hubungan antar karakter, seperti ketegangan dengan Kartika dan dukungan Sabilia, memperkuat tema transformasi dari validasi daring ke hubungan nyata.

Secara keseluruhan, *Menggenggam Cemas* bertujuan menyampaikan pesan bahwa keseimbangan emosional dapat dicapai dengan mengurangi frekuensi penggunaan media sosial dan memprioritaskan hubungan nyata. Naskah relevan bagi Gen Z, menggambarkan perjuangan Kaira melawan *insecurity* hingga kedamaian. Proses penciptaan yang terstruktur, didukung riset dan pendekatan kreatif, menghasilkan karya yang mencerminkan tantangan di era digital. Integrasi budaya Sunda di Ciamis dengan isu universal menjadikan naskah sebagai cerminan kehidupan Gen Z, memberikan wawasan sosial dan nilai estetis.

B. Saran

Bagi mahasiswa, proses penciptaan skenario ini mengajarkan pentingnya pengelolaan waktu dan kedalaman riset. Ke depannya, diperlukan penyusunan jadwal penulisan yang lebih terperinci untuk menghindari revisi mendadak. Mengikuti pelatihan penulisan skenario atau lokakarya naratif dapat meningkatkan kemampuan menyusun dialog yang lebih tajam, terutama untuk adegan yang emosional untuk membangun karakter.

Untuk institusi pendidikan, diharapkan sosialisasi tugas akhir perlu diorganisasi lebih baik agar mahasiswa memahami tahapan-tahapan dengan jelas. Disarankan mengadakan sesi orientasi rutin sejak awal semester, dengan panduan visual atau infografis yang menjelaskan proses penulisan skenario, dari riset hingga revisi. Panduan laporan tugas akhir juga perlu diperbarui untuk menghilangkan ambiguitas, misalnya dengan menyediakan *template* struktur laporan untuk peminatan penulisan naskah. Langkah ini akan membantu mahasiswa dalam menyusun laporan yang lebih terstruktur dan terhindar dari kebingungan.

Bagi masyarakat, khususnya Gen Z, naskah *Menggenggam Cemas* menawarkan refleksi tentang bahaya adiksi media sosial. Gen Z disarankan untuk membatasi waktu penggunaannya dan memprioritaskan interaksi nyata, seperti yang ditunjukkan Kaira saat memutuskan untuk mengurangi penggunaan media sosial dan memperbaiki hubungan dengan keluarganya. Mengikuti kegiatan *offline*, seperti diskusi kelompok atau kegiatan komunitas lokal, dapat mengurangi perbandingan sosial dan meningkatkan kesehatan mental.