



## Kontrol Diri Remaja Penggemar K-Pop (Studi Fenomenologi Pada Siswa Penggemar K-Pop di SMK)

Sofia Andari Roem, Ella Faridati Zen\*, Widya Multisari

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

\*Penulis korespondensi, Surel: ella.faridati.fip@um.ac.id

Paper received: 2-5-2022; revised: 20-5-2022; accepted: 27-5-2022

### Abstract

This study aims to determine the self-control of adolescent K-Pop fans. Phenomenological research design. Collecting data using interview, observation, and documentation studies. Checking the validity of the data through source triangulation, technical triangulation and time triangulation. Data analysis was carried out by reducing data, presenting data and drawing conclusions. The results showed that behavioral control was carried out by reducing the intensity of watching their idols through smartphones in the classroom and choosing not to open social media when there was a fanwar. Cognitive control is done by avoiding news platforms that often spread hoaxes and understanding the benefits of their penchant for K-Pop. Decision-making control is carried out by prioritizing personal needs, completing tasks first before watching their idols and choosing to buy K-Pop merchandise by saving or participating in giveaways on social media. Students who are fans of K-Pop define self-control as the ability to control, set boundaries and regulate behavior and feelings in life. The factors that influence the self-control of K-Pop fan students are scandals related to their idols and the occurrence of fan wars on social media. The self-control that K-Pop fan students have is able to help students control their behavior but still needs to be improved in several aspects. Counselors are expected to be able to provide services to students to improve self-control skills in their love of K-Pop.

**Keywords:** self control; K-Pop fans; students

### Abstrak

Penelitian bertujuan untuk mengetahui kontrol diri remaja penggemar K-Pop. Desain penelitian fenomenologi. Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Pengecekan keabsahan data melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik dan triangulasi waktu. Analisis data dilakukan dengan reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan kontrol perilaku dilakukan dengan mengurangi intensitas dalam menonton idolanya melalui *smartphone* di dalam kelas dan memilih tidak membuka media sosial ketika terjadi *fanwar*. Kontrol kognitif dilakukan dengan menghindari *platform* berita yang sering menyebarkan *hoax* dan memahami manfaat dari kegemarannya terhadap K-Pop. Kontrol pengambilan keputusan dilakukan dengan memprioritaskan kebutuhan diri, menyelesaikan tugas terlebih dahulu sebelum menonton idolanya dan memilih membeli *merchandise* K-Pop dengan menabung atau mengikuti *giveaway* di media sosial. Siswa penggemar K-Pop memaknai kontrol diri sebagai kemampuan untuk mengendalikan, membuat batasan dan mengatur perilaku dan perasaan dalam kehidupan. Faktor yang mempengaruhi kontrol diri siswa penggemar K-Pop yaitu adanya skandal terkait idolanya dan terjadinya *fanwar* di media sosial. Kontrol diri yang dimiliki siswa penggemar K-Pop mampu membantu siswa untuk mengendalikan perilakunya namun masih perlu untuk ditingkatkan dalam beberapa aspek. Konselor diharapkan mampu memberikan layanan bimbingan dan konseling pada siswa untuk meningkatkan kemampuan kontrol diri dalam kegemaran terhadap K-Pop.

**Kata kunci:** kontrol diri; penggemar K-Pop; siswa

## 1. Pendahuluan

Budaya atau lazimnya disebut kultur adalah salah satu faktor yang ikut berperan mempengaruhi manusia berpola perilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Demikian pula halnya di Indonesia, masyarakatnya sangat kental dipengaruhi oleh adat istiadat, tradisi, budaya leluhur hasil peninggalan nenek moyang beratus-ratus abad yang lalu. Dalam masyarakat, terdapat kelompok yang masih kental, patuh, taat terhadap tradisi leluhur, tetapi terdapat pula kelompok masyarakat yang sudah bergeser kepatuhannya atas tradisi kultur masa lalu, terutama dalam membimbing anak remaja saat ini. Kecenderungan pergeseran nilai terjadi akibat teknologi yang sudah semakin maju (Setiawan, 2017). Hal ini tentunya memudahkan masyarakat untuk memperoleh informasi terutama melalui media sosial dengan berbagai aplikasi.

Penyebaran budaya K-Pop dimulai sejak tahun 2000-an yang merebak di Asia Tenggara dan tidak ketinggalan Indonesia menjadi negara yang terkena dampak dari Korean Wave. Di Indonesia, fenomena *Korean Wave* dimulai sejak tahun 2002 setelah penayangan Piala Dunia Korea Selatan dan Jepang, pada saat itu Korea Selatan mempromosikan drama seri atau *K-Drama* melalui stasiun TV Indonesia (Putri et al., 2019). Dari merebaknya popularitas seri drama korea yang diputar di stasiun TV Indonesia yang mendapatkan tempat di hati para penonton Indonesia akhirnya, masyarakat Indonesia mulai mengenal Korea Selatan dan memiliki ketertarikan untuk mencari informasi terkait K-Pop.

