

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Korean Pop, atau yang lebih dikenal dengan sebutan K-Pop, adalah bagian dari kebudayaan Korea Selatan. K-Pop merujuk pada genre musik yang sering diasosiasikan dengan kelompok *boyband* atau *girlband*. Di era modern ini industri K-Pop semakin berkembang dan menyebar luas ke seluruh dunia, salah satunya yaitu Indonesia. Kebudayaan K-Pop menarik banyak perhatian dari banyak kalangan terutama para remaja.

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja sering dipandang sebagai masa stres yang di penuh dengan konflik dan frustrasi, penyesuaian diri, mengagumi lawan jenis, serta memisahkan diri dari masyarakat dan kebiasaan orang dewasa. Dalam jurnal Arini, Erikson menjelaskan bahwa salah satu tugas perkembangan pada masa remaja dimulai dari usia 13-19 tahun, yaitu remaja mengalami krisis identitas atau sedang dalam proses pencarian identitas diri.¹ Dalam tahap pencarian identitas diri, remaja cenderung menyukai aktivitas bereksperimen, menjelajah hal-hal baru, memiliki imajinasi yang kuat, dan sering membentuk kelompok pertemanan. Hal ini sejalan dengan pernyataan WHO (World Health Organization) dalam buku karya Yusuf dkk, yang menyebutkan bahwa masa remaja adalah fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa awal, yaitu sekitar usia 12 hingga 18 atau 22 tahun. Pada fase ini, perkembangan fisik remaja berlangsung lebih cepat dibandingkan dengan kematangan emosionalnya, serta mereka cenderung lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah.² Remaja memiliki rasa keingintahuan yang tinggi terhadap dirinya sendiri, maka dari itu mereka mulai mencari tahu apa yang mereka yakini, sikap dan nilai ideal mereka yang dapat berperan dalam kehidupan sosialnya. Namun, identitas diri adalah subjek yang kompleks dan membutuhkan banyak waktu untuk menemukannya. Selanjutnya, pembentukan identitas diri merupakan masalah siklus hidup yang tidak berhenti pada keputusan akhir. Berdasarkan pandangan sejumlah ahli, dapat disimpulkan bahwa remaja adalah tahap transisi dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. Fase ini juga sering disebut masa pubertas, yakni periode di mana individu mengalami perubahan signifikan baik secara fisik, psikologis, maupun emosional.

¹ Diana Putri Arini, 'Emerging Adulthood : Pengembangan Teori Erikson Mengenai Teori Psikososial Pada Abad 21', *Jurnal Ilmiah Psyche*, Vol. 15 No. 01 (2021), 11–20. Di akses pada 20 Desember 2023 pukul 19:58 WIB.

² Syamsu Yusuf, Nani M. Sugandhi, Aas Saomah, *Bimbingan dan Konseling Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2021), h. 17

Masa remaja terjadi pula perkembangan dalam persepsi mengenai cinta. Pada tahap ini, remaja cenderung mengalami fase kekaguman dan pemujaan, di mana mereka mulai mengidolakan sosok yang lebih tua, baik dari jenis kelamin yang sama (*crush*) maupun lawan jenis (*hero worshipping*), yang umumnya terjadi dari kejauhan. Dalam jurnal Darfianti dkk, Raviv menjelaskan bahwa pemujaan (*hero worshipping*) merupakan salah satu aspek dari pengidolaan, selain peniruan (*modelling*). Pemujaan ini ditandai dengan kekaguman yang sangat kuat dan intens terhadap sosok idola.³ Kekaguman ini tidak hanya terbatas pada apresiasi terhadap prestasi atau penampilan sang idola, tetapi sering kali berkembang menjadi keterikatan emosional yang mendalam, di mana penggemar menjadikan idola sebagai simbol harapan, inspirasi, bahkan identitas diri. Dalam konteks ini, idola dipandang bukan hanya sebagai figur publik, tetapi sebagai panutan yang memiliki nilai dan makna personal yang tinggi bagi penggemarnya.

