

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang masalah

Mahasiswa merupakan individu yang terdaftar sebagai peserta didik di tingkat perguruan tinggi dan diharapkan memiliki tanggung jawab serta kemandirian dalam menyelesaikan berbagai tugas akademik yang telah ditetapkan guna mencapai kompetensi yang dibutuhkan untuk kelulusan, sesuai dengan standar universitas (Wulan & Abdullah, 2014). Saat ini, salah satu tayangan yang tengah populer di kalangan remaja dan mahasiswa adalah drama Korea, yang memiliki daya tarik tersendiri karena alur ceritanya yang memikat dan mampu menarik perhatian banyak penonton dari kelompok usia tersebut Ardia (2014) (dalam Martini,2023).

Drama Korea merupakan jenis drama yang diproduksi dalam bahasa Korea dan biasanya ditayangkan dalam format miniseri di stasiun televisi yang menggunakan bahasa Korea, dengan beberapa di antaranya disertai terjemahan bahasa Indonesia (Ardia, 2014). Penelitian Prasanti dan Dewi (2020) menemukan adanya dampak negatif dari kebiasaan menonton drama Korea, seperti kecenderungan untuk malas belajar, menunda pekerjaan, serta mengurangi waktu istirahat dan belajar. Selain itu, muncul kekhawatiran bahwa adegan dewasa dan kekerasan dalam drama tersebut dapat ditiru oleh penonton. Di sisi lain, terdapat pula dampak positif yang diidentifikasi, termasuk penambahan wawasan baru, pengenalan terhadap budaya pendidikan Korea Selatan, serta kesempatan untuk mempelajari bahasa baru. Menurut Istanti (2019), penikmat drama Korea dapat dilihat dari intensitas dan

durasi menonton, serta tingkat keseriusan dan konsentrasi mereka saat menikmati tayangan tersebut.

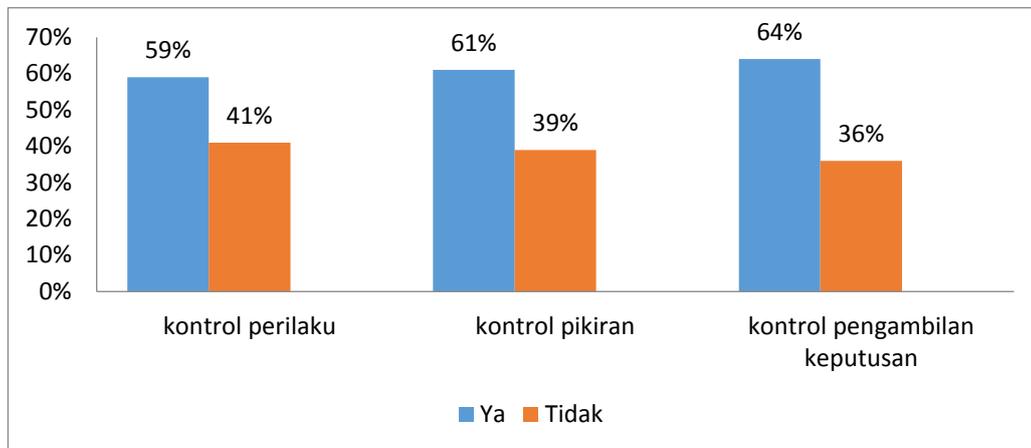
Menurut Siti (2023), kecenderungan mahasiswa untuk terus menonton drama Korea dapat mengakibatkan hilangnya kontrol diri, yang menyebabkan mereka sering lupa waktu. Setiap individu seharusnya memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri, karena kurangnya kontrol diri dapat menimbulkan berbagai dampak negatif dari perilaku yang dilakukan. Dalam konteks menonton drama Korea, jika mahasiswa tidak mampu mengatur diri, hal ini dapat berujung pada berbagai konsekuensi, seperti kemalasan untuk beraktivitas, penundaan tugas, gangguan tidur, serta kelalaian dalam melaksanakan ibadah. Kurangnya kontrol diri ini membuat mahasiswa terjebak dalam kebiasaan menonton drama Korea secara berlebihan, bahkan maraton, yang tidak hanya menghabiskan banyak waktu, tetapi juga memengaruhi kualitas ibadah mereka, misalnya, dengan mengabaikan kewajiban shalat karena terlalu fokus pada drama. Mahasiswa yang menonton drama Korea dapat menghabiskan waktu untuk 4-10 episode per hari, dan dalam beberapa kasus bahkan dapat menyelesaikan satu judul penuh dalam sehari. Drama Korea umumnya terdiri dari 14-16 episode dengan durasi sekitar satu jam atau lebih per episode. Kebiasaan menonton ini seringkali menyebabkan mahasiswa lupa waktu, terutama jika dilakukan pada malam hari, yang berujung pada bangun kesiangan, malas beraktivitas, dan terlambat atau bahkan melewatkan shalat subuh (Siti, 2023).