*Korean Wave* tidak dapat dipungkiri saat ini menarik perhatian bagi seseorang yang menyukai musik, film, drama, fashion, serta gaya hidup yang terlihat luar biasa (Simbar, 2016). Penggemar dari demam Korea ini memiliki julukan yaitu "*K-Popers*". Penggemar K-Pop atau yang biasa disebut "*K-Popers*" mudah ditemui karena umumnya didominasi oleh para remaja yang masih duduk di bangku sekolah menengah. Siswa sekolah menengah termasuk dalam kategori remaja yang mulai masuk dalam masa peralihan atau transisi dari anak-anak menuju orang dewasa (Talan, 2018). Pada masa transisi tersebut terjadi perubahan yang mulai terlihat dari remaja. Perubahan yang paling signifikan dan terlihat yaitu perubahan tingkah laku remaja (Hurlock, 2011)

Wawancara awal peneliti dengan 3 siswa SMK yang menjadi penggemar K-Pop, salah satu subjek sebut saja A mengatakan bahwa "Saya sangat menyukai dan tergiila-gila dengan berbagai hal menyangkut Korea, mulai dari artisnya, drama, produk kecantikan, dan lain-lain". "Saya hampir setiap hari menonton drama dan video dari artis Korea yang saya sukai. Saya sangat menyukai *BTS* dan *Blackpink*. Setiap ada barang yang menyangkut dengan mereka saya harus membelinya", selanjutnya ia juga mengatakan "Jika saya melihat mereka saya biasanya sangat histeris, saya berteriak bahkan saya biasanya menangis karena sangat kagum pada mereka, saya juga tidak tau mengapa saya seperti itu". Industri Korea mewarnai kehidupan masyarakat di berbagai belahan dunia dan mempengaruhi berbagai kalangan mulai dari anak kecil hingga orang dewasa (Simbar, 2016). Di dukung dengan hasil observasi di salah satu sekolah, peneliti mengamati para siswa di kelas menonton idolanya dengan perilaku histeris. Hal ini menunjukkan salah satu yang perlu diperhatikan adalah kemampuan kontrol diri dari para penggemar K-Pop.

Kontrol diri (*self control*) merupakan sebuah kemampuan untuk mengendalikan perilaku atau tingkah laku individu dalam kehidupan sehari-hari. Kontrol diri akan mempengaruhi individu dalam berperilaku karena dengan kemampuan kontrol diri individu

akan memiliki kendali dalam menentukan perilaku yang ditimbulkan. Dalam menjalani kehidupan individu diharapkan memiliki kemampuan dalam membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilaku yang lebih positif dan dapat menjadi potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan dalam menghadapi kondisi di lingkungan sekitar (Marsela & Supriatna, 2019). Menurut Averill (dalam Priambodho, 2015) terdapat aspek-aspek kontrol diri yang digunakan untuk mengukur atau mengetahui kontrol diri yang dimiliki individu yaitu, (1) kontrol perilaku merupakan aspek yang digunakan untuk mengetahui kontrol diri yang dimiliki oleh individu dari perilaku yang ditampilkan, (2) kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam memproses dan memilah informasi yang tidak sesuai melalui proses berpikir, (3) kontrol pengambilan keputusan merupakan kemampuan mengontrol perilaku sesuai dengan keyakinan dalam diri individu tersebut.

Sehubungan dengan hal tersebut, terdapat penelitian terkait kontrol diri remaja yang menjadi penggemar K-Pop. Dari hasil penelitian Etikasari (2018) menyatakan bahwa remaja penggemar K-Pop di Yogyakarta sering mencari berita tentang idolanya, download video/lagu, menonton drama Korea, membeli barang yang berhubungan dengan K-Pop serta mengikuti perkumpulan sesama fans K-Pop. Remaja penggemar K-Pop tersebut lebih mementingkan K-Pop dibandingkan dengan urusan lain serta sering bertindak tidak disiplin dalam belajar dan mengabaikan keselamatan ketika menghadiri acara K-Pop hingga larut malam. Selanjutnya hasil penelitian dari Fitriana (2019) menyatakan bahwa kontrol diri mempengaruhi pemujaan penggemar K-Pop terhadap idolanya, kontrol diri yang rendah membuat penggemar K-Pop sulit untuk mengendalikan dirinya, begitupun sebaliknya. Kurangnya kemampuan dalam mengontrol diri berdampak pada kehidupan sehari-hari remaja penggemar K-Pop akibat terlalu berlebihan dalam mempersirkan dirinya ke dalam dunia K-Pop.