Remaja biasanya memiliki kecenderungan untuk menyukai dan mengikuti berbagai hal yang sedang populer, baik yang berkembang di lingkungan sekitar mereka maupun yang viral di media sosial. Di era serba digital ini baik informasi maupun kebudayaan dapat menyebar dengan cepat, salah satunya yaitu *Hallyu* (Korean Wave). *Hallyu* (Korean Wave) merupakan fenomena yang sedang populer akhir-akhir ini. *Hallyu* merujuk pada kesukaan pada budaya Korea yang mencakup film, drama, animasi, game, musik pop, dan sebagainya. Dalam *hallyu* (Korean Wave) musik pop korea biasa disebut dengan K-POP (Korean Pop) di identikkan dengan *Boyband* dan *Girlband*. Penggemar K-POP biasanya dikategorikan kedalam fandom grup idola tertentu, misal ARMY untuk penggemar *boyband* yang bernama BTS, ELF untuk penggemar *boyband* Super Junior, SONE untuk penggemar *girlband* Girls Generation, dan masih banyak lagi.⁴

Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri, sehingga mereka akan berusaha untuk mencari tahu kelebihan dan kekurangan yang di milikinya serta apa yang disukai dan tidak disukainya. Para remaja cenderung menyukai hal-hal yang membuatnya merasa senang dan bersifat menghibur, salah satunya yaitu K-Pop. Video musik yang kreatif serta musik yang *easy listening* dengan tema yang beragam menjadi salah satu alasan banyak dari kalangan remaja menyukai K-Pop. Musik K-Pop membawakan tema tentang

³ Dita Darfianti dan Bagus Ani Putra, 'Pemujaan Terhadap Idola Pop Sebagai Dasar Intimate Relationship Pada Dewasa Awal: Sebuah Studi Kasus', *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, Vol. 1. No. 2 (2012), 54-55. Di akses pada 21 November 2023 pukul 11.37 WIB

⁴ Diah Sari, *Annyeonghaseyo: Telusuri Jejak Digital Korean Wave di Indonesia*, (Yogyakarta: Penerbit Deepublish, 2021), h. 14-19

banyak hal diantaranya cinta, persahabatan, kerja keras, kesehatan mental, dan banyak lagi tema yang sesuai dengan kehidupan remaja. Maka dari itu, penggemar K-Pop khususnya di Kota Cilegon banyak dari kalangan remaja dari mulai usia 18-22 tahun. Penggemar K-POP dapat dikenali dari ID penggemar yang mereka miliki, atau dari segi penampilan. Para penggemar K-POP umumnya mengenakan pakaian seperti jaket, kaos, atau aksesoris yang berkaitan dengan grup boyband atau girlband idola mereka. Selain itu, penggemar K-POP juga senang mengoleksi poster, foto, musik video, atau apa pun yang berkaitan dengan *boyband* dan *girlband* kesukaan mereka.⁵

Idol K-Pop dalam meraih kesuksesannya memerlukan usaha dan kerja keras. Membutuhkan waktu yang sangat panjang agar mereka bisa mencapai impian mereka. Tidak sedikit dari idol K-Pop mengalami kegagalan ketika berproses, tetapi mereka tetap bangkit dan terus berusaha sampai mereka berhasil. Seperti yang kita kenal sekarang sebagai *Queen Of K-Pop*, yaitu Lee Jieun atau yang dikenal dengan IU. Penyanyi popas atas tersebut pernah mengalami masa sulitnya sebelum debut, seperti ditipu oleh orang yang mengatakan akan mendebutkannya sebagai penyanyi dan gagal debut di beberapa agensi terkenal di Korea Selatan. Tetapi IU terus berusaha untuk menggapai cita-citanya untuk menjadi seorang penyanyi. Dan terbukti hasilnya sekarang, berkat tekad dan keyakinan yang dimiliki oleh IU, ia sekarang berhasil menjadi seorang penyanyi yang terkenal.⁶ Terdapat banyak kisah inspiratif dari perjalanan para idol K-Pop dalam meraih impian mereka, sehingga tak jarang para penggemar merasa termotivasi oleh cerita atau perjalanan karier idolnya dan terdorong untuk terus berusaha serta bekerja keras demi meraih cita-cita mereka sendiri. Namun disisi lain, K-Pop dapat memberikan dampak negatif bagi penggemarnya, seperti tidak ingat waktu karena terlalu asyik menonton idolnya sehingga sering melalaikan pekerjaan, boros, sering berhalusinasi, melupakan batasan antara idol K-Pop dengan fansnya sehingga munculnya delusi atau rasa ingin memiliki bahkan bisa sampai menimbulkan sikap fanatisme, dan lain sebagainya.