Menurut Averill (1973), kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang diinginkan, serta memilih

tindakan yang berdasarkan keyakinan pribadi. Averill mengidentifikasi tiga aspek utama dalam kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol pikiran (*mind control*), dan kontrol pengambilan keputusan (*decisional control*). Aspek-aspek ini menunjukkan bahwa kontrol diri erat kaitannya dengan bagaimana seseorang mampu mengatur alur pikirannya dalam berbagai situasi. Kemampuan untuk mengendalikan diri menjadi sangat penting, khususnya di kalangan remaja dan mahasiswa saat ini, karena banyaknya godaan untuk mengakses media sosial yang seringkali tidak stabil atau berpotensi mengganggu keseimbangan mental (Amelia, 2017). Dengan demikian, pengembangan kontrol diri diperlukan agar mereka dapat menghadapi tantangan era digital yang menuntut kemampuan pengelolaan waktu dan perhatian yang lebih baik.

Pada tanggal 20 hingga 21 Desember 2023, peneliti melaksanakan survei dengan mendistribusikan kuesioner kepada mahasiswa Universitas Malikussaleh. Pada hari pertama, yaitu tanggal 20 Desember 2023, peneliti membagikan kuesioner di dua lokasi, yakni Bukit Indah dan Cunda. Kegiatan ini kemudian dilanjutkan pada hari berikutnya, 21 Desember 2023, dengan pembagian kuesioner kepada mahasiswa di Reuleut. Secara keseluruhan, kuesioner disebarikan kepada 30 responden. Hasil survei awal ini memberikan gambaran awal yang menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut.

Gambar 1. Survey kontrol diri



Berdasarkan hasil survei yang dilakukan terhadap 30 responden mengenai kontrol diri menggunakan kuesioner, ditemukan bahwa kontrol diri mencakup tiga aspek utama, yaitu kontrol perilaku, kontrol pikiran, dan kontrol pengambilan keputusan. Pada aspek kontrol perilaku, responden menunjukkan bahwa saat menonton drama Korea yang emosional, mereka tidak terbawa suasana sedih seperti yang digambarkan dalam cerita, serta tidak meniru perilaku yang ditampilkan dalam drama tersebut. Selanjutnya, dalam aspek kontrol pikiran, para responden cenderung memilih fokus pada kegiatan belajar daripada menonton drama Korea, dan ketika berada di kampus, mereka menghindari menonton drama tersebut. Pada aspek kontrol pengambilan keputusan, responden lebih memilih untuk mengutamakan belajar daripada menonton drama Korea, menunjukkan prioritas yang jelas dalam aktivitas mereka.

Fitriani (2019) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kontrol diri dengan kecenderungan memuja idola, di mana semakin rendah tingkat kontrol diri pada remaja yang menjadi penggemar K-pop, semakin tinggi pula intensitas pemujaan terhadap idola tersebut. Sebaliknya, semakin tinggi

kontrol diri yang dimiliki, maka kecenderungan pemujaan akan semakin menurun. Siti (2023) menambahkan bahwa setiap individu perlu memiliki kontrol diri, karena ketiadaan kontrol diri dapat memicu perilaku yang merugikan. Hal ini berkaitan erat dengan kebiasaan menonton drama Korea, di mana kurangnya kontrol diri dapat mengakibatkan dampak perilaku negatif seperti malas beraktivitas, menunda pekerjaan, kurang tidur, dan melalaikan kewajiban beribadah. Dengan demikian, pengelolaan kontrol diri sangat penting dalam menghindari dampak buruk yang timbul dari kebiasaan berlebihan dalam mengonsumsi konten hiburan.