Bimbingan dan konseling memiliki upaya untuk memfasilitasi individu sehingga mampu mencapai tugas perkembangan kemandirian dalam bentuk kemampuan untuk mengendalikan, memahami, menerima, mengarahkan serta merealisasikan dirinya secara bertanggung jawab (Ramli, dkk, 2017). Setiap individu yang memiliki kemampuan kontrol diri akan menunjukkan perilaku positif dan bertanggung jawab dalam menjalani kehidupannya. Dengan adanya kontrol diri yang tinggi, perilaku yang dimunculkan tidak akan mengalami penyimpangan karena sudah dipikirkan terlebih dahulu baik dan buruknya. Dalam hal ini konselor memiliki peran untuk membantu terwujudnya perkembangan pribadi, sosial, belajar dan karir pada siswa (POP BK SMK, 2016). Kemampuan kontrol diri termasuk dalam bidang pribadi yang memiliki peran untuk mengendalikan perilaku siswa yang memiliki kegemaran pada K-Pop. Sehingga konselor dibutuhkan untuk membantu siswa mencapai salah satu tugas perkembangan yaitu mengenal sistem etika dan nilai-nilai bagi pedoman hidupnya. Bimbingan dan konseling memiliki kewajiban dalam memberikan layanan yang terintegrasi dengan program pengembangan semua aspek hidup siswa salah satunya dalam bidang pribadi (POP BK SMK, 2016). Tercapainya kontrol diri yang stabil selaras dengan upaya bimbingan dan konseling untuk membantu siswa mencapai pribadi yang mampu mengendalikan dirinya sendiri.

Dapat disimpulkan bahwa siswa penggemar K-Pop memiliki kemampuan kontrol diri yang berbeda-beda. Kontrol diri merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan dan perlu diterapkan dalam diri individu khususnya remaja. Permasalahan terkait kontrol diri remaja penggemar K-Pop menjadi hal yang penting dan menarik untuk dibahas karena tidak dapat dipungkiri saat ini budaya K-Pop sangat mempengaruhi para remaja dalam berperilaku.

Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk kontrol diri remaja penggemar K-Pop, menelaah pemaknaan kontrol diri remaja penggemar K-Pop serta faktor yang mempengaruhi kontrol diri remaja.

## 2. Metode

Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif yang dilakukan yaitu dengan mendalami suatu gejala atau fenomena yang terjadi pada kehidupan siswa SMK sebagai penggemar K-Pop dalam mengontrol diri. Jenis penelitian yang digunakan adalah studi fenomenologi. Studi fenomenologi merupakan jenis penelitian yang digunakan untuk mengungkap sebuah fenomena yang terjadi dalam kehidupan masyarakat dari pengalaman kehidupan individu yang bersangkutan (Hamid, 2010).

Kehadiran peneliti yaitu sebagai instrumen utama yang secara langsung mengumpulkan data di lapangan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Proses wawancara dilakukan dengan berkomunikasi pada subjek melalui tanya-jawab. Observasi yang digunakan yaitu non partisipan serta secara terus terang, yaitu peneliti melakukan pengamatan secara langsung dan diketahui oleh subjek, namun peneliti tidak aktif dan ikut serta secara langsung. Studi dokumentasi digunakan sebagai data pendukung untuk mengumpulkan berbagai dokumen subjek yang berkaitan dengan kegemarannya terhadap K-Pop seperti foto yang berkaitan dengan kegemarannya.

Subjek dalam penelitian ini diambil melalui *purposive sampling* dan *snow ball sampling*. Proses penentuan subjek yang dilakukan yaitu dengan menentukan penggemar K-Pop sebagai kriteria utama pada subjek. Setelah ditemukan satu subjek yang sesuai kriteria, penentuan subjek selanjutnya dilakukan dengan menanyakan subjek pertama yang memiliki hubungan dan keterkaitan dengan orang lain yang mengetahui informasi yang sama terkait topik penelitian. Subjek 1, SY saat ini berusia 17 tahun. Saat ini ia merupakan siswa di kelas XI AKL 3. SY menyukai K-Pop sejak berada di kelas VII SMP. Subjek 2, VS saat ini berusia 17 tahun. Saat ini ia merupakan siswa di kelas XI AKL 3. VS merupakan salah satu remaja yang sudah menyukai K-Pop sejak SMP. Subjek 3, YL saat ini berusia 17 tahun. Saat ini ia merupakan siswa di kelas XI AKL 3. YL sudah menyukai K-Pop sejak duduk di bangku SD.