K-Pop memiliki pengaruh yang sangat besar bagi seseorang yang menggemarnya. Terkadang ada di antara mereka menganggap bahwa sang idola adalah kekasihnya sehingga ketika mendengar bahwa idolnya berkencan dengan idol lain mereka akan menangis bahkan mereka merasa

⁵ Yosafat Hermawan dan Wulan Puspita Sari, "Gaya Hidup Penggemar K-Pop (Budaya Korea) Dalam Mengekspresikan Kehidupannya Studi Kasus K-Pop Lovers Di Surakarta", 2 (2011), 1–10. Di akses pada 22 November 2023 pukul 10:27 WIB

⁶ Regina Nurul Sakinah, Syofiyah Hasna dan Yona Wahyuningsih, 'Fenomena K-Pop Terhadap Karakter Generasi Muda di Indonesi', *Journal on Education*. Vol. 05. No. 01. Tahun (2022), 740-743. Diakses pada 10 Januari 2023 pukul 10.26 WIB

sudah diselingkuhi. Kemudian tidak sedikit dari penggemar K-Pop cenderung suka berimajinasi yang berlebihan. Hal tersebut dapat membentuk emosional dalam diri berupa rasa bahagia, sedih, kecewa dan lain sebagainya.⁷ Kondisi ini terjadi karena keterikatan parasosial yang terbentuk antara penggemar dan idola. Hubungan satu arah yang terasa nyata bagi penggemar meskipun sebenarnya tidak timbal balik. Ketika keterikatan ini semakin kuat, batas antara realita dan fantasi bisa menjadi kabur, sehingga reaksi emosional yang berlebihan pun muncul sebagai bentuk keterlibatan personal terhadap kehidupan idola.

Penyebaran K-Pop juga memiliki pengaruh yang sangat besar bagi kepribadian penggemarnya, baik pengaruh positif ataupun negatif. Penggemar yaitu seseorang yang menggemari atau menyukai suatu hal dengan antusias, seperti musik, artis, dan lain sebagainya. Hal ini juga memberikan pengaruh terhadap *self-control* perilaku remaja penggemar K-Pop. Dalam buku Yusuf dkk, Goleman menyatakan bahwa *self-control* adalah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan kuat yang muncul saat menghadapi emosi atau yang sulit dikendalikan. Dengan kata lain, kontrol diri berarti kemampuan dalam mengatur dorongan emosional dan perasaan impulsif yang bisa memengaruhi sikap atau diri seseorang.⁸ *Self-control* berperan penting dalam membentuk kepribadian dan perilaku yang positif. Perilaku yang menyimpang, pergaulan bebas, kenakalan remaja merupakan salah satu dampak kontrol diri yang belum baik.

Self-control yaitu kemampuan untuk mengendalikan perilaku seseorang seperti melatih kedisiplinan, melatih emosional, dan lain sebagainya. Penerapan *self-control* sangat penting bagi seseorang terkhususnya remaja yang menggemari K-Pop, agar dapat mengendalikan perilakunya supaya tidak berlebihan. Jika seseorang tidak dapat mengendalikan perilakunya dalam menggemari K-Pop maka akan timbul sikap *fanatisme* sehingga dapat menimbulkan efek yang sangat berbahaya bagi kesehatan mentalnya. Hal ini juga dijelaskan dalam Hadits, yang berbunyi:

حَدَّثَنَا رُوْحٌ حَدَّثَنَا مَالِكٌ عَنْ ابْنِ شِهَابٍ عَنْ سَعِيدِ بْنِ الْمُسَيَّبِ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرْعَةِ وَلَكِنَّ الشَّدِيدَ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ

⁷ Pradata, Sebuah Studi Psikologis Terhadap Proses Idolisasi Remaja Terhadap Idola K-Pop (Korean Pop). *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*. Vol. 15. No. 2. Tahun (2019), 341-349. Diakses pada 08 Januari 2023 pukul 14.15 WIB

⁸ Syamsu Yusuf, Nani M. Sugandhi, Aas Saomah, *Bimbingan dan Konseling Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2021), h. 159

