

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Drama Korea adalah sebuah cerita fiksi yang melukiskan kisah kehidupan orang Korea yang di produksi oleh orang Korea Selatan dan di tayangkan di televisi Korea. Pada tahun 2002 drama Korea pertama kali di tayangkan di layar kaca Indonesia yang berjudul *Endless Love*, kemudian sekitar 50 judul drama Korea yang tayang di layar kaca Indonesia pada tahun 2011. Drama Korea ini merupakan cerita bersambung yang biasanya terdiri dari 16 episode hingga 32 episode. Pada setiap episode berdurasi 40 menit sampai 1 jam sehingga dibutuhkan waktu yang cukup lama untuk menonton drama Korea ini dan memakan waktu cukup banyak. Tidak jarang yang menonton drama korea pada episode pertama ingin melanjutkan ke episode-episode selanjutnya yang menjadikan penonton tersebut menjadi kecanduan drama Korea dan terus-menerus ingin menonton drama Korea yang lainnya.<sup>1</sup>

Genre yang disajikan oleh drama Korea secara umum ada dua genre. Genre pertama menyerupai sinetron barat dengan alur cerita yang pendek, berakhir dengan cepat, tanpa referensi seksual yang jelas dan biasanya sering ditemukan di drama barat. Pada drama ini biasanya melibatkan konflik yang berkaitan dengan percintaan, bisnis, keluarga serta hubungan antara mertua (antara ibu dan anak/ menantu perempuan).

Genre kedua ialah berhubungan dengan sejarah negeri Korea, yang merupakan dramatisasi fiksi sejarah Korea. Drama sejarah Korea melibatkan alur cerita yang kompleks dengan kostum, set serta efek

---

<sup>1</sup> Diana Annisa Fitri, "Pengaruh drama Korea Terhadap Karakter Mahasiswa PAI UIN RIL" (skripsi UIN RIL: 2019), h. 5.

khusus yang rumit. Komponen utama dari sejarah Korea tersebut biasanya seni bela diri dan pertarungan pedang. Subjek yang terpopuler dari drama sejarah Korea ini diantaranya adalah perempuan, perebutan kekuasaan, pemimpin militer terkenal serta intrik politik.

Bagi para pecinta drama Korea usia tidak menjadi kendala untuk menonton drama Korea, banyaknya tema dari drama Korea yang mampu membuat mereka memilih mana yang ingin mereka saksikan. Tidak sedikit wanita yang sudah berumah tangga selalu *up to date* mengenai berita-berita yang berkaitan dengan drama Korea. Para ibu rumah tangga tersebut bahkan menghafal nama-nama aktor yang pernah mereka saksikan didalam drama yang pernah mereka tonton.

Drama yang di produksi dan disiarkan adalah drama yang berbasis pada historis dan romantisme sehingga sangat cocok untuk di tonton oleh penonton lapisan manapun<sup>2</sup>. Tidak hanya remaja saja yang kecanduan drama Korea bahkan banyak dari kalangan ibu rumah tangga juga ikut kecanduan drama Korea. Para ibu rumah tangga yang kecanduan drama Korea salah satunya bermula dari mereka masih remaja hingga menjadi ibu rumah tangga, kebiasaan menonton drama Korea yang sudah dilakukan oleh ibu rumah tangga sejak mereka masih remaja berlangsung sampai mereka menjadi ibu rumah tangga. Bahkan ada beberapa ibu rumah tangga yang mengajak suaminya menonton drama Korea bersama hingga akhirnya sang suami ikut kecanduan drama Korea.

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) ibu rumah tangga merupakan seorang wanita yang mengatur semua pekerjaan rumah tangga. Ibu rumah tangga adalah perempuan yang mengorbankan waktunya dirumah untuk mengurus serta mengasuh anak-anaknya. Ibu

---

<sup>2</sup> Download: Vol.10 No.2 Juli 2021 ISSN ADB S Secretary. Jurnal Dunia Sekretari DAMPAK DRAMA KOREA TERHADAP PERILAKU KOMUNIKASI (123dok.com), diakses (selasa, 05 april 2022) pukul 10.53 WIB.

rumah tangga juga merupakan seorang wanita yang sudah menikah dan menghabiskan waktunya dirumah dan mempersembahkan waktunya untuk suami serta anak-anaknya menurut pola yang diberikan oleh masyarakat umum.<sup>3</sup>

Didalam bahasa lain juga dipahami bahwa ibu rumah tangga merupakan wanita yang hampir semua waktunya dihabiskan untuk mengerjakan dan memelihara anak-anaknya dengan pola asuh yang baik dan benar<sup>4</sup>. Dalam perspektif penulis, ibu rumah tangga adalah seorang wanita yang mampu melahirkan anak, menikah, kodrat seorang perempuan akan menjadi ibu. Istilah ibu biasanya diberikan kepada ibu yang sudah menikah dan memiliki anak, serta peran ibu sangatlah penting melebihi peranan yang lainnya.