Adapun data pendukung dalam penelitian diperoleh dari *key informan*. *Key informan* merupakan sumber data yang memberikan informasi tambahan mengenai subjek. Dalam penelitian ini, teman dekat subjek berperan menjadi *key informan*.

Metode analisis data yang dilakukan yaitu reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*display data*) dan penarikan kesimpulan (*conclusion*). Peneliti membuat tabel analisis berisi fokus penelitian beserta hasil reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/temuan penelitian berdasarkan hasil wawancara dan hasil observasi terhadap subjek dan sumber data lain yaitu teman dekat subjek. Pengecekan keabsahan temuan melalui triangulasi data. Triangulasi yang digunakan di antaranya triangulasi sumber, triangulasi teknik dan triangulasi waktu.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian terkait kontrol diri remaja penggemar K-Pop menunjukkan bahwa terdapat kontrol diri yang dilakukan oleh siswa penggemar K-Pop meliputi kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol pengambilan keputusan. Siswa penggemar K-Pop memiliki

pemakaian terkait kontrol diri serta kontrol diri siswa penggemar K-Pop juga dipengaruhi oleh beberapa faktor.

### 3.1. Bentuk Kontrol Diri Remaja Penggemar K-Pop

Kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengendalikan diri dalam kehidupan. Terdapat bentuk-bentuk kontrol diri meliputi kontrol perilaku yang digunakan untuk mengetahui kemampuan individu dalam mengontrol perilaku, kontrol kognitif yaitu aspek yang digunakan untuk mengendalikan diri melalui cara berpikir serta kontrol pengambilan keputusan yaitu kemampuan mengontrol perilaku sesuai dengan keyakinan yang dimiliki oleh individu.

#### 3.1.1. Kontrol Perilaku

Kontrol perilaku yang dilakukan oleh ketiga siswa penggemar K-Pop yaitu dengan mengurangi intensitas menonton idolanya melalui *smartphone* terutama di dalam kelas untuk menghindari perilaku histeris dan berteriak-teriak yang dapat mengganggu orang disekitarnya. Selanjutnya, ketiga subjek juga menjelaskan bahwa mereka memilih untuk tidak membuka media sosial ketika terjadi *fanwar* (perseteruan antar fans K-Pop) agar menghindari dirinya ikut dalam *fanwar* tersebut. Ketiga subjek menjelaskan bahwa mereka mulai mengurangi intensitas menonton idolanya melalui *smartphone* di dalam kelas agar tidak mengganggu orang di sekitarnya. Ketiga subjek juga menjelaskan ketika terjadi *fanwar* mereka menghindari untuk tidak membuka media sosial. *“Aku mulai berusaha untuk ngurangin nonton di dalam kelas karena aku bisa sampe yg berteriak-teriak saking gregetnya”* (WW/VS/25-11-2022). *“Kalau ada fanwar aku lebih ngehindarin jadi gak buka twitter dulu takut terbawa emosi soalnya aku termasuk orang yang gak bisa nahan emosi juga”* (WW/YL/29-11-2021).

Namun, siswa penggemar K-Pop masih kesulitan untuk mengendalikan perilakunya ketika menonton dan melihat idolanya. Perilaku yang dimunculkan yaitu perilaku histeris dan berteriak-teriak. Ketiga subjek menjelaskan bahwa setiap kali menonton idolanya melalui *smartphone* di dalam kelas mereka menunjukkan perilaku histeris. Seperti yang disampaikan SY saat wawancara *“Aku biasa histeris apalagi kalau Chanyeol yang muncul itu aku degdegan banget aku juga gatau kenapa aku seperti itu.”*(WW/SY/22-11-2021). Ketiga subjek juga menjelaskan bahwa mereka memiliki kebiasaan menonton idolanya hingga larut malam sehingga para siswa mengantuk di sekolah dan kesulitan fokus dalam pelajaran. *“Aku nonton mereka itu sebelum tidur, nah itu keterusan sampai larut malam banget jadi ngantuk akhirnya di sekolah buat belajar itu kadang gak fokus”* (WW/YL/29-11-2021)