Artinya: *Telah menceritakan kepada kami [Rauh], dia berkata: telah menceritakan kepada kami [Malik] dari [Ibnu Syihab] dari [Sa'id Ibnul Musayyab] dari [Abu Hurairah], dia berkata: Rasulullah shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda: "tidak dikatakan orang kuat yang pandai bergulat, tetapi yang dikatakan kuat adalah orang yang mampu mengendalikan diri ketika marah."*⁹ Islam mengajarkan bahwa manusia yang paling baik adalah mereka yang mampu mengendalikan amarah dan menahan hawa nafsu yang bisa merugikan dirinya. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk memiliki kemampuan *self-control* yang baik agar terhindar dari perilaku negatif atau hal-hal yang tidak diinginkan. Jika remaja memiliki *self-control* yang baik, maka remaja akan mampu untuk merencanakan dan mengantisipasi peristiwa untuk kedepannya, mampu mengontrol emosi, mengendalikan perilaku, serta mampu untuk menunda kepuasan yang bersifat sementara.

Tidak semua remaja memiliki *self-control* yang baik, sehingga akan berdampak bagi kehidupan pribadi maupun sosialnya. Kemudian ada 5 ciri-ciri orang memiliki *self-control* yang baik dikemukakan oleh Goldfried dalam Lubis dan Sovitriana, yaitu: 1) Mampu membuat perencanaan dalam hidup serta mampu mengatasi emosi yang tidak diinginkan, 2) Menunda kepuasan untuk mencapai suatu yang lebih diterima dalam masyarakat, 3) Dapat mengantisipasi peristiwa melalui pertimbangan yang objektif, 4) Mampu menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan hal-hal yang positif, 5) Dapat mengambil keputusan dalam memilih suatu tindakan yang diyakini.¹⁰ Kelima ciri ini menunjukkan bahwa individu dengan *self-control* yang baik tidak hanya mampu mengendalikan dorongan sesaat, tetapi juga memiliki kemampuan untuk berpikir jangka panjang, mengelola emosi secara sehat, serta mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan yang akan diambil. *Self-control* menjadi fondasi penting dalam pembentukan kedewasaan psikologis, karena individu yang memilikinya cenderung lebih stabil secara emosional, mampu beradaptasi dalam berbagai situasi sosial, dan memiliki arah hidup yang jelas. Dengan demikian, *self-control* berperan besar dalam menentukan kualitas pengambilan keputusan dan keberhasilan individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Permasalahan remaja yang terjadi pada komunitas NCTZEN Kota Cilegon, banyak ditemukan fenomena belum adanya ciri-ciri *self-control* yang baik. Fenomena tersebut sering terjadi karena kehidupan pribadi dan

⁹ Musnad Abu Hurairah Radliyallahu 'anhu, *Hadits Tazkia*, Diakses pada 8 September 2024

¹⁰ Yoseph Nirvana M Lubis dan Rilla Sovitriana, 'Gambaran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pria Dewasa Awal yang Gemar Belanja di Mall Kawasan Jakarta',, h. 3

lingkungannya. Komunitas NCTZEN merupakan salah satu komunitas yang didirikan khusus bagi penggemar NCT. Alasan berdirinya komunitas ini sebagai wadah bagi para NCTZEN khususnya yang berada di Kota Cilegon untuk saling mengenal satu sama lain, berbagi info terbaru terkait grup NCT, dan lain sebagainya.

Hasil dari wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti di Komunitas NCTZEN Kota Cilegon pada tanggal 21-23 Desember 2023 kepada 3 orang penggemar K-Pop yang berinisial UU, AY, NA, peneliti menanyakan tentang *self-control*.¹¹ Diantaranya UU sering merasa kesal jika ada orang yang menghina idolanya, ketika ada pemberitahuan idolanya akan *comeback* ia akan menabung untuk membeli album serta *merchandise* lainnya, sering ada perasaan menyesal setelah membeli *merchandise* K-Pop, masih sulit untuk mengantisipasi kebutuhan untuk kedepannya, sulit untuk mengontrol emosi jika mendengar rumor idolanya berkencan, boros. Sedangkan AY juga senang mengoleksi berbagai perintilan yang berhubungan dengan idolanya, sering mengkhayal, sulit untuk mengantisipasi kebutuhan untuk kedepannya, lupa waktu ketika menonton idolanya, serta merasa terlalu boros. Selanjutnya NA belum memiliki ciri-ciri *self-control* yang baik karena sering berkhayal bisa berpacaran dengan idolanya, sering merasa boros, masih sulit untuk mengontrol emosi ketika mendengar idolanya berkencan atau keluar dari grupnya.

