

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan dan pertumbuhan biologis dan psikologis. Batasan usia remaja dibagi menjadi 3 tahapan yaitu rentang umur 12-15 tahun termasuk remaja awal, 15-18 tahun termasuk remaja madya dan masa remaja akhir umur 18-21 tahun. Sejalan dengan pendapat Monks masa remaja merupakan masa perkembangan menuju kematangan fisik, mental, emosional, sosial dan tahapan perubahan dari masa anak-anak menuju dewasa. Remaja awal terutama pada tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan suatu periode yang mengalami perkembangan yang signifikan dalam beberapa aspek fisik, emosional dan sosial.¹ Pada saat usia ini anak sudah mulai mengenal gadget, keperluannya pun beragam ada yang dipergunakan untuk belajar, bermain game dan untuk mengakses media sosial. Penggunaan media sosial yang intens membuka peluang besar bagi remaja untuk terpapar berbagai budaya asing secara luas, salah satunya adalah *Korean Wave (Hallyu)* yaitu gelombang budaya Korea yang mencakup musik, drama, fashion hingga gaya hidup. Minat terhadap budaya Korea ini semakin melesat tajam terutama pada masyarakat Indonesia, baik itu remaja maupun dewasa. Dilansir dari survei yang dilakukan oleh IDN Times dalam Tridanti (2019) dengan 580

¹ U. Helmaliah, P. M. P., Sari, P. N., & Mahyuddin, "Perkembangan Pada Masa Remaja," *Behavior : Jurnal Pendidikan Bimbingan Konseling dan Psikologi* 1, no. 1 (2024).

jurnalis, hasilnya menunjukkan 40,7% penggemar dari kalangan umur 20-25 tahun, 38,15 dari kalangan umur 15-20 tahun, 11,9% dari kalangan umur 25 tahun keatas dan 9,3% dari kalangan usia 10-15 tahun dengan mayoritas penggemarnya adalah wanita sebanyak 92,1%.²

Salah satu bentuk budaya korea yang paling populer adalah Korean Pop atau yang sering disebut dengan *K-Pop*, merupakan genre musik yang berasal dari Korea Selatan. Menurut Putri et al, *K-Pop* adalah sebuah istilah yang mempunyai kepanjangan musik pop Korea, dan secara harfiah merupakan kepanjangan dari Korean-pop.³ Dalam penyajiannya musik *K-Pop* tidak selalu menampilkan lagu yang energik dan bersemangat, melainkan ditampilkan dengan berupa tarian yang memukau, ditambah lagi dengan anggotanya yang mempunyai paras rupawan baik itu laki laki maupun perempuan, maka dari itu musik *K-Pop* menjadikannya sangat unik dan digemari oleh masyarakat Indonesia terutama remaja. Hal hal yang menyebabkan pesatnya perkembangan *K-Pop* di Indonesia adalah perkembangan teknologi yang sangat pesat. Berbagai macam mengenai *K-Pop* dapat dengan mudah diakses melalui media sosial seperti Youtube, KTV, Instagram, Twitter, Tik Tok dan lainnya.

Berdasarkan hasil tinjauan yang dilakukan di SMPN 1 Kauman Tulungagung terdapat fenomena yaitu siswa kelas VIII di SMPN 1 Kauman yang terobsesi dengan idolannya yaitu anggota *K-Pop*. Salah satu siswa

² L. Hidayat, M., Ahmadiyah, J. N., Sulistiyani, R., Vebryana, L. C., Azzahra, Y., Bobihu, N. A. R., & Maknuna, "Keberagaman Pada Kelompok Penggemar K-Pop Di Indonesia.," *Abrahamic Religions: Jurnal Studi Agama-Agama* 2, no. 2 (2022): 106–115.

³ Rike Munica, "Gambaran Celebrity Worship Terhadap Idola-Kpop Pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19," *Ranah Research : Journal of Multidisciplinary Research and Development* 4, no. 1 (2021): 90–98.