Salah satu aspek kontrol perilaku menurut Averill (dalam Priambodho, 2015) kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*) merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus dapat menimbulkan perilaku yang tidak diinginkan muncul. Siswa penggemar K-Pop mulai menyadari untuk mengurangi intensitasnya menonton di dalam kelas untuk menghindari perilaku histeris dan berteriak-teriak, selain itu siswa penggemar K-Pop mencoba untuk menghindari media sosial ketika terjadi *fanwar* yang terjadi antar fans K-Pop agar tidak terpancing ikut dalam *fanwar* tersebut. Dapat dikatakan bahwa siswa penggemar K-Pop sudah mulai memiliki kemampuan untuk memodifikasi stimulus dalam kontrol perilakunya. Namun, siswa penggemar K-Pop masih sulit untuk mengurangi intensitasnya dalam menonton idolanya ketika di rumah yang mengakibatkan

siswa tidur larut malam sehingga mengantuk di sekolah dan kesulitan fokus dalam pelajaran. Maka kemampuan untuk mengontrol perilaku yang dimiliki oleh siswa penggemar K-Pop masih perlu untuk ditingkatkan. Hal ini selaras dengan yang dikemukakan oleh Jenkis (dalam Zahra, 2019) bahwa seorang penggemar akan merasa memiliki keterikatan erat dengan idolanya dengan menunjukkan sikap ingin selalu terlibat dalam kegiatan idolanya.

Kontrol perilaku yang dilakukan oleh siswa penggemar K-Pop termasuk dalam kemampuan dalam memodifikasi stimulus dengan mengurangi intensitas menonton idolanya di dalam kelas serta menghindari media sosial ketika terjadi *fanwar*. Hal tersebut dilakukan oleh para penggemar K-Pop untuk meminimalisir perilaku histeris yang sering dimunculkan ketika melihat idolanya. Namun, kontrol perilaku yang dimiliki oleh siswa penggemar K-Pop masih perlu untuk ditingkatkan sehingga para siswa mampu untuk mengurangi perilaku histerisnya ketika menonton idolanya yang dapat mengganggu orang di sekitarnya dan mampu mengurangi kebiasaan menonton hingga larut malam sehingga tidak berdampak pada kegiatan belajarnya di sekolah.

Perilaku histeris yang berlebihan ketika menonton idolanya melalui *smartphone* di dalam kelas dan sulit untuk mengurangi kebiasaan menonton idolanya di *smartphone* hingga larut malam sehingga mengantuk di sekolah dan kesulitan fokus dalam pelajaran menunjukkan masih rendahnya kontrol perilaku siswa penggemar K-Pop. Walaupun sudah terdapat kontrol perilaku yang dilakukan oleh siswa, tentunya kontrol perilaku tersebut masih perlu untuk ditingkatkan. Sehingga konselor dibutuhkan untuk membantu siswa dalam mencapai kontrol perilaku yang baik.

Kontrol diri termasuk dalam ranah pribadi, dan dampaknya dapat mempengaruhi kehidupan sosial para siswa. Konselor memiliki upaya untuk mengembangkan kontrol diri siswa (Sinaga, 2018). Dalam hal ini konselor berperan untuk memberikan bantuan melalui bimbingan kelompok untuk membantu siswa dalam mengurangi perilaku histerisnya ketika menonton idolanya melalui *smartphone* di kelas serta meningkatkan kontrol diri pada diri siswa. Konselor dapat menggunakan bimbingan kelompok untuk membantu meningkatkan kontrol diri pada siswa (Julianti, 2017).

Selanjutnya konselor dapat memberikan layanan responsif yaitu konseling behavioristik yang berfokus pada perilaku individu untuk membantu siswa penggemar K-Pop yang memiliki masalah kebiasaan tidur larut malam karena menonton idolanya di *smartphone* sehingga kesulitan untuk fokus ketika belajar di sekolah. Layanan responsif merupakan proses pemberian bantuan kepada siswa yang memiliki masalah dan membutuhkan penanganan segera (POP BK SMK, 2016). Sehingga diharapkan para siswa penggemar K-Pop mampu lebih meningkatkan kontrol diri khususnya dalam mengontrol perilaku.

### 3.1.2. Kontrol Kognitif

Kontrol kognitif yang dilakukan siswa penggemar K-Pop yaitu mulai memilih informasi berdasarkan sumber yang terpercaya dengan menunggu konfirmasi dari agensi idolanya. SY menjelaskan. Ketiga subjek menjelaskan bahwa mereka mengetahui *platform* berita yang sering menyebarkan *hoax* dan memilih untuk tidak mengikuti *platform* berita tersebut "*aku tunggu dulu konfirmasi dari artisnya sendiri. Takutnya kalau aku cepat percaya, bisa jadi berita*

*itu kan hoax*” (WW/SY/22-11-2021). “Ada platform berita yang aku hindarin allkpop sama dispatch.” (WW/VS/26-11-2021).