Berdasarkan data yang peneliti peroleh dari hasil wawancara yang dilakukan pada remaja penggemar K-Pop di lingkungan Kota Cilegon, bahwasannya permasalahan yang sering terjadi dan di alami adalah belum mampu untuk mengatasi emosi dan mengendalikan perilaku, seperti ketika mereka mendapat kabar bahwa idola mereka kencan dengan idola lainnya mereka akan merasa marah dan sedih karena merasa sudah diselingkuhi, kemudian mengkhayal atau berhalusinasi bahwa mereka adalah pacar atau bahkan istri dari idolanya. Lalu sulit untuk menunda kepuasan, mereka bahkan rela menabung uang untuk membeli album idolanya ketika *comeback* mendatang, menonton konser idolanya, membeli *merchandise* yang berhubungan dengan idolnya seperti, *photo card*, *light stick*, dan lain sebagainya. Hal tersebut juga dapat terjadi karena kurangnya kemampuan untuk mengantisipasi peristiwa atau mempertimbangkan secara realistis yang dimana sebenarnya apa yang sudah mereka lakukan seperti menabung itu sudah benar tetapi tujuan mereka yang kurang tepat, karena sebenarnya masih banyak kebutuhan lain yang lebih penting untuk mereka penuhi. Tidak sedikit

¹¹ Hasil Wawancara Pra Penelitian, 21-23 Desember 2023

juga dari mereka merasa menyesal sudah membeli album idolanya karena mereka merasa bahwa uangnya terbuang begitu saja.

Berdasarkan hasil pra-penelitian tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa *self-control* memiliki peran penting bagi remaja guna mendukung kelancaran proses perkembangan mereka serta mencegah kemungkinan terjadinya hal-hal yang tidak diharapkan di kemudian hari. Terdapat indikasi bahwa adanya remaja penggemar K-Pop memiliki kontrol diri yang belum baik, namun permasalahan ini masih di anggap sebagai permasalahan yang biasa dan tidak penting sehingga semakin banyak remaja yang sulit untuk mengontrol dirinya sendiri. Maka dari itu, sangat diperlukan adanya upaya bantuan berupa layanan bimbingan konseling. Tujuan dari peran bimbingan konseling dalam kasus ini adalah untuk membantu meningkatkan kemampuan *self-control* pada remaja penggemar K-Pop melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

Prayitno mengemukakan pengertian bimbingan kelompok dalam buku Satria, yaitu sebagai suatu aktivitas yang melibatkan sejumlah individu yang saling berinteraksi dan memanfaatkan dinamika dalam kelompok tersebut.¹² Dalam bimbingan kelompok terdapat tiga komponen yaitu pimpinan kelompok, anggota kelompok, dan dinamika kelompok. Pemimpin kelompok yakni konselor menyiapkan berbagai informasi-informasi sesuai dengan pembahasan kelompok. Konselor juga bertanggung jawab atas terciptanya suasana yang hangat, keakraban, keterbukaan, kepercayaan supaya anggota kelompok dapat lebih terbuka mengungkapkan masalahnya. Melalui bimbingan kelompok juga dapat meningkatkan kemampuan komunikasi verbal dan non verbal, pikiran, perasaan, persepsi, sikap, dan wawasan. Maka dari itu, melalui layanan bimbingan kelompok para anggota dapat saling bertukar pengalaman serta membantu mengentaskan masalah dalam kelompok yang berasal dari masukan dan saran dari anggota kelompok.¹³ Sehingga bimbingan kelompok ini dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan *self-control* pada remaja penggemar K-Pop terkhususnya di Kota Cilegon.

Salah satu bentuk usaha untuk meningkatkan *self-control* bagi para remaja terkhususnya di Kota Cilegon supaya sadar akan batasan-batasan dalam menggemari seseorang. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian terkait **“Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Self-Control pada Remaja Penggemar K-pop Kota Cilegon (Komunitas NCTZEN)”**.