mengatakan bahwa ketertarikannya muncul karena penampilan para idola yang berbeda dari yang lain serta tarian mereka yang energik. Selain itu bisa dilihat ketika memiliki aksesoris yang berkaitan dengan idolannya, seperti *photocard*, gantungan kunci, poster dan lainnya, selain itu individu juga sering membicarakan idolanya dengan temannya, menonton aktivitas media sosial idolanya secara terus menerus, selain itu paras idola yang menawan menyebabkan individu sangat tertarik dan timbul perasaan suka sampai menganggap idolanya tersebut sebagai kekasihnya. Data pendukung dari hasil wawancara dengan bu Septi selaku guru BK kelas VIII mengatakan jika kelas VIII E terdapat beberapa siswa yang mengidolakan anggota K-Popnya dan hasil *Pretest* menunjukkan kelas tersebut memiliki tingkat perilaku *celebrity worship* dengan hasil 4 siswa (10%) mempunyai skor tinggi, 32 (80%) siswa mempunyai skor sedang dan 4 (10%) siswa mempunyai skor rendah. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori tinggi, berarti fenomena *celebrity worship* benar adanya di Kelas VIII SMPN 1 Kauman. Hal hal pengidolaan tersebut nanti akan menimbulkan dampak negatif seperti mengganggu aktivitas belajar mereka yang bisa menyebabkan penurunan nilai akademik, rasa malas, dan perilaku konsumtif, yang menyebabkan daya tarik terhadap *K-POP* sangat diminati oleh kalangan remaja sehingga mereka banyak yang mengidolakan *K-POP*.

Fans K-Pop dalam mengapresiasi kesukaan terhadap idola, seringkali dianggap diluar batas, sehingga sering memunculkan perilaku obsesif, posesif dan bahkan delusif. Hal ini mempunyai persamaan dengan perilaku kecanduan,

yaitu semakin tinggi kecanduan seseorang pada idolanya, semakin tinggi juga tingkat pemujiannya dan keterkaitan dirinya dengan idola tersebut. Dalam istilah psikologis fenomena ini dikenal dengan istilah *Celebrity Worship*. Menurut Maltby et al, *Celebrity Worship* yaitu bentuk hubungan yang terjadi hanya satu arah dan terdapat pemujaan antara individu dengan selebriti idolanya dimana individu dapat terobsesi terhadap idolanya tersebut. Menurut Maltby et al, *Celebrity Worship* dibagi kedalam tiga dimensi yaitu tingkat yang rendah dinilai dari dimensi *entertainment social*. Penggemar hanya menyukai idola dan merasa tertarik karena kemampuan idolanya untuk menghibur dan menarik perhatian. Kemudian ada dimensi *intense personal*, dimensi ini timbul dengan ciri perasaan pribadi penggemar yang lebih intens, mencerminkan perasaan intensif, kompleksif dan muncul kecenderungan perilaku obsesif dengan idola. Dimensi terakhir yang paling tinggi yaitu *borderline pathological*, dianggap mencerminkan sikap dan perilaku yang keluar batas normal menggemari idolanya dan timbul sikap sosial patologis pada penggemar.⁴

Terdapat berbagai macam faktor yang mempengaruhi timbulnya perilaku *Celebrity Worship*. Faktor pertama yaitu *attachment style*. Dikutip dari Theran et al remaja dengan *attachment style* lebih menganggap dirinya negatif dan tidak merasa tidak pantas mendapatkan perhatian dan kasih sayang cenderung menjadikan idola favoritnya sebagai tempat yang membuatnya nyaman untuk

⁴ Afra Hafny Noer Astri Prabawati Laksono, "Idolaku, Sumber Intimacy -Ku: Dinamika Celebrity Worship Dan Tugas Perkembangan Dewasa Awal Pecinta Kpop" 17, no. 2 (2021): 139–156.

berkomunikasi.⁵ Faktor selanjutnya yang mempengaruhi *Celebrity Worship* adalah *self-esteem* dimana individu yang mempunyai *self-esteem* rendah sulit menikmati kehidupan karena perasaan takut mereka akan penolakan atau merefleksikan diri ke arah *ideal self*.⁶ Faktor ketiga adalah *emotional autonomy*, yaitu kemandirian emosional dalam hubungan dengan orang tua. Studi Giles Maltby menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat kemandirian emosional tinggi cenderung mengabaikan kehadiran orang tua dan menganggap idola sebagai figur ideal.⁷ Faktor terakhir yang memengaruhi *Celebrity Worship* yaitu usia. Demam idola sedang menjamur di Indonesia yang menyerang usia pada tahapan remaja.⁸

Berdasarkan penjabaran hal hal diatas, maka dapat diketahui bahwa semakin banyak individu yang menunjukkan perilaku *Celebrity Worship* dimana seseorang tersebut melebihi batas dalam mengagumi idolanya seperti mencari informasi idola selama terus menerus, menganggap idola sebagai pasangan atau jodoh. Perilaku tersebut timbul dikarenakan terdapat pengaruh perilaku *Celebrity Worship*. *Celebrity Worship* dapat membawa bahaya bagi individu yang terlibat jika gejalanya diabaikan dan tidak segera diobati dengan kombinasi pengobatan dan psikoterapi. Salah satu pendekatan konseling yang

⁵ T. R. Theran, S. A., Newberg, E. M., & Gleason, "Adolescent Girls Parasocial Interactions with Media Figures," *The Journal of Genetic Psychology* 171, no. 3 (2010): 270–277.