Siswa penggemar K-Pop memiliki penilaian positif dari kegemarannya pada K-Pop yaitu sebagai motivasi dan panutan dalam kehidupan mereka untuk bisa menjadi seorang yang sukses suatu saat nanti. Ketiga subjek memiliki penilaian positif bahwa idola K-Pop para siswa tersebut dapat meningkatkan *mood* para siswa ketika jenuh dalam belajar. “Nonton video-video mereka menurut aku itu bisa mengembalikan mood atau semangat aku” (WW/SY/22-11-2021).

Sebagai penggemar K-Pop para siswa mulai memilah informasi yang diperoleh dari platform berita di media sosial. Kontrol kognitif yang dimiliki oleh siswa penggemar K-Pop masuk dalam aspek kemampuan dalam memperoleh informasi sesuai yang dinyatakan oleh Averill (dalam Priambodho, 2015) bahwa kemampuan memperoleh informasi merupakan kondisi individu dalam memperoleh informasi yang tidak menyenangkan dan menghindarinya sehingga individu tersebut dapat mengantisipasi terjadinya keadaan yang tidak diinginkan. Proses individu dalam melakukan penerimaan atau penolakan terhadap suatu informasi atau berita yang diperoleh tergantung dari kontrol diri yang dimiliki oleh remaja tersebut (Arlyanti, 2012). Para siswa penggemar K-Pop memilih untuk menunggu konfirmasi dari agensi setiap idolanya karena informasi yang disiarkan oleh agensi idolanya dapat dipercaya oleh mereka.

K-Pop memberikan sisi positif pada remaja yaitu meningkatnya aktualisasi diri dan pengembangan diri remaja (Mahmudah, 2015). Dalam aspek kontrol kognitif penjelasan tersebut masuk dalam aspek kemampuan melakukan penilaian. Menurut Averill (dalam Priambodho, 2015) kemampuan melakukan penilaian merupakan kemampuan individu untuk menilai serta menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi-segi positifnya. Siswa penggemar K-Pop memiliki kemampuan untuk menilai adanya dampak positif yang diberikan dari kegemarannya terhadap K-Pop. Mereka mampu untuk menafsirkan dampak positif yang mereka peroleh selama menjadi seorang penggemar K-Pop.

Dalam hal ini siswa penggemar K-Pop sudah memiliki kemampuan untuk memilih informasi dengan menghindari platform berita yang sering menyebarkan *hoax* serta memiliki kemampuan untuk menafsirkan kegemarannya dengan memperhatikan segi-segi positifnya. Bimbingan dan konseling memiliki peran mengarahkan siswa untuk berpikir dan bersikap positif (Nirwana, dkk, 2018). Maka dari itu, konselor memiliki peran untuk memberikan layanan bimbingan kepada siswa penggemar K-Pop agar dapat mempertahankan dan mengembangkan kemampuan kontrol kognitif yang telah dilakukan oleh para siswa penggemar K-Pop. Sehingga siswa penggemar K-Pop mampu mempertahankan kontrol kognitif yang telah dilakukan.

### **3.1.3. Kontrol Pengambilan Keputusan**

Kontrol pengambilan keputusan yang dilakukan oleh siswa penggemar K-Pop yaitu dengan memprioritaskan kebutuhan diri terlebih dahulu. Jika memiliki keinginan siswa penggemar K-Pop memilih untuk menabung dan mengikuti *giveaway* di media sosial sehingga tidak membebani orang tua dan orang lain untuk mengikuti keinginannya. Ketiga subjek menjelaskan bahwa mereka lebih memprioritaskan kebutuhan dirinya dan memilih untuk menabung atau mengikuti *giveaway* di media sosial ketika memiliki keinginan untuk membeli barang K-Pop. “Aku prioritaskan untuk beli kebutuhan dulu bu, kalau kebutuhan terpenuhi kan

*nggak pusing. Jadi kalau ada keinginan buat beli album K-Pop aku nabung dulu” (WW/SY/22-11-2021). “Aku pernah ikut giveaway 2x.” (WW/VS/25/11/2021)*

Selain itu, siswa penggemar K-Pop memprioritaskan untuk mengerjakan tugas terlebih dahulu dan menyelesaikan semuanya sebelum menonton idolanya. Namun, ketika dihadapkan dengan pilihan mengikuti kegiatan sekolah atau acara K-Pop, siswa penggemar K-Pop memiliki keinginan yang lebih besar untuk mengikuti acara K-Pop di luar sekolah. Ketiga subjek menjelaskan bahwa mereka mendahulukan untuk mengerjakan tugas, namun ketika ada acara K-Pop yang bertepatan dengan kegiatan di sekolah, mereka memilih untuk ikut kegiatan di sekolah. *“Aku mending ngerjakan tugas dulu, kalau nonton bisa setelah ngerjakan tugas.” (WW/YL/29-11-2021). “Aku lebih milih ikut acara K-Pop itu” (WW/SY/20-12-2021)*