¹² Lilis Satria, *Bimbingan dan Konseling Kelompok (Setting Masyarakat)*, (Bandung: Penerbit FOKUSMEDIA, 2021), h. 4-24

¹³ Lilis Satria, *Bimbingan dan Konseling Kelompok (Setting Masyarakat)*, , h. 4-

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah di uraikan, maka dapat disimpulkan beberapa idenifikasi masalah yang terjadi, yaitu:

1. Remaja penggemar K-Pop belum memiliki *self-control* yang baik.
2. Terdapat remaja yang merasa kesulitan untuk menunda kepuasan.
3. Terdapat remaja yang sering berkhayal atau berhalusinasi.
4. Terdapat remaja yang sulit untuk mengatur waktu sehingga melalaikan pekerjaan.
5. Terdapat remaja yang boros.
6. Terdapat remaja yang sering melupakan batasan antara dirinya dan idola.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

Untuk menjaga fokus dan menghindari pembahasan yang terlalu luas, skripsi ini membatasi ruang lingkup penelitian pada efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self-control* pada remaja penggemar K-Pop di Kota Cilegon, khususnya dalam komunitas NCTZEN.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana *self-control* pada remaja penggemar K-Pop di Kota Cilegon sebelum dilaksanakannya bimbingan kelompok?
2. Bagaimana tingkat *self-control* remaja penggemar K-Pop di Kota Cilegon sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok?
3. Bagaimana efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self-control* pada remaja penggemar K-Pop di Kota Cilegon?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui, diantaranya:

1. Mengetahui bagaimana *self-control* pada remaja penggemar K-Pop di Kota Cilegon sebelum dilaksanakannya bimbingan kelompok
2. Mengetahui bagaimana tingkat *self-control* remaja penggemar K-Pop di Kota Cilegon sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok
3. Mengetahui efektivitas pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self-control* pada remaja penggemar K-Pop di Kota Cilegon

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat secara teoritis maupun praktis, diantaranya:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya data hasil penelitian pengetahuan mengenai pentingnya untuk mengendalikan diri, terlebih dalam mengidolakan seseorang. Serta untuk memberikan penjelasan mengenai pentingnya *self-control* remaja penggemar K-Pop.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat menjadi landasan dan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan studi lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *self-control* pada remaja dan pengembangan metode intervensi yang lebih efektif.

F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Berdasarkan pembahasan diatas penulis akan memaparkan beberapa penelitian yang relevan dengan judul yang penulis teliti. Penelitian mengenai “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan *Self-Control* Pada Remaja Penggemar K-Pop Kota Cilegon”, diantaranya:

1. **Rastia Camang**, mahasiswa Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dengan judul “Kontrol Diri Penggemar K-Pop di Kalangan Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare” tahun 2021.¹⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Rastia Camang memiliki kesamaan dengan penelitian ini, yakni sama-sama membahas mengenai *self-control* terhadap sikap fanatisme terhadap idol K-Pop sebagai variabel dependen (Y). Perbedaannya terletak pada variabel independen (X), di mana Rastia Camang lebih fokus pada cara dan strategi dalam membentuk kontrol diri bagi penggemar K-Pop, sementara dalam penelitian ini, fokus utamanya adalah menganalisis pengaruh layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self-control* terhadap sikap fanatisme pada remaja.
2. **Dea Puja Safitri** mahasiswa IAIN Ponorogo Program Studi S1 Bimbingan Penyuluhan Islam dengan judul “Motivasi dan Kontrol Diri pada Remaja Penggemar K-Pop (K-Popers) (Studi Kasus Remaja di Desa

¹⁴ Rastia Camang, *Kontrol Diri Penggemar K-Pop di Kalangan Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare*, Skripsi: Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare, 2021.

Kepuhrubuh, Kec. Siman Ponorogo)” tahun 2022.¹⁵ Persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Dea Puja Safitri dengan penelitian ini terletak pada fokus kajiannya, yakni sama-sama membahas tentang kontrol diri remaja penggemar K-Pop sebagai variabel dependen (Y). Adapun perbedaannya terletak pada variabel independen (X), di mana Dea Puja Safitri meneliti pengaruh motivasi terhadap kemampuan remaja dalam mengontrol diri, sedangkan penelitian ini mengkaji efektivitas layanan bimbingan kelompok sebagai upaya untuk membantu remaja penggemar K-Pop dalam mengendalikan perilakunya.