1.2 Keaslian Penelitian

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Etikasari (2018) mengenai kontrol diri pada remaja penggemar K-pop (k-popers), ditemukan bahwa keempat subjek penelitian terlibat dalam berbagai aktivitas terkait idolanya, seperti mencari informasi tentang idola mereka, mengunduh video dan lagu, serta menonton drama Korea, dan kegiatan lain yang sejenis. Salah satu perbedaan mendasar dari penelitian ini dibandingkan dengan penelitian Etikasari adalah pada pendekatan metode yang digunakan. Etikasari menggunakan metode kualitatif deskriptif untuk memahami fenomena ini secara mendalam dan deskriptif, sementara penelitian ini menerapkan metode kuantitatif deskriptif, yang lebih berfokus pada pengukuran dan analisis data numerik untuk menggambarkan fenomena yang sama dengan pendekatan statistik.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Hidayati (2023) mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan penyembahan selebriti pada mahasiswa penggemar K-pop menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu

terdapat hubungan negatif antara kedua variabel tersebut. Hasil penelitian ini juga mengungkapkan bahwa tingkat kontrol diri memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku *celebrity worship*, dengan mayoritas responden berada pada tingkat *celebrity worship* yang tergolong tinggi, yakni pada kategori *Borderline-pathological*. Artinya, responden menunjukkan kecenderungan yang mendekati perilaku penyembahan selebriti yang patologis. Salah satu perbedaan utama penelitian ini dengan riset yang dilakukan oleh Sari dan Hidayati adalah metode yang digunakan, di mana Sari dan Hidayati (2023) menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, sementara penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif untuk menggambarkan fenomena tersebut secara lebih rinci.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fitriana (2019) mengenai hubungan antara kontrol diri dengan pemujaan terhadap idola pada remaja penggemar K-pop, metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Populasi penelitian ini terdiri dari remaja yang merupakan penggemar K-pop di Samarinda. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 100 orang. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan pemujaan selebriti di kalangan remaja penggemar K-pop, dengan nilai korelasi sebesar -0.554 dan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat kontrol diri seorang penggemar, semakin tinggi tingkat pemujaan terhadap selebriti, dan sebaliknya, semakin tinggi kontrol diri seseorang, semakin rendah kecenderungan untuk memuja selebriti. Adapun perbedaan antara penelitian Fitriana (2019) dengan penelitian ini adalah pada populasi yang digunakan, di mana

penelitian Fitriana (2019) berfokus pada remaja penggemar K-pop di Samarinda, sedangkan penelitian ini melibatkan mahasiswa Universitas Malikussaleh sebagai subjek penelitian.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Anjani dan Astiti (2020), yang berjudul "Hubungan Kontrol Diri dan Konformitas Terhadap Perilaku Konsumtif Remaja Penggemar Animasi Jepang (Anime) di Denpasar," tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi bagaimana kontrol diri dan konformitas mempengaruhi perilaku konsumtif di kalangan remaja penggemar anime di kota Denpasar. Penelitian ini menggunakan teknik sampling cluster dengan jumlah sampel sebanyak 114 orang. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, di mana data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan teknik regresi linier sederhana serta regresi berganda. Temuan dari penelitian ini mengungkapkan bahwa kontrol diri dan konformitas secara simultan tidak berhubungan dengan perilaku konsumtif. Secara lebih spesifik, kontrol diri tidak menunjukkan hubungan signifikan dengan perilaku konsumtif, sementara konformitas memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku konsumtif. Perbedaan utama antara penelitian Anjani dan Astiti (2020) dengan penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan, di mana penelitian Anjani dan Astiti (2020) mempertimbangkan dua variabel yaitu kontrol diri dan konformitas, sementara penelitian ini hanya fokus pada satu variabel, yaitu kontrol diri.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sari & Handayani (2019), yang berjudul "Kontrol Diri dan Pembelian Impulsif Pakaian pada Remaja Penggemar K-Pop", tujuan utama adalah untuk menguji hubungan secara empiris antara kontrol diri dan

