

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Globalisasi adalah suatu proses yang menciptakan keterkaitan diseluruh dunia diberbagai bidang kehidupan di seluruh politik, ekonomi, dan budaya sehingga membenuk suatu komunitas global. Globalisasi mempunyai dampak salah satunya seperti westernisasi. Dalam fenomena Korean Wave atau Hallyu, yang saat ini telah merambah Indonesia, memberikan pengaruh signifikan pada kehidupan masyarakat terutama dikalangan generasi muda dan remaja. gelombang korea mulai memasuki Indonesia pada dekade awal tahun 2000-an. (Sari,2019). Pengaruh Korean Wave tersebar luas berkat pertumbuhan media massa, elektronik, dan kemajuan teknologi seperti internet yang mempercepat aliran informasi, memungkinkan pertukaran budaya terjadi dengan cepat tanpa batasan geografis. Kondisi ini merupakan faktor utama yang mendorong K-Pop masuk ke Indonesia. (Sihombing, 2018). Kemajuan Hallyu Wave di berbagai negara termasuk Indonesia tak terlepas dari popularitas musiknya yang dikenal sebagai Korean Pop atau K-Pop. K-Pop adalah genre musik pop yang berasal dari Korea Selatan. Fenomena ini, yang tengah memengaruhi Indonesia, memiliki dampak besar pada kehidupan masyarakat terutama kalangan remaja. (Etikasari, 2018).

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada saat ini, sebagian sifat anak-anak mulai berkurang, tetapi sifat-sifat dewasa belum sepenuhnya terlihat. Interaksi sosial dan pergaulan dengan teman sebaya menjadi lebih luas dan kompleks dibandingkan masa sebelumnya, termasuk interaksi dengan lawan jenis. Remaja mencari dukungan emosional dari kelompok mereka. Salah satu sikap yang kerap terlihat pada remaja dalam kelompok adalah konformitas, yaitu keinginan untuk selalu sejalan dengan anggota kelompok lainnya. (Etikasari, 2018). Erikson menyatakan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi proses pembentukan identitas diri adalah role model atau figur yang diidolakan, yakni seseorang yang mempunyai makna penting atau dihormati oleh individu tersebut. Umumnya, tokoh idola atau panutan bagi remaja biasanya berasal dari kalangan selebritas seperti penyanyi, bintang film, dan atlet. (Etikasari, 2018)

Untuk itu remaja zaman sekarang banyak pengaruh dalam dunia *entertainment* kaarah suatu role moel yang positif, maka dari emampuan dalam menatu serta menyusun atau mengarahka diriya perlnya menerapkan self control daam diriyy itu sangat penting.

Self control merupakan suatu kemampuan dalam mengelola, membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku menuju hal-hal positif. *Self control* salah satu kemampuan untuk mengendalikan diri adalah salah satu yang diperkuat dalam perjalanan hidup. *Self control* adalah suatu Kemampuan untuk mengendalikan diri dalam potensi yang bisa dikembangkan dan dimanfaatkan individu selama perjalanan hidup, termasuk dalam menghadapi situasi di sekitarnya. Ahli berpendapat bahwa self control dapat berfungsi sebagai tindakan pencegahan dan dapat mengurangi dampak negatif psikologis dari faktor-faktor stres di lingkungan. (Gufron dan Risnawati 2020 : 21). Menurut Mahoney dan Thoresen (dalam Gufron dan Risnawati, 2020: 22) berpendapat bahwa self control merupakan kemampuan individu untuk secara terpadu berinteraksi dengan lingkungannya. Orang yang memiliki tingkat self control yang tinggi akan mempertimbangkan dengan cermat bagaimana seharusnya berperilaku dalam berbagai situasi. Mereka cenderung mengadaptasi perilaku mereka sesuai dengan tuntutan sosial, yang pada gilirannya memungkinkan mereka untuk menyesuaikan diri dengan situasi dengan lebih responsif. Mereka juga memiliki fleksibilitas yang tinggi dalam interaksi sosial, berusaha untuk memperlancar komunikasi, dan menunjukkan sikap yang hangat dan terbuka. Kemampuan untuk mengontrol perilaku atau tingkah laku individu dalam kehidupan sehari-hari adalah yang dimaksud dengan self control. *Self control* akan mempengaruhi individu dalam berperilaku karena dengan kemampuan self control individu akan memiliki kendali dalam menentukan perilaku yang ditimbulkan (Roem et al., 2022)