3. **Vioni Agustin** mahasiswa Universitas Islam Riau Program Studi S1 Psikologi dengan judul “Kontrol Diri Remaja Penggemar K-Pop” tahun 2022.¹⁶ Persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Vioni Agustin dengan penelitian ini terletak pada fokus kajian yang sama, yaitu membahas kontrol diri remaja penggemar K-Pop sebagai variabel dependen (Y). Sementara itu, perbedaannya terdapat pada variabel independen (X), di mana Vioni Agustin lebih menitikberatkan pada deskripsi atau gambaran mengenai kontrol diri remaja penggemar K-Pop, sedangkan penelitian ini menggunakan pendekatan layanan bimbingan kelompok sebagai intervensi untuk meningkatkan kontrol diri tersebut.
4. **Salsabila Yundanita Putri Panggabean, Elni Yakub, Khairiyah Khadija** mahasiswa Universitas Riau Program Studi Bimbingan dan Konseling dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan *Art Therapy* terhadap Kontrol Diri Penggemar Drama Korea” tahun 2023.¹⁷ Persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Yurham dan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada penggunaan teknik layanan bimbingan kelompok sebagai variabel (X). Namun, perbedaannya terdapat pada variabel (Y), di mana penelitian tersebut membahas *self-control* pada remaja penggemar drama Korea, sementara peneliti akan membahas tentang *self-control* pada remaja penggemar K-Pop.
5. **Ocen Offando** Mahasiswa Universitas Jambi Program Studi S1 Bimbingan dan Konseling dengan judul “Efektivitas Layanan Bimbingan

¹⁵ Dea Puja Safitri, *Motivasi dan Kontrol Diri pada Remaja Penggemar K-Pop (K-Popers) (Studi Kasus Remaja di Desa Kepuhrubuh, Kec. Siman Ponorogo)*, Skripsi: Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah IAIN Ponorogo, 2022.

¹⁶ Vioni Agustin, *Kontrol Diri pada Remaja Penggemar K-Pop (K-Popers)*, Skripsi: Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau Pekanbaru, 2022.

¹⁷ Salsabila Yundanita Putri Panggabean dkk, ‘Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan *Art Therapy* terhadap Kontrol diri Penggemar Drama Korea’, *Journal of Education Research*, Vol. 4 No. 4 (2023). Diakses pada 26 April 2024 13.30 WIB

Kelompok Terhadap Interaksi Sosial Siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi” tahun 2022.¹⁸ Persamaan antara penelitian yang dilakukan oleh Ocen Offando dengan penelitian ini terletak pada penggunaan teknik bimbingan kelompok sebagai variabel independen (X) dalam memberikan layanan. Namun, perbedaannya terdapat pada variabel dependen (Y), di mana penelitian Ocen Offando fokus pada pelaksanaan dakwah, sementara penelitian ini berfokus pada peningkatan self-control pada remaja penggemar K-Pop.

G. Definisi Operasional

1. Bimbingan Kelompok

Dalam layanan bimbingan konseling, salah satu jenis layanan yang ada adalah bimbingan kelompok. Menurut Prayitno dalam buku Satria, bimbingan kelompok merupakan kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok ini mengacu pada interaksi antar peserta, di mana mereka dapat saling berbagi pendapat, memberikan masukan, dan lain-lain. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, ada tiga elemen penting yang harus diperhatikan, yaitu pemimpin kelompok, anggota kelompok, dan dinamika yang terjadi di dalamnya. Bimbingan kelompok terdiri dari empat tahap, yaitu tahap pembentukan, tahap transisi, tahap pelaksanaan kegiatan, dan tahap penutupan. Selain itu, bimbingan kelompok juga mengikuti empat prinsip dasar, yakni asas kerahasiaan, asas keterbukaan, asas kesukarelaan, dan asas kenormatifan.¹⁹ Bimbingan kelompok dirancang untuk menciptakan suasana yang mendukung proses belajar dan perkembangan peserta melalui interaksi sosial. Dengan peran aktif pemimpin dan anggota, serta pengelolaan dinamika kelompok yang baik, proses bimbingan menjadi efektif dan bermakna.

