

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif, maka dapat disimpulkan bahwa untuk menjaga Kesehatan mental pengguna aplikasi *tiktok* harus memiliki pola komunikasi yang baik. Komunikasi intrapersonal memiliki peran penting dalam menjaga Kesehatan mental pengguna aplikasi *tiktok*. Pengguna aplikasi *tiktok* ini termasuk ke dalam pola komunikasi yang linear. Pola ini dalam proses komunikasinya itu terkadang melalui aplikasi *tiktok* terkadang tatap muka. Proses komunikasi intrapersonal pengguna aplikasi *tiktok* melalui fitur undang teman, *share video*, *live streaming*, fitur chat obrolan, fitur komentar serta fitur stiker. Fitur-fitur tersebut dapat menjalin komunikasi dari video yang *dishare*, dapat mempermudah komunikasi serta dapat menimbulkan hubungan timbal balik.

Proses dan upaya komunikasi intrapersonal pengguna aplikasi *tiktok* dalam menjaga Kesehatan mental antara lain: Para informan pengguna aplikasi *tiktok* hanya berinteraksi dengan beberapa orang saja di *tiktok*; Komunikasi intrapersonal pengguna *tiktok* dengan menyesuaikan kondisi lawan bicaranya; dapat terjalin antar pengguna aplikasi *tiktok* karena dilatarbelakangi adanya konten video yang *dishare* yang kemudian memicu adanya diskusi terkait informasi yang ada di konten tersebut serta adanya kebutuhan social antar masyarakat; para informan pengguna aplikasi *tiktok* tetap bisa beradaptasi dan berkomunikasi dengan lingkungan sekitar dengan Bahasa yang baik dan positif dan berupaya selalu menimbulkan pikiran positif, serta dapat menyaring informasi yang buruk baik itu di aplikasi *tiktok* maupun di dunia nyata.

Dampak positif dalam bidang komunikasi intrapersonalnya yang meliputi para informan dapat merasakan suasana hati sesuai dengan konten, dapat meningkatkan kreativitas melalui mengunggah video di aplikasi *tiktok* yang nantinya dapat memunculkan obrolan atau komentar dari orang lain, menginspirasi para informan dalam menerapkan informasi yang positif kepada orang lain. Selain itu, dampak negatif yang terjadi adanya aplikasi *Tiktok* antara lain: Banyak yang membuat konten serta menuliskan komentar yang dibuat di Aplikasi *Tiktok* tanpa menyaring, penggunaanya kurang produktif karena terlalu menghabiskan waktunya, kecenderungan untuk menjadi viral.

Freud (1923) mencetuskan model tingkatan yang lain, ialah: id, ego serta super- ego. Tingkatan pertama yaitu id, tahapan ini informan ada keigian berkomunikasi melalui aplikasi *tiktok*. Tingkatan kedua adalah ego, tahapan ini pengguna aplikasi *tiktok* menggunakan fitur undang teman, *share* video, *live streaming*, fitur chat obrolan, fitur komentar serta fitur stiker untuk mengekspresikan suasana hati dan ketika di dunia nyata pengguna aplikasi *tiktok* menggunakan gestur tubuh dalam merespon orang lain. Tingkatan ketiga ialah super ego, pengguna aplikasi *tiktok* mengira-ngira respon orang lain ketika berkomunikasi yang baik, tingkatan ini juga merupakan hasil akhir dari beberapa tingkatan tersebut, yang menjadikan respon baik dari orang lain menjadi pikiran positif bagi pengguna aplikasi *tiktok*.

5.2 Saran

Dalam uraian kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan saran-saran yang dapat membantu menjaga Kesehatan mental pengguna aplikasi *tiktok* dalam berkomunikasi intrapersonal, antara lain:

1. Diharapkan pengguna aplikasi *tiktok* lebih bijak dalam menggunakan aplikasi *tiktok* tersebut, terlebih lagi dalam menjaga tutur kata ketika berkomunikasi dengan orang lain. Sehingga dapat menjaga Kesehatan mental satu sama lain.

2. Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penelitian-penelitian yang akan datang dalam konteks yang sama. Serta dapat digunakan sebagai sumber informasi pada materi komunikasi intrapersonal dalam menjaga Kesehatan mental.