Ibu rumah tangga memiliki aktifitas yang *domestic* untuk membangun suasanya keluarga yang harmonis didalam rumah tangga. Kondisi seorang ibu sangat mempengaruhi kondisi di dalam rumah tangganya. Ketika seorang ibu mampu menjadikan suasana yang harmonis didalam rumah tangga maka yang berada didalam rumah tersebut akan memiliki rasa yang nyaman terhadap rumah tersebut, begitupun sebaliknya.

Beberapa dampak positif yang dapat diambil dari menonton drama Korea seperti menambah wawasan bagi para penonton. Seperti yang kita ketahui bahwa pendidikan di Korea itu dikenal dengan keketatan serta betapa kerasnya para peserta didik untuk mendapatkan nilai yang bagus dan demi bisa masuk ke perguruan tinggi yang dia inginkan. Selain itu, menonton drama Korea juga mampu menambahkan pengetahuan bahasa, yang dimana biasanya para penonton yang kecanduan drama Korea

---

<sup>3</sup> Dwijayanti J, *Perbedaan motif antara Ibu Rumah Tangga yang bekerja dan tidak bekerja dalam mengikuti sekolah pengembangan pribadi dari Jhon Robert Power*. Media Psikologi Indonesia, 14 (55)

<sup>4</sup> Kartono, K. *Psikologi Wanita jilid II (Menenal Wanita sebagai ibu dan nenek)*, (Bandung: Mandar Maju, 2011), h. 18.

biasanya akan mengucapkan beberapa Bahasa Korea yang sering diucapkan oleh para idolanya, seperti kata salam atau sapaan “*Annyeong Haseyo*” yang memiliki arti halo, apa kabar dan sebagainya. Selanjutnya para penonton drama Korea biasanya akan lebih banyak mengetahui budaya-budaya yang ada di Korea dan juga bagaimana kehidupan di Korea dan sebagainya.

Dampak positif yang dirasakan oleh para ibu rumah tangga contohnya: bisa mengetahui kebudayaan yang ada di Korea, dan biasanya banyak sekali pesan positif yang bisa di implementasikan di dunia nyata dan mampu menghibur ibu rumah tangga ketika sedang jenuh dengan kegiatan rumah tangga yang biasa dia lakukan.

Akan tetapi seperti yang kita ketahui perilaku kecanduan menonton drama Korea memiliki dampak yang kurang baik untuk para penonton. Penonton akan kecanduan, ber-*Halu*, mengalami gangguan tidur, sering lupa waktu, kurang bersosialisasi, dan juga terbawa suasana. Ibu rumah tangga bisa saja terbawa suasana. Ketika sedih dia akan ikut sedih yang bisa membuat kondisi emosional seorang ibu menjadi tidak stabil. Ibu rumah tangga yang kecanduan drama Korea sering kali ikut terbawa suasananya saat menonton, ketika itu juga perilaku ibu rumah tangga menjadi tidak terkontrol yang akhirnya berdampak pada keharmonisan didalam rumah tangganya. menonton drama Korea juga berdampak kurang bagus untuk Kesehatan ibu rumah tangga tersebut karena ibu rumah tangga cenderung menggunakan waktu tidur untuk menonton drama Korea. Saat anak-anak dan suaminya tertidur itu adalah waktu yang sangat tepat untuk mereka menghabiskan episode-episode yang sudah mereka tonton.