2. *Self-Control*

Self-control memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam menghadapi konflik, menetapkan tujuan hidup, berinteraksi sosial, dan menyelesaikan berbagai persoalan. Menurut Yusuf dkk, Goleman mendefinisikan *self-control* sebagai kemampuan seseorang untuk menahan dorongan kuat yang muncul saat menghadapi emosi atau godaan yang sulit dikendalikan. Dengan kata

¹⁸ Ocen Offando, *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Interaksi Sosial Siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi*, Skripsi: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, 2022.

¹⁹ Lilis Satria, *Bimbingan dan Konseling Kelompok (Setting Masyarakat)*, (Bandung: Penerbit FOKUSMEDIA, 2021), h. 4-24

lain, pengendalian diri adalah kemampuan untuk mengatur dorongan impulsif dan emosi yang dapat mengganggu perasaan atau keseimbangan diri seseorang.²⁰ Kemudian ada 5 ciri-ciri orang memiliki *self-control* yang baik dikemukakan oleh Goldfried dalam Lubis dan Sovitriana, yaitu: 1) Mampu membuat perencanaan dalam hidup serta mampu mengatasi emosi yang tidak diinginkan, 2) Menunda kepuasan untuk mencapai suatu yang lebih diterima dalam masyarakat, 3) Dapat mengantisipasi peristiwa melalui pertimbangan yang objektif, 4) Mampu menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan hal-hal yang positif, 5) Dapat mengambil keputusan dalam memilih suatu tindakan yang diyakini.²¹ Kelima ciri ini menunjukkan bahwa individu dengan *self-control* yang baik tidak hanya mampu mengendalikan dorongan sesaat, tetapi juga memiliki kemampuan untuk berpikir jangka panjang, mengelola emosi secara sehat, serta mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan yang akan diambil.

3. Remaja Penggemar K-Pop

Masa remaja merupakan periode di mana perkembangan persepsi tentang cinta mulai terjadi. Pada tahap ini, remaja sering kali merasakan perasaan yang mendalam seperti kegilaan dan pemujaan, di mana mereka mulai mengagumi orang yang lebih tua, baik sesama jenis (*crush*) maupun lawan jenis (*hero worshipping*), yang umumnya terjadi dalam hubungan jarak jauh. Dalam jurnal yang disusun oleh Darfianti dkk, Raviv menjelaskan bahwa pemujaan (*hero worshipping*) merupakan salah satu bentuk pengidolaan selain modelling. Pemujaan ini mencerminkan tingkat kekaguman yang sangat intens terhadap idola.²²

Remaja saat ini cenderung tertarik mengikuti tren yang berkembang, baik yang muncul di lingkungan sekitar maupun yang tersebar melalui media sosial. Di era digital seperti sekarang, informasi dan budaya dapat menyebar dengan sangat cepat, termasuk fenomena K-Pop. K-Pop atau yang dikenal dengan istilah *Hallyu* (Gelombang Korea) merupakan fenomena budaya populer yang tengah naik daun belakangan ini. *Hallyu* mencakup berbagai bentuk hiburan seperti film, drama, animasi,

²⁰ Syamsu Yusuf, Nani M. Sugandhi, Aas Saomah, *Bimbingan dan Konseling Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2021), h. 159

²¹ Yoseph Nirvana M Lubis dan Rilla Sovitriana, 'Gambaran Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Pria Dewasa Awal yang Gemar Belanja di Mall Kawasan Jakarta',, h. 3

²² Dita Darfianti dan Bagus Ani Putra, 'Pemujaan Terhadap Idola Pop Sebagai Dasar Intimate Relationship Pada Dewasa Awal: Sebuah Studi Kasus', *Jurnal Psikologi Kepribadian Dan Sosial*, Vol. 1. No. 2 (2012), 54-55. Di akses pada 21 November 2023 pukul 11.37 WIB

permainan, musik pop, dan lainnya.²³ Dalam *hallyu* (Korean Wave) musik pop korea biasa disebut dengan K-POP (Korean Pop) di identikkan dengan *Boyband* dan *Girlband*.

²³ Indah Cartika Sari dan Ahmad Jamaan, 'Hallyu Sebagai Fenomena Transnasional', *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau*, Vol. 1. No. 1 (2014), 3-5. Diakses pada 3 Januari 2023 pukul 15.47 WIB