

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dibahas mengenai perilaku komunikasi sindrom *Fear Of Missing Out* (FOMO) remaja di Kota Bandung pengguna media sosial *TikTok*, maka dapat dibuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Komunikasi Verbal dalam sindrom *Fear Of Missing Out* (FOMO) remaja di Kota Bandung Pengguna media sosial *TikTok* yaitu Cenderung merespon percakapan dengan berbicara yang serupa agar tetap terlibat dalam percakapan yang dibicarakan. Kurang bersemangat untuk mengobrol ketika munculnya perasaan FOMO. Adanya perbedaan cara berkomunikasi ketika sedang merasa tertekan seperti berbicara dengan sangat antusias tentang pengalamannya yang mencoba untuk menunjukkan ia terlibat dan terus mengikuti perkembangan terbaru. Mengikuti cara berbicara dengan tema konten agar tidak melewatkan sesuatu yang sedang *Happening*. Seringkali berbicara tentang aktivitasnya seperti pergi ke konser, berlibur ke tempat populer, atau mencoba makanan dan minuman yang baru saja muncul, agar terlibat dalam apa yang sedang terjadi saat itu.
2. Komunikasi Non Verbal dalam sindrom *Fear Of Missing Out* (FOMO) remaja di Kota Bandung Pengguna media sosial *TikTok* yaitu Membuat Konten dengan menggunakan gerakan tangan dan tubuh yang lebih menonjol untuk menekankan poin-poin penting di dalam video agar mendapatkan apresiasi dari netizen *TikTok*. Ekspresi wajah yang

mencerminkan kecemasan atau kekhawatiran yang dapat terlihat ketika merekam video. Ekspresi wajah yang mencerminkan keinginan untuk ikut serta dan terlibat dalam aktivitas yang sedang berlangsung. Seringkali menunjukkan pergantian ekspresi wajah yang cepat seperti dari senyum ke wajah yang serius. Mencerminkan perasaan gelisah atau kecemasan. Merasa perlu untuk terus tetap tersenyum atau memperlihatkan ekspresi bahagia, karena demi menutupi perasaan FOMO agar terlihat sedang menikmati momen tersebut.

3. Analisis Perilaku Komunikasi Sindrom *Fear Of Missing Out* (FOMO) Remaja di Kota Bandung Pengguna Media Sosial *TikTok* yaitu Cenderung merespon percakapan dengan berbicara yang serupa agar tetap terlibat dalam percakapan yang dibicarakan. Adanya perbedaan cara berkomunikasi ketika sedang merasa tertekan seperti berbicara dengan sangat antusias tentang pengalamannya yang mencoba untuk menunjukkan ia terlibat dan terus mengikuti perkembangan terbaru. Mengikuti cara berbicara dengan tema konten agar tidak melewatkan sesuatu yang sedang *Happening*. Ekspresi wajah yang mencerminkan kecemasan atau kekhawatiran yang dapat terlihat ketika merekam video. Ekspresi wajah yang mencerminkan keinginan untuk ikut serta dan terlibat dalam aktivitas yang sedang berlangsung. Seringkali menunjukkan pergantian ekspresi wajah yang cepat seperti dari senyum ke wajah yang serius. Dari pembahasan diatas dapat menyebabkan terjadinya perilaku komunikasi Sindrom *Fear Of Missing Out* (FOMO) Remaja di Kota Bandung

Pengguna Media Sosial *TikTok* .

## **5.2 Saran**

Dalam sebuah penelitian, peneliti harus memberikan sesuatu yang berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan, instansi atau lembaga serta pihak yang berkaitan dengan penelitian ini. Adapun saran-saran yang peneliti berikan setelah meneliti permasalahan ini sebagai berikut:

### **5.2.1 Saran Untuk Remaja Pengguna TikTok Mengenai Sindrom Fear Of Missing Out (FOMO)**

1. Jangan terlalu banyak menghabiskan waktu di media sosial *TikTok* dan tetap seimbang dengan kegiatan yang lebih produktif di kehidupan nyata.
2. Temukan topik yang sesuai dengan minat atau passion anda. Dengan menemukan minat atau passion anda akan lebih mudah untuk mengekspresikan diri.
3. Ikuti akun-akun yang menyajikan konten yang positif, inspiratif, dan mendukung. Hindari akun-akun yang hanya membuat merasa cemas atau tidak puas.
4. Ingatlah bahwa kebahagiaan dan nilai diri tidak tergantung pada seberapa populer di media sosial. Kebenaran dan kebahagiaan sejati berasal dari diri sendiri.
5. Jika terinspirasi oleh trend tertentu gunakan itu sebagai inspirasi untuk mengeksplorasi gaya diri sendiri, tidak sebagai sesuatu yang harus diikuti dengan paksaan.

### **5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

1. Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian, disarankan untuk mencaridan referensi lebih banyak lagi mengenai penelitian sejenis, agar penelitian selanjutnya menjadi lebih baik dan memunculkan ide-ide baru.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya yakni dalam bidang Ilmu Komunikasi.