

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, adapun kesimpulan yang didapati dalam penelitian ini bahwa khalayak membentuk pemahaman terhadap pentingnya membangun *self development* pada pasca pandemi Covid 19 dengan cara meningkatkan pengetahuan mengenai *self development* melalui konten “Cara Kendalikan Cemas” pada akun *TikTok* @ananzaprili. Bercermin pada Model *Encoding-Decoding* menurut teori Analisis Resepsi dari Stuart Hall, khalayak membentuk resepsi bahwa tayangan *video TikTok* @ananzaprili berjudul “Cara Kendalikan Cemas” dimaknai sebagai sarana edukasi dan pengingat (*reminder*) bagi khalayak.

Merujuk pada penerimaan yang dibentuk, maka ditemukan resepsi khalayak yang digolongkan berdasarkan kategori posisi yang terdiri dari 3 (tiga) informan pada posisi hegemonik dominan (*Dominant Hegemonic Position*). Artinya, informan menyetujui secara penuh dari keseluruhan makna yang diproduksi oleh Ananza sebagai produsen dalam tayangan *video TikTok* @ananzaprili yang berjudul “Cara Kendalikan Cemas”. Lalu, 2 (dua) informan lainnya menempati posisi negosiasi (*Negotiated Position*), dimana kedua informan pada posisi ini menyetujui makna yang diproduksi dalam tayangan *video* “Cara Kendalikan Cemas” pada akun *TikTok* @ananzaprili dan memodifikasi makna-makna alternatif lainnya yang dilatarbelakangi oleh penafsiran dari sudut pandang informan masing-masing. Pada penelitian ini perbedaan penerimaan informan dalam memaknai pesan media dilatarbelakangi oleh perbedaan situasi dan kondisi saat menerima pesan media, profesi, tipe kepribadian, sensitivitas informan terhadap perasaan *insecure* dan *overthinking*, pengalaman hidup informan, serta intensitas informan dalam mengakses tayangan *video* pada akun *TikTok* @ananzaprili.

5.2 Saran

Setelah dilaksanakannya penelitian mengenai Analisis Resepsi *Follower TikTok* Terhadap Tayangan *TikTok @ananzaprili* Berjudul “Cara Kendalikan Cemas” Dalam Membangun *Self Development* Pasca Pandemi Covid 19, terdapat saran dari peneliti yaitu sebagai berikut:

5.2.1 Saran Praktis

1. Penulis berharap khalayak dapat dengan bijak dan kritis dalam memaknai pesan media dengan menyaring setiap informasi yang terkandung dalam tayangan media.
2. Melalui penelitian ini, peneliti berharap agar khalayak lebih memahami dan mengerti cara-cara untuk mengendalikan diri dengan menyadari bahwa kecemasan hanya ada di pikiran, menerapkan *mindfulness* untuk fokus pada masa kini dan pada hal yang dapat dikendalikan saja.
3. Ananza Prili selaku produsen konten dalam tayangan *video TikTok* pada akun @ananzaprili diharapkan dapat memuat lebih banyak informasi dalam durasi yang lebih panjang dengan menyertakan contoh-contoh masalah kecemasan lainnya.

5.2.2 Saran Teoritis

1. Pada penelitian selanjutnya, diharapkan dapat menggunakan informan yang lebih variatif dengan latar belakang yang beragam, sehingga dapat memperkaya temuan peneliti terkait analisis resepsi.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi organisasi-organisasi yang bergerak di bidang yang berkaitan dengan kesehatan mental dalam pembentukan program atau kelas yang dapat membantu khalayak dalam membangun pengembangan diri mereka pada pasca pandemi Covid 19.