Self control adalah kemampuan individu untuk memahami dengan sensitif situasi diri dan sekitarnya. Ini juga dapat diartikan sebagai keterampilan untuk mengelola dan mengendalikan perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi, memungkinkan individu untuk berinteraksi secara sosial dengan baik. Banyak orang memadukan sikap pengendalian diri dengan sikap kaku, tegang, atau terbatas. Namun, perbedaannya sangat jelas, karena seseorang yang memiliki kemampuan

self control cenderung bersikap fleksibel. Di sisi lain, orang yang bersikap kaku dan terbatas mungkin tampak terkendali, tetapi bisa mudah rapuh atau bahkan kehilangan kendali. Individu dengan self control yang kuat akan menunjukkan keyakinan diri dalam interaksi sosial dan pekerjaan, mereka akan memiliki integritas, dan yang terpenting, mereka dapat beradaptasi dengan perubahan. Orang dengan kemampuan self control yang baik juga memiliki potensi untuk menjadi inovatif, bahkan mereka dapat mengembangkan empati dalam interaksi sehari-hari (Perianto, 2021)

Shaw dan Constanzo menyatakan bahwa untuk mengelola kesan yang baik, terdapat hal yang sangat penting yang perlu dipertimbangkan, yaitu konsep diri dan identitas sosial. Teori ini mengasumsikan bahwa seseorang termotivasi untuk mempertahankan harga diri sebaik mungkin, sehingga mereka harus berusaha untuk menyajikan identitas sosial yang positif melalui penampilan mereka. Hal ini dapat dicapai dengan memantau dan mengelola bagaimana identitasnya tercermin kepada orang lain. Dengan kata lain, untuk mengatur kesan dengan baik, seseorang harus memiliki pemahaman yang kuat tentang diri mereka sendiri terlebih dahulu. Kemudian, mereka dapat memperlihatkan kepribadian sesuai dengan konteks interaksi sosial, sehingga identitas sosial dapat terbentuk dengan baik. (Gufon dan Risnawati 2020:25).

Dilansir dari berita online (Narasi.tv, 16 Maret 2023) kasus *self control* rendah dari penggemar *K-Pop* adalah Perseteruan atau konflik antara penggemar, terutama di dalam komunitas fandom K-Pop, sering kali terjadi di platform media sosial. Fenomena menariknya adalah bahwa perseteruan bisa muncul di antara penggemar yang sebenarnya berasal dari komunitas fandom yang sama. Biasanya, hal ini dipicu oleh solo stan, yaitu penggemar yang hanya mendukung satu anggota favorit dan mengeluarkan perasaan tidak suka terhadap anggota lainnya. Contoh fanwar di antara penggemar girl band BLACKPINK juga pernah terjadi. Pada sekitar bulan November 2021, saat salah satu anggotanya, Lisa, meluncurkan debut solonya, penggemar mulai membandingkannya dengan pencapaian anggota lain, seperti Jennie. Penggemar yang mendukung Lisa secara eksklusif menganggap bahwa agensi yang mengelola BLACKPINK, yakni yang tidak memberikan promosi yang adil antara idola mereka dan Jennie yang juga pernah debut solo.

Akibatnya, terjadi perseteruan antara penggemar Lisa dan Jennie, yang juga mencuat di platform Twitter. Sebagian besar pemicu dari fanwar adalah tindakan penghinaan terhadap idola dari salah satu fandom. Oleh karena itu, banyak penggemar yang merasa perlu untuk melawan mereka yang menyebarkan kebencian terhadap idola mereka. Di Indonesia sendiri Penggemar K-Pop telah menyebar di berbagai provinsi di Indonesia. Meskipun mayoritas masih berada di Pulau Jawa dengan persentase sekitar 76,7%, namun jumlah penggemar di luar Jawa juga cukup besar, mencapai 23,2% jika digabungkan. Meskipun belum merata, dapat dikatakan bahwa K-Pop telah dikenal di seluruh penjuru Indonesia, dari Sabang hingga Merauke.