Kecanduan menonton drama Korea tersebut banyak sekali menimbulkan dampak yang kurang bagus untuk para ibu rumah tangga,

yang dimana para ibu rumah tangga bisa melalaikan pekerjaan yang seharusnya dikerjakan dan menghabiskan banyak sekali waktu untuk menonton drama Korea. Bahkan perilaku ibu rumah tangga yang mengalami kecanduan menonton drama Korea juga mampu mengganggu orang rumah, karena Ketika emosi negative yang didapat oleh ibu Ketika menonton drama Korea maka emosi itu akan tersalur kepada orang yang ada dirumah atau sekitar rumahnya. Contohnya Ketika film yang ia tonton berakhir tidak sesuai dengan yang ia harapkan (*sad ending*) maka tidak jarang ibu akan *bad mood* dan enggan untuk menyapa orang sekitar serta tidak segan untuk marah bahkan enggan untuk mengerjakan pekerjaan rumah. Peneliti menyimpulkan perilaku ibu rumah tangga yang mengalami kecanduan menonton drama Korea ini akan menimbulkan perilaku yang kurang baik seperti mudah marah, tidak mengerjakan pekerjaan rumah tangga dengan benar serta mendiamkan orang sekitar. Untuk memperbaiki perilaku yang kurang baik maka peneliti akan melakukan konseling individual dengan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang dirasa merupakan konseling yang cocok untuk mengatasi permasalahannya.

Beberapa ibu rumah tangga yang mengalami kecanduan menonton drama Korea disebabkan karena ketertarikan kepada aktor dan juga alur cerita yang disajikan. Ada pula ibu rumah tangga yang mengalami kecanduan menonton itu dimulai sejak ia masih remaja dan berlanjut sampai ia menjadi ibu rumah tangga.

Teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* adalah sebuah pendekatan yang disusun untuk mengatasi permasalahan klien dengan cara menstrukturkan kognitif dan prilaku yang menyimpang. Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* berlandaskan keyakinan dan strategi prilaku yang mengganggu. Harapan dari *Cognitive Behavioral*

*Therapy (CBT)* adalah munculnya restrukturisasi kognitif yang menyimpang dan system kepercayaan untuk mendapatkan perubahan emosi dan perilaku negatif menuju perilaku yang lebih positif. *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* juga merupakan sebuah teori pengembangan yang meningkatkan kemampuan kognitif dan perilaku subjek.<sup>5</sup>

Pada penelitian ini peneliti mengambil tiga responden yaitu RR, T dan juga MC. RR dan T merupakan ibu rumah tangga yang tidak bekerja sedangkan MC merupakan ibu rumah tangga yang bekerja sebagai pegawai negeri sipil. Pada saat observasi peneliti melakukan wawancara secara langsung kepada ketiga responden. Wawancara yang dilakukan oleh responden yaitu wawancara terbuka. Peneliti juga menggunakan Teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* pada penelitian ini karena *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* sangat memperhatikan aspek peran didalam berfikir, merasa dan bertindak. Serta *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* bertujuan untuk mengajak klien merubah pola fikir dan perilaku agar klien mampu berfikir dengan baik dan jelas serta mampu membuat keputusan yang tepat, sehingga peneliti merasa teknik yang digunakan ini sangat cocok untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh responden.

Perilaku kecanduan menonton drama Korea itu merupakan sebuah kegiatan yang kurang positif dan rasional, karena mampu memakan waktu yang cukup banyak dan memiliki dampak-dampak yang mampu merugikan ibu rumah tangga dan lingkungan sekitar.

Dijelaskan didalam Hadist arba'in yang ke 12 yang berbunyi<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup> Dewi Khurun Aini, "Penerapan Cognitive Behaviour Therapy dalam mengembangkan kepribadian remaja di panti asuhan". *Jurnal Ilmu Dakwah* Volume 39, No. 1, 2019.

<sup>6</sup> Hadits Arbain Nawawi ke-12: Meninggalkan Hal yang Tidak Bermanfaat (bersamadakwah.net)

يَعْنِيهِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: مِنْ  
حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا

Yang artinya “bahwa Abu Hurairah radhiyallahu ‘anhu, ia berkata, Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda: “Di antara tanda kesempurnaan Islam seseorang, ia meninggalkan hal yang tidak bermanfaat baginya.”(HR. Tirmidzi dan lainnya; hasan)

Dari perkataan diatas dapat peneliti simpulkan jika meninggalkan sesuatu yang tidak bermanfaat itu akan sempurna keIslamannya. Seperti yang kita ketahui banyak sekali hal yang kurang bermanfaat dari menonton drama Korea.