pembelian impulsif pakaian di kalangan remaja penggemar K-pop. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik purposive sampling untuk pengambilan sampel. Populasi yang diteliti terdiri dari remaja penggemar K-pop di Bekasi, yang berjumlah 160 responden dengan rentang usia antara 12 hingga 22 tahun, baik laki-laki maupun perempuan, yang sumber dana pembelian pakaian mereka berasal dari uang orang tua atau sendiri. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, dengan nilai korelasi sebesar $r = -0.724$ ($p < .05$), yang mengindikasikan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dan pembelian impulsif pakaian di kalangan remaja penggemar K-pop. Artinya, semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh remaja penggemar K-pop, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan pembelian impulsif pakaian K-pop. Perbedaan dalam penelitian ini dibandingkan dengan studi lain adalah pada metode pengambilan sampel; Sari & Handayani (2019) menggunakan teknik *purposive sampling*, sedangkan penelitian lain mungkin menggunakan teknik *non-probability sampling*.

1.3 Rumusan masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yakni ingin mengetahui Gambaran Kontrol Diri pada Mahasiswa Penikmat Drama Korea di Universitas Malikussaleh

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Gambaran Kontrol Diri pada Mahasiswa Penikmat Drama Korea di Universitas Malikussaleh.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman dan pengetahuan mengenai kontrol diri di kalangan mahasiswa yang memiliki ketertarikan pada drama Korea. Dengan menginvestigasi aspek kontrol diri dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan informasi yang ada dan memperluas wawasan ilmiah di bidang tersebut. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi yang berguna bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang membahas topik serupa, terutama dalam hal dinamika kontrol diri dan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

1.5.2 Manfaat Praktis

Berdasarkan di atas, penelitian ini bermanfaat bagi:

A. Bagi Mahasiswa Penikmat Drama Korea

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai bagaimana kontrol diri terbentuk dan terpelihara di kalangan mahasiswa yang gemar menonton drama Korea di Universitas Malikussaleh. Dengan mengkaji perilaku serta dinamika kontrol diri para mahasiswa tersebut, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat dalam memahami aspek psikologis yang terlibat, serta bagaimana pengaruh hiburan populer seperti drama Korea terhadap kemampuan mahasiswa dalam mengatur dan mengendalikan diri mereka dalam kehidupan sehari-hari, terutama di lingkungan akademik.

B. Bagi Universitas Malikussaleh

Bagi Universitas Malikussaleh, penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi yang signifikan dalam penerapan pengetahuan peneliti mengenai kontrol diri. Hal ini dapat tercapai melalui pelaksanaan program seminar yang fokus pada gambaran kontrol diri, khususnya untuk mahasiswa yang menyukai drama Korea di Universitas Malikussaleh. Melalui seminar ini, diharapkan para peserta tidak hanya memperoleh wawasan baru tentang bagaimana mengelola kontrol diri mereka, tetapi juga dapat menerapkan strategi-strategi tersebut dalam kehidupan sehari-hari mereka. Dengan demikian, program ini akan mendukung pengembangan pribadi dan akademik mahasiswa, sekaligus memperkaya pemahaman mereka tentang bagaimana pengaruh hobi, seperti menonton drama Korea, dapat mempengaruhi aspek kontrol diri dalam konteks akademik dan sosial.

C. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menyediakan informasi tambahan yang terbaru bagi peneliti lain yang akan melakukan studi lebih lanjut mengenai variabel-variabel yang serupa dengan topik penelitian ini. Dengan demikian, hasil dari penelitian ini dapat memperkaya literatur yang ada dan memberikan dasar yang lebih kuat untuk penelitian selanjutnya yang membahas aspek-aspek yang sejalan atau terkait dengan penelitian ini. Data yang diperoleh diharapkan mampu menyempurnakan pemahaman tentang variabel yang diteliti dan memberikan wawasan baru yang dapat digunakan

untuk memperdalam analisis atau mengembangkan teori-teori yang relevan dalam bidang yang bersangkutan.