⁶ B. Derrick, J. L., Gabriel, S., & Tippin, "Parasocial Relationships and Self-Discrepancies: Faux Relationships Have Benefits for Low Self-Esteem Individuals.," *Journal of the International Association for Relationship Research* 15, no. 2 (2008): 261–280.

⁷ J. Giles, D.C., Maltby, "The Role of Media in Adolescent Development: Relations between Autonomy, Attachment, and Interest in Celebrities.," *Journal Pergamon Personality and Individual Difference* 3, no. 6 (2004): 813–822.

⁸ K. L. Frederika, E., Suprpto, M. H., & Tanojo, "Hubungan Antara Harga Diri Dan Konformitas Dengan Celebrity Worship Pada Remaja Di Surabaya.," *Jurnal Gema Aktualita* 4, no. 1 (2015).

relevan untuk mengatasi fenomena *Celebrity Worship* adalah *Cognitive Behavior Therapy* CBT), yaitu suatu bentuk terapi yang dikembangkan oleh Aaron T Beck. Menurut terapi ini mempunyai fokus pada hubungan antara pikiran, perasaan dan perbuatan. Beck berpendapat bahwa gangguan emosional terjadi karena pola pikir yang salah, maka dari itu CBT mempunyai tujuan untuk membantu individu dalam mengidentifikasi dan mengevaluasi pikiran-pikiran otomatis negatif yang tidak realistis serta menggantinya dengan pola pikir yang realistis atau rasional.⁹ Salah satu teknik relevan dalam konseling CBT adalah *cognitive restructuring*, yaitu membantu klien untuk mengenali dan menantang pikiran yang irasional. Dalam konteks *Celebrity Worship* pola pikir yang irasional seperti “menganggap idola sebagai kekasihnya” atau perilaku seperti membeli barang-barang yang berkaitan dengan idola mereka. Pola pikir dan perilaku individu ini saling berkaitan dan jika tidak segera diatasi berpotensi menimbulkan gangguan fungsi sosial, akademik dan emosional. CBT berupaya membantu individu mengidentifikasi pikiran yang irasional terhadap idola mereka dan menggantinya dengan pikiran yang lebih realistis dan rasional sehingga perilaku *celebrity worship* yang berlebihan dapat dikurangi secara bertahap.

Berdasarkan hasil penelusuran peneliti, ada beberapa penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang ditulis oleh Nisrina Dzakkiyah et al, menunjukkan pada bidang ekonomi mahasiswa

⁹ J. S. Beck, *Cognitive Behavior Therapy: Basics and Beyond*, 2nd ed. (New York: The Guilford Press, 2011).

penggemar Kpop membeli barang bukan karena kebutuhan tetapi karena keinginan mereka mengikuti idola nya mengenakan jadi mereka juga ikut menggunakannya, kemudian pembelian yang tidak penting seperti CD, album, photocard, kaos, poster dll. Bidang budaya mahasiswa penggemar Kpop ini memakai gaya dengan nuansa *K-style* yang terinspirasi dari *girlgroup*, *boygroup* yang mereka lihat di media sosial. Mereka mempunyai gaya hidup mewah dengan konsumtif dan akhirnya mereka yang menjadi subjek penelitian pun lebih mengetahui produk yang berasal dari Korea Selatan daripada produk dalam negeri.¹⁰ Selanjutnya penelitian yang dilakukan Laksono, A.P dan Noer, H.A menunjukkan bahwa perilaku *Celebrity Worship* (CW) pada tingkat *borderline pathological* (tinggi) menghambat kemampuan hubungan sosial karena adanya perilaku penarikan diri dari lingkungan sosial. Selain itu tantangan yang diperlihatkan oleh subjek dengan tingkat *borderline pathological* juga disebabkan oleh kekakuan kognitif berupa ketidaknyamanan individu untuk beradaptasi terhadap perilakunya dengan kondisi dan tuntutan sosial yang berbeda. Sebagai hasilnya, individu merasa kesepian dan terkucilkan.¹¹ Selanjutnya artikel ditulis oleh Putri, L.A penelitian ini menunjukkan kemajuan globalisasi menimbulkan dampak positif dan negatif yang mana salah satu dampak negatifnya adalah K-Pop yang mengakibatkan orang tua tidak bisa mengontrol remaja. Menurut Lisa individu yang

¹⁰ Dzakkiyah Nisrina et al., “Studi Tentang Pengaruh Budaya Korea Pada Penggemar K-Pop Diajukan Untuk Melengkapi Persyaratan Mencapai Gelar Sarjana Antropologi Sosial,” *Jurnal Penelitian Humaniora* 21, no. 1 (2020): 78–88.