Siswa penggemar K-Pop memprioritaskan kebutuhan dirinya terlebih dahulu sebelum memenuhi keinginannya untuk membeli *merchandise* idolanya. Siswa penggemar K-Pop juga memilih untuk mengerjakan tugas sekolah sebelum menonton idolanya. Sebagaimana diketahui kebutuhan diri merupakan prioritas utama yang perlu untuk dipenuhi sebelum memenuhi keinginan. Siswa penggemar K-Pop juga memilih untuk menabung atau mengikuti *giveaway* jika memiliki keinginan untuk membeli *merchandise* K-Pop. Berdasarkan penjelasan tersebut, Averill (dalam Priambodho, 2015) menyatakan bahwa kontrol pengambilan keputusan merupakan kemampuan individu untuk mengontrol perilaku sesuai dengan keyakinan dalam diri individu tersebut. Dengan mengetahui bahwa kebutuhan diri merupakan hal yang lebih penting untuk diprioritaskan, siswa penggemar K-Pop memilih untuk menabung atau mengikuti *giveaway* di media sosial apabila memiliki keinginan untuk mengoleksi album ataupun barang-barang idolanya. Sehingga mereka tidak membebani orang lain untuk meminjam uang atau membelikan mereka barang yang mereka inginkan tersebut.

Namun siswa penggemar K-Pop masih sulit untuk memutuskan pilihan antara kegiatan sekolah dan acara K-Pop. Hal ini tidak dapat diwajari karena mereka memiliki kewajiban sebagai siswa untuk bersekolah. Penjelasan tersebut selaras dengan tugas perkembangan remaja yang dikemukakan oleh Kraig (dalam Soetjiningsih, 2007) bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu kebebasan dan ketergantungan, pada fase ini siswa SMK yang termasuk remaja pertengahan mulai mengalami kelonggaran ikatan dengan orang tuanya sehingga mereka mulai penasaran dan memilih untuk menghabiskan waktu pada hal-hal yang mereka sukai. Sikap disiplin yang merupakan salah satu komponen kontrol diri belum nampak ditunjukkan oleh siswa, sehingga untuk melewati tugas perkembangan ini siswa membutuhkan perhatian khusus dari orang tua dan guru di sekolah.

Siswa penggemar K-Pop memiliki kemampuan untuk memprioritaskan kebutuhan dirinya, memilih untuk menyelesaikan tugas sekolah sebelum menonton idolanya serta memilih untuk menabung dan mengikuti *giveaway* di media sosial. Namun, kontrol pengambilan keputusan siswa penggemar K-Pop masih perlu untuk ditingkatkan karena siswa penggemar K-Pop masih sulit untuk mengambil keputusan ketika dihadapkan dengan pilihan antara mengikuti kegiatan di sekolah dengan acara K-Pop yang bertepatan, karena dengan kemampuan pengambilan keputusan yang baik individu akan mampu untuk memilih perilaku yang sesuai untuk dimunculkan dalam lingkungannya.

Siswa penggemar K-Pop lebih memilih untuk mengikuti acara K-Pop dibandingkan mengikuti kegiatan di sekolah. Dampaknya para siswa tidak mengikuti pelajaran di sekolah. Hal tersebut menjadi sebuah masalah yang menunjukkan bahwa masih rendahnya kontrol

pengambilan keputusan yang dimiliki para siswa. Sehingga upaya yang dapat dilakukan oleh konselor yaitu dengan memberikan layanan konseling kepada siswa penggemar K-Pop.

Konselor sekolah memiliki peranan untuk membantu siswa menaati peraturan sekolah dan memberikan pandangan-pandangan positif pada pengambilan keputusannya (Sinaga, 2018). Dalam hal ini, konselor berperan untuk membantu siswa mencapai kemandirian dalam proses pengambilan keputusan dan mengembangkan sikap disiplin yang merupakan salah satu komponen kontrol diri. Layanan responsif yaitu konseling dapat diberikan untuk membantu siswa penggemar K-Pop memprioritaskan kewajibannya sebagai siswa di sekolah. Sesuai dengan tujuan layanan responsif yaitu sebagai layanan pencegahan untuk membantu siswa yang memiliki kesulitan memutuskan pilihan dengan bijaksana (POP BK, 2016). Sehingga siswa penggemar K-Pop mampu meningkatkan kemampuan kontrol pengambilan keputusan pada dirinya.