Prayitno, et al.,(2015) Bimbingan Kelompok merupakan jenis layanan bimbingan yang diberikan kepada sekelompok individu dalam konteks kelompok Menurut Prayitno (2015), bimbingan kelompok disekolh adalah upaya memberikan Memberikan sekelompok siswa informasi untuk membantu mereka merencanakan dan mengambil keputusan yang sesuai. ini merupakan bentuk layanan bimbingan dan konseling yang dilakukn secara berkelompok, bertujuan untuk mencegah kemungkinan munculnya masalah pada individu yang mendapat bimbingan dan pengembangan potensi mereka dalam arah yang produktif. Menurut Romlah dalam Mawaridz dan Rosita (2019) bimbingan kelompok adalah metode pemberian bantuan yang dilkukan oleh konselor atau guru bimbingan dan konseling kepada sekelompok konseli atau siswa dalam konteks kelompok. tujuannya adalah untuk mencegah munculnya masalah dan mengoptimalkan potensi diri siswa. proses ni dilakukan dalam situasi kelompok. Adapun Narti dalam (Mawaridz & Rosita, 2019) menyatakan bahwa layanan bibingan kelompok yakni salah satu proses pemberian bantuan atau bimbingan yang diberikan kepada sekelompok konseli, individua tau siswa melali kegiata kelompok.

Berdasarkan definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan jenis bimbingan dan konseling yang berlangsung dalam situasi kelompok. Interaksinya melibatkan dinamika antara konselor dan anggota kelompok, menciptakan suasana yang hangat, terbuka, dan penuh keakraban untuk membangun hubungan yang penuh penerimaan, kepercayaan, dan rasa aman. Melalui bimbingan kelompok, anggota dapat saling berbagi pengalaman, cerita, dan

informasi. Oleh karena itu, diharapkan bahwa bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan self control siswa penggemar K-Pop. Terdapat beragam metode yang bisa diterapkan dalam pelayanan bimbingan kelompok. Teknik-teknik dalam kegiatan ini bertujuan untuk mencapai tujuan tertentu dan memberikan arahan yang jelas. Salah satu teknik yang dapat digunakan adalah Self Instruction. Peneliti memilih teknik ini karena merupakan suatu latihan untuk meningkatkan self control pada remaja melalui penggunaan pengungkapan verbal diri.

Self Instruction adalah metode dari Terapi Perilaku Kognitif (CBT) yang diperkenalkan oleh Donald Meichenbaum pada tahun 1977. dalam hal ini juga merupakan elemen fundamental dari restrukturisasi kognitif yang bertujuan untuk mengubah pola berbicara positif terhadap diri sendiri. Fungsi utama dari Self Instruction adalah membantu klien meningkatkan kesadaran terhadap kemampuan berbicara pada diri sendiri. Menurut Meichenbaum (1977), beberapa perilaku yang tidak sehat Karena terpengaruh oleh pikiran yang tidak rasional. yang mengakibatkan pengungkapan diri yang tidak tepat

Dari hasil wawancara dengan guru bimbingan konseling atau konselor sekolah di SMAN 1 Rengel yaitu Ibu Umi Lu'luul Jannah, S.Pd pada tanggal 30 Januari 2023. Kita pasti pernah menemui contoh dari fenomena kurangnya atau buruknya kemampuan pengendalian diri, seperti kasus kesulitan mengontrol emosi negatif, yang bisa menyebabkan individu tersebut menunjukkan perilaku yang tidak tepat. Siswa penggemar *K-Pop* yang memiliki pengontrolan emosi negatif seperti mudah marah saat idol grup kesukaannya di ejek oleh temannya yang tidak menyukai *K-Pop* serta jika seseorang tergesa-gesa dalam mengambil keputusan keuangan, hal itu dapat menunjukkan perilaku yang tidak semestinya, mungkin akibat dari beberapa faktor tertentu. Oleh karena itu, penting bagi individu untuk memiliki kemampuan pengendalian diri yang baik agar dapat memahami konsekuensi dari tindakannya. Dalam hal ini, peran Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi krusial dalam membantu individu meningkatkan self control dan mengelola emosi negatif, sehingga mereka dapat mencapai perkembangan yang sesuai dan meningkatkan kinerja di sekolah sambil mengurangi perilaku yang tidak pantas. Guru BK juga pernah menangani masalah yang serupa dengan menggunakan layanan konseling individu, masih ada beberapa anak yang memiliki

masalah yang serupa tetapi belum mendapatkan penanganan yang efektif dari guru BK/konselor

Pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh (Karamoy & Budiono, 2022) Penggunaan teknik self management dalam implementasi layanan konseling kelompok bertujuan untuk meningkatkan self control siswa kelas VIII MTs Ma'arif Annur Jember pada tahun pelajaran 2021/2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada tahap pra siklus, skor Self Control adalah 387 dengan rata-rata presentase 45%, berada dalam kategori rendah. Pada siklus I, skor total meningkat menjadi 504 dengan rata-rata presentase 64%, masuk dalam kategori sedang. Pada siklus II, skor total mencapai 642 dengan presentase 78%, yang termasuk dalam kategori sedang tinggi. Dengan demikian, terjadi peningkatan sebesar 33% dari pra siklus ke siklus II. Dari diskusi yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian konseling kelompok dengan menggunakan teknik Pengelolaan Diri terbukti berhasil dalam meningkatkan kontrol diri siswa kelas VIII MTs Ma'arif Annur Jember selama tahun ajaran 2021/2022. Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Hidayanti & Ja'far (2016) Efektivitas penggunaan self instruction dan cognitive restructuring dalam mengurangi perilaku membolos siswa SMK telah terbukti dalam penelitian ini. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam skor perilaku membolos sebelum dan setelah penerapan konseling kelompok menggunakan kedua teknik tersebut, dengan nilai $p < \alpha$ ($0,014 < 0,05$) pada kelompok yang menggunakan teknik self instruction dan nilai $p < \alpha$ ($0,003 < 0,05$) pada kelompok yang menggunakan teknik cognitive restructuring. Dengan demikian, Berdasarkan hasil dapat dinyatakan bahwa konseling kelompok yang mengaplikasikan teknik self instruction dan teknik restrukturisasi kognitif berhasil mengurangi kecenderungan siswa SMK untuk membolos.

Berdasarkan beberapa pemaparan di atas serta permasalahan yang ditemui di sekolah, untuk membantu dalam mengatasi rendahnya *self control* siswa penggemarr *K-Pop* di SMAN 1 Rengel, maka peneliti tertarik untuk mengangkat judul “ Penerapan Bimbingan Kelompok dengan *Self Intruction Technique* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa Penggemar *K-Pop* di SMAN 1 Rengel”. Dengan

harapan nantinya siswa penggemar *K-Pop* dapat meningkatkan *self control* yang ada pada dirinya.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Mengetahui seberapa signifikan dampaknya *self control* terhadap siswa penggemar *K-Pop*
2. Para siswa penggemar idola *K-Pop* sering kali terlibat dalam aktivitas seperti streaming MV, membaca fan fiction, dan terkadang hingga lupa waktu.
3. Siswa yang menyukai idola *K-Pop* cenderung terpengaruh dengan hal-hal baru yang terkait dengan idolanya, seperti membeli merchandise.

1.3 Batasan Masalah

Untuk mempertahankan fokus pada topik penelitian, penelitian ini mengidentifikasi dan mengatur batasan-batasannya. Batasan-batasan ini mencakup:

1. Penelitian hanya dilakukan di SMAN 1 Rengel
2. Peneliti memilih kelas XI
3. Fokus pada meningkatkan *self control* siswa penggemar *K-Pop* dengan metode teknik *self instruction* dan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

1.4 Rumusan Masalah

Pertanyaan pokok dalam studi atau penelitian ini merupakan seberapa efektif metode Bimbingan Kelompok dengan teknik *self instruction* berpengaruh dalam meningkatkan *self control* terhadap siswa penggemar *K-Pop* di SMAN 1 Rengel ?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menilai dampak dari Bimbingan Kelompok dengan teknik *self instruction* terhadap peningkatan *self control* pada siswa penggemar *K-Pop* di SMAN 1 Rengel.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Dalam hasil penelitian ini bisa menjadi tambahan literatur dan pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling, terutama terkait penerapan teknik Self Instruction dalam meningkatkan self control terhadap siswa penggemar *K-Pop* di SMAN 1 Rengel.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Sekolah

Untuk memberikan kontribusi pada pengetahuan dalam ranah layanan bimbingan dan konseling sehingga dapat memberikan manfaat bagi sekolah dalam meningkatkan partisipasi siswa, memperbaiki kedisiplinan, serta mengoptimalkan lingkungan belajar.

1.6.2.2 Bagi Guru BK/Konselor

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat berfungsi sebagai alat dan rujukan untuk meningkatkan self control siswa penggemar K-Pop melalui penerapan teknik self instruction.

1.6.2.3 Bagi Siswa/konseli

Siswa memiliki kemampuan untuk mengendalikan perilakunya menuju hal-hal yang baik dan positif sesuai dengan norma-norma dalam kehidupan bermasyarakat.

1.6.2.3 Bagi Peneliti

Sebagai tambahan referensi yang bermanfaat dan pengembangka penelitian mengenai *self control*



UNUGIRI