¹¹ Astri Prabawati Laksono and Afra Hafny Noer, “Idolaku, Sumber Intimacy-Ku : Dinamika Celebrity Worship Dan Tugas Perkembangan Dewasa Awal Pecinta Kpop,” *Jurnal Psikologi* 17, no. 2 (2021): 139.

mengapresiasikan nya dengan cara berpakaian yang memprihatinkan adalah dampak yang timbul secara langsung dan itu perlu menjadi perhatian.¹² Berdasarkan hasil eksplorasi, peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang hampir memiliki kesamaan dengan penelitian ini namun penelitian ini masih sangat berbeda. Perbedaanya yaitu pada penelitian (Nisrina Dzakiyyah et al) hanya memaparkan perilaku konsumtif mahasiswa penggemar K-Pop, penelitian (Laksono & Noer) menjelaskan dampak keterasingan sosial pada tingkat *borderline pathological* dan untuk penelitian (Putri, L.A) menjelaskan dampak negatif pada K-Pop yang mengakibatkan orang tua tidak dapat mengontrol cara berpakaian mereka. Selain itu juga terdapat perbedaan subjek yaitu penelitian terdahulu umumnya meneliti mahasiswa atau siswa SMA, sedangkan penelitian ini pada siswa SMP dan penelitian ini mempunyai tujuan untuk menerapkan *treatment* melalui konseling CBT dengan teknik *cognitive restructuring* untuk membantu siswa SMP mengurangi perilaku *celebrity worship* pada siswa yang sedang memasuki tahap perkembangan remaja awal. Akan tetapi terdapat juga persamaan penelitian terdahulu dengan sekarang adalah kesamaan tema mengangkat subjek yang mengidolakan *K-Pop* idol.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, maka peneliti menemukan terdapat siswa kelas VIII yang terobsesi dengan budaya Korea, hal ini dapat dilihat dari mereka yang mempunyai aksesoris bernuansa Korea, film

¹² Lisa Anggraini Putri, "Dampak Korea Wave Terhadap Prilaku Remaja Di Era Globalisasi," *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 1 (2020): 42.

Korea, lagu yang bertemakan K-pop. Jika permasalahan *Celebrity Worship* tidak segera ditangani maka dapat mempengaruhi pikiran dan perilaku negatif individu yang berdampak pada fungsi sosial, akademik dan emosional, Sehingga *Celebrity Worship* perlu segera ditangani melalui pemberian treatment CBT sebagai upaya dalam penanganan dan mengurangi *Celebrity Worship*. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian serta mengetahui lebih dalam terkait **“Efektivitas *Konseling Cognitive Behavior* Dengan Teknik *Cognitive restructuring* dalam Mengurangi Perilaku *Celebrity Worship* Terhadap Penggemar K-POP Pada Siswa Kelas VIII SMPN 1 Kauman Tulungagung”**.

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah

a. Identifikasi Masalah:

1. Fenomena *celebrity worship* meningkat pada kalangan remaja SMP, khususnya pada penggemar K-Pop.
2. Siswa menunjukkan perilaku pengidolaan seperti menonton idolanya secara terus menerus, mengoleksi barang yang berkaitan dengan idolannya, membicarakan idolannya pada waktu pelajaran dan memiliki perasaan pribadi dengan idolannya.
3. Perilaku *celebrity worship* menimbulkan dampak pada akademik siswa, seperti penurunan motivasi belajar dan munculnya perilaku konsumtif
4. Perilaku *celebrity worship* muncul pada pikiran irasional sehingga membutuhkan pendekatan konseling yang bisa merubah pemikiran siswa.
5. CBT teknik *cognitive restructuring* merupakan salah satu pendekatan yang efektif untuk mengubah pikiran irasional menjadi lebih realistis.

b. Batasan Masalah:

Dari identifikasi masalah, maka perlu dilakukan pembatasan masalah agar pengkajian yang dilakukan lebih fokus pada masalah yang ditetapkan. Penelitian ini berfokus pada konseling CBT teknik *cognitive restructuring* untuk mengurangi perilaku *celebrity worship* pada siswa kelas VIII E SMPN 1 Kauman Tulungagung.