Imam Asy Syafi’i rahimahullah pernah mengatakan :

صَحِبَتِ الصُّوفِيَةَ فَلَمْ أَسْتَفِدْ مِنْهُمْ سِوَى حَرْفَيْنِ أَحَدُهُمَا قَوْلُهُمْ الْوَقْتُ سَيْفٌ فَإِذَا  
لَمْ تَقْطَعْهُ قَطَعَكَ

“ Aku pernah bersama dengan seorang sufi. Aku tidaklah mendapatkan pelajaran darinya selain dua hal. Pertama, dia mengatakan bahwa waktu bagaikan pedang. Jika kamu tidak memotongnya (memanfaatkannya), maka dia akan memotongmu.”

Kemudian orang sufi tersebut menyebutkan perkataan lain:

وَنَفْسِكَ إِنْ أَشْغَلْتَهَا بِالْحَقِّ وَإِلَّا اشْتَغَلَتْكَ بِالْبَاطِلِ  
“Jika dirimu tidak tersibukkan dengan hal-hal baik (haq), pasti akan tersibukkan dengan hal-hal yang sia-sia (batil).”

Dari pernyataan diatas maka peneliti menyimpulkan jika kita tidak menyibukkan diri kita dengan sesuatu yang baik maka kita akan menghabiskan waktu dengan sia-sia. Kecanduan menonton drama Korea merupakan kebiasaan yang menyia-nyiakan waktu dan akan banyak sekali

memotong waktu kita. Maka dari itu Untuk mengurangi perilaku kecanduan drama korea pada ibu rumah tangga maka peneliti memilih menggunakan teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*. Dengan judul penelitian **“Penerapan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk mengurangi kecanduan drama Korea pada ibu rumah tangga di Ds. Pesanggrahan Walantaka.**

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan paparan diatas, maka dirumuskan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi Psikologis Ibu Rumah Tangga yang kecanduan drama Korea?
2. Bagaimana penerapan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk mengurangi kecanduan menonton drama Korea pada ibu rumah tangga?
3. Bagaimana hasil penerapan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk mengurangi kecanduan menonton drama Korea pada ibu rumah tangga?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dari permasalahan yang di atas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui kondisi psikologis ibu rumah tangga yang mengalami kecanduan drama Korea
2. Untuk mengetahui penerapan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* dalam mengurangi kecanduan Drama Korea pada ibu rumah tangga.
3. Untuk mengetahui hasil penerapan teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* dalam mengurangi kecanduan drama Korea pada ibu rumah tangga.



#### **D. Manfaat Penelitian**

Adapun beberapa manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi pembaca mengenai penerapan teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* dalam mengurangi kecanduan Drama Korea pada ibu rumah tangga.
2. Penelitian ini bisa digunakan sebagai sumber untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penerapan teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk mengurangi kecanduan Drama Korea pada ibu rumah tangga.
3. Penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana untuk mengetahui kondisi psikologis ibu rumah tangga yang kecanduan drama Korea dan seberapa besar pengaruh teknik *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk mengurangi kecanduan Drama Korea pada ibu rumah tangga.
4. Dapat digunakan oleh para pendidik untuk menambah wawasan dalam pemahaman individu atau peserta didik tentang *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* secara fisik dan psikis.

#### **E. Penelitian Relevan**

Dalam penelitian ini peneliti mendapatkan referensi dari jurnal dan skripsi yang berkaitan dengan penelitian yang akan ditulis, yaitu:

1. Skripsi dari Tia Afifi Krisdana, ia merupakan salah satu mahasiswi dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya prodi Sosiologi fakultas ilmu sosial dan ilmu politik. Judul dari skripsinya adalah “Hegemoni Drama Korea pada Ibu-Ibu di masa pandemic Covid-19”, skripsi ini terbit pada 2021. Pada penelitian tersebut metode yang digunakan yaitu metode Etnografi Virtual dengan metode pendekatan kualitatif deskriptif, sedangkan tujuan dari penelitiannya adalah untuk mengetahui bentuk-bentuk Hegemoni yang terjadi pada ibu-ibu saat

menonton drama Korea dan untuk mengetahui dampak sosiologis yang terjadi pada ibu-ibu saat menonton drama Korea. Hasil yang didapatkan yaitu Covid-19 memiliki pengaruh pada naiknya minat penonton drama Korea dan Hegemoni pada ibu rumah tangga terlihat dari kebiasaan mereka yang menirukan adegan dalam drama Korea dan mulai menerapkan dalam kegiatan sehari-harinya. Dampak yang terjadi dari menonton drama Korea yaitu: waktu tidur berkurang, pengeluaran yang bertambah, sering menghayal tentang pemain, terhambatnya pekerjaan rumah tangga.