C. Rumusan Masalah

1. Apakah Konseling CBT dengan teknik *cognitive restructuring* efektif untuk mengurangi perilaku *Celebrity Worship* pada siswa kelas VIII SMPN 1 Kauman Tulungagung?

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui efektivitas Konseling CBT dengan teknik *cognitive restructuring* untuk mengurangi perilaku *Celebrity Worship* pada siswa kelas VIII SMPN 1 Kauman Tulungagung.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumbangan ilmiah, khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling untuk mengurangi permasalahan *Celebrity Worship*. Selain itu hasil penelitian ini diharapkan bisa sebagai salah satu sumber referensi serta pembanding bagi peneliti selanjutnya jika melakukan penelitian yang serupa terkait konseling CBT dan *Celebrity Worship*.

2. Manfaat Praktis

- 1) Bagi siswa kelas VIII SMPN 1 Kauman penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi positif serta dapat memberi kontribusi dalam mengurangi *Celebrity Worship*.
- 2) Bagi guru bimbingan dan konseling diharapkan penelitian ini menjadi referensi guna mengetahui permasalahan yang dialami siswa, sehingga

dapat membuat perencanaan layanan konseling yang terkait dengan kebutuhan siswa.

3) Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak yang baik dalam mengurangi perilaku *Celebrity Worship* terhadap siswa di SMPN 1 Kauman Tulungagung.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian merupakan batas yang digunakan peneliti lebih terfokus dan efektif. Penelitian ini bertempat di SMPN 1 Kauman Tulungagung dengan subjek kelas VIII. Penelitian ini merupakan penelitian pre eksperimen dengan desain *one group pretest dan posttest design*. Penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas yaitu konseling *Cognitive Behavior Therapy* dan variabel terikatnya *Celebrity worship*.

G. Penegasan Variabel

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang terbentuk dan ditetapkan oleh peneliti untuk dipahami kemudian dipelajari sehingga mendapatkan informasi tentang hal tersebut kemudian ditarik kesimpulan.¹³ Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu (X) variabel bebas dan (Y) variabel terikat.

1. Variabel bebas (X) merupakan variabel yang mempengaruhi, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel bebasnya yaitu

¹³ Annisa Maharani and Ceceng Syarif, "(Prodi Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Singaperbangsa Karawang) . 2 (Dosen Fakultas Agama Islam, Universitas Singaperbangsa Karawang) . *," *Pendidikan* 6, no. 1 (2022): 764.

konseling *Cognitive Behavior Therapy* teknik *cognitive restructuring*. Konseling CBT merupakan pendekatan konseling yang berpusat pada bidang pembenahan kognitif dan perilaku yang menyimpang baik secara psikis maupun fisik. Sedangkan *cognitive restructuring* adalah salah satu teknik dalam konseling CBT yang bertujuan untuk mengenali, mengevaluasi dan mengubah pikiran negatif menjadi pola pikir yang lebih realistis adaptif dan fungsional

2. Variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi, karena adanya variabel bebas. Dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah *Celebrity Worship*. *Celebrity worship* adalah hubungan satu arah antara individu dengan selebriti dimana penggemar terobsesi pada selebritinya.

H. Sistematika Penulisan

Bab I Pendahuluan

Pada penelitian ini bab I berisikan tentang latar belakang masalah, identifikasi dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel dan sistematika penulisan.

Bab 2 Landasan Teori

Pada bab II ini berisikan kajian teori konseling CBT, teknik *cognitive restructuring* dan *celebrity worship*, Penelitian Terdahulu, Keterkaitan Konseling *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* Dalam Mengurangi Perilaku *Celebrity Worship* Pada Remaja, Kerangka Berpikir/ Teori dan Hipotesis Penelitian.

Bab 3 Metode Penelitian

Pada bab III berisikan Pendekatan dan jenis penelitian, Lokasi penelitian, variabel dan pengukuran, populasi, sampling dan sampel penelitian, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data dan tahapan penelitian.

Bab IV Hasil Penelitian

Pada bab IV ini berisikan deskripsi data dan pengujian hipotesis.

Bab V Pembahasan

Pada bab V ini berisi penjelasan serta penguatan atas temuan penelitian kemudian membandingkan temuan penelitian dengan teori dan penelitian terdahulu.

Bab VI Penutup

Bab VI ini berisikan tentang dua hal pokok yaitu kesimpulan dan saran.