2. Skripsi oleh Rizkia Novrida Hasibuan, ia merupakan mahasiswi dari Institut Agama Islam Negeri Padangsimpuan prodi Bimbingan Konseling Islam. Judul dari skripsinya adalah “ Penerapan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*, skripsinya terbit pada tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Tindakan lapangan dan Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara observasi partisipan, dan wawancara tidak terstruktur, sedangkan tujuan dari penelitiannya adalah

Adapun hasil dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa:

- a. Remaja yang mengalami kecanduan *Game online* karena kurangnya perhatian dari orang tuanya yang awalnya 100% menjadi 60%.
  - b. Remaja yang mengalami kecanduan *Game online* karena faktor pertemanan yang awalnya 100% menjadi 80%
  - c. Dan remaja yang mengalami kecanduan *Game online* karena untuk menghilangkan stres yang awalnya 100% menjadi 80%.
3. Study kepustakaan konseling *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk mengatasi adiksi game online, oleh Mudrikah Nuraini dan Wiryo Nuryono, S. Pd., M. Pd. Program study Bimbingan dan

Konseling, fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya. Tujuan utama dari penelitiannya adalah untuk mendeskripsikan efektifitas dari penerapan konseling *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* untuk mengatasi kecanduan game online pada anak-anak sekaligus remaja. Pada penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif yang menerapkan metode study kepustakaan. Data yang didapatkan dari penelitian ini bersumber dari buku, artikel nasional dan artikel internasional serta penelitian terdahulu yang sesuai dengan fokus penelitian yang dikaji. Pada hasil penelitian yang diteliti diperoleh hasil bahwa konseling *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* merupakan konseling yang umum digunakan untuk penanganan masalah kecanduan game online pada remaja.

## **F. Definisi Operasional**

Dalam penelitian ini dikemukakan definisi operasional dari dua variable penelitian yaitu:

### **1. Ibu rumah tangga**

Ibu rumah tangga merupakan seorang Wanita yang sudah menikah dan mempunyai anak. Dalam kamus besar Bahasa Indonesia dijelaskan bahwa ibu adalah seorang Wanita yang sudah melahirkan anak dan panggilan yang takzim kepada Wanita yang sudah mempunyai anak atau belum. Sedangkan ibu rumah tangga merupakan Wanita yang mengatur segala urusan yang ada didalam rumah.

Ibu rumah tangga menurut peneliti merupakan seorang wanita yang sudah menikah dan memiliki peran yang sangat penting didalam rumah tersebut. Ibu rumah tangga biasanya melakukan semua kegiatan yang ada didalam rumahnya.

## 2. *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*

*Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* disusun untuk mengatasi permasalahan klien yang mengalami permasalahan pada perilakunya. *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* adalah terapi yang menghubungkan antara pikiran, emosi serta perilaku. Tujuan utamanya adalah untuk membantu klien menstrukturkan kognitif yang bermasalah dan keyakinan agar mampu menciptakan perubahan emosi dan perilaku menjadi positif.

## 3. Kecanduan

Dalam tulisannya, Suller (1996) mengutip karakteristik kecanduan yang biasa digunakan oleh ahli psikologi. Menurut Suller seseorang yang dinyatakan kecanduan apabila:

- a. Melalaikan hal penting karena stimulus tertentu
- b. Terganggunya hubungan dengan orang terdekat karena stimulus tersebut.
- c. Orang-orang terdekat mengeluh dengannya, merasa terganggu, kecewa dan merasa diabaikan karena stimulus tertentu.
- d. Jika perilakunya ditegor ia akan cenderung marah dan tidak terima.
- e. Cenderung menutupi perilaku tersebut.
- f. Sudah berusaha untuk berhenti tapi tidak mampu/susah.

## 4. Drama Korea

Drama Korea adalah sebuah karya seni di Korea yang mengarah kepada drama tv yang berepisode atau berseri pendek yang menggunakan Bahasa Korea. Saat ini drama Korea sangat populer di seluruh penjuru Asia.