### **3.2. Pemaknaan Kontrol Diri Remaja Penggemar K-Pop**

Siswa penggemar K-Pop memiliki pemaknaan terhadap kontrol diri. Ketiga subjek menjelaskan bahwa kontrol diri sebagai kemampuan atau cara dalam mengendalikan, membatasi diri dalam bertindak dan berpikir dalam kehidupan sehari-hari karena dalam kegemaran pada K-Pop terkadang muncul perilaku-perilaku yang berlebihan dan merugikan diri sendiri. Ketiga subjek juga menjelaskan bahwa kemampuan kontrol diri ini masih berusaha mereka pelajari dengan mulai mengenali dan mengatur diri mereka sendiri karena masih ada perilaku histeris, pikiran serta emosi yang sulit dikendalikan oleh mereka. *“Kontrol diri itu kemampuan dalam mengontrol atau mengendalikan diri agar bisa membatasi perilaku atau mengatur tindakan kita dalam kehidupan sehari-hari.”* (WW/VS/26-11-2021). *“Aku masih belajar untuk mengontrol diri aku dalam kehidupan sehari-hari karena kadang aku sudah membuat batasan untuk menonton mereka maksimal 1 jam, tapi karena terlalu seru akhirnya keterusan untuk nonton”* (WW/YL/30-11-2021)

Siswa penggemar K-Pop memaknai kontrol diri sebagai kemampuan untuk menahan, mengendalikan, membatasi diri dalam bertindak dan berpikir dalam kehidupan sehari-hari. Pemahaman akan kemampuan kontrol diri tersebut sependapat dengan Averill (dalam Priambodho, 2015) kontrol diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengendalikan perilaku dalam proses mengelola informasi sesuai dengan yang diyakini. Sejalan dengan pendapat tersebut menurut Chaplin (dalam Fitriana, 2019) kontrol diri merupakan suatu proses mengelola perilaku individu secara mandiri, kemampuan dalam meminimalisir perilaku impulsif pada individu. Pendapat tersebut mempertegas bahwa siswa penggemar K-Pop memiliki pemahaman terkait kemampuan kontrol diri yang benar.

Siswa penggemar K-Pop memiliki pemaknaan terhadap kontrol diri sebagai kemampuan dalam mengendalikan perilaku secara mandiri. Namun, para siswa masih berusaha untuk menerapkan kontrol diri dalam dirinya. Sehingga dibutuhkan upaya konselor untuk membantu siswa konsisten dalam menerapkan kontrol diri dalam aktivitasnya sebagai penggemar K-Pop.

Saat ini para siswa penggemar K-Pop sedang memasuki fase remaja pertengahan dan masih berusaha untuk meningkatkan kontrol diri yang dimiliki pada beberapa aspek karena masih dalam proses untuk mengenali dan memahami diri masing-masing. Menurut Erikson (dalam Soetjiningsih, 2007) remaja mulai memasuki tahap perkembangan pembentukan

identitas diri dengan mempertanyakan terkait dirinya, dan bagaimana perannya dalam kehidupan. Pada fase ini, remaja mulai merasa kebingungan pada diri sendiri sehingga memunculkan perilaku yang 'labil' atau berubah-ubah. Hal ini wajar terjadi pada tahap perkembangan remaja, namun tetap harus mendapatkan kontrol dari diri sendiri. Sehingga hal tersebut mempengaruhi kemampuan siswa penggemar K-Pop dalam mengontrol diri.

Dalam hal ini, konselor memiliki peranan untuk membantu siswa penggemar K-Pop dalam melewati tugas perkembangannya melalui layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok merupakan salah satu layanan yang dapat diberikan untuk membantu siswa dalam menuntaskan tugas perkembangan dengan baik (Ramadhani, 2019). Melalui bimbingan kelompok, setiap siswa akan belajar bersama dan saling membantu memahami dirinya. Dengan tercapainya tugas perkembangan tersebut, siswa penggemar K-Pop akan menunjukkan perilaku yang lebih konsisten dalam mengontrol dirinya.

### 3.3. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri Remaja Penggemar K-Pop

Faktor penyebab yang mempengaruhi kontrol diri siswa penggemar K-Pop yaitu adanya berita skandal dan *fanwar* di media sosial terkait idolanya yang memberikan pengaruh pada perasaan emosi, kecewa dan perilaku kesal, marah, sedih. "*Kalau ada skandal idola ku kadang bikin sedih atau*" (WW/SY/23-11-2021). "*Pas liat idola kan itu kadang kelepasan bisa histeris banget, kalo ada fanwar yang bawa-bawa idolaku kadang aku kesulitan untuk nggak emosi.*" (WW/VS/26-11-2021). "*Nangis sering pas liat mereka, apalagi pas mereka cerita tentang perjuangan mereka.*" (WW/YL/29-11-2021).

Faktor psikologis menjadi salah satu pengaruh yang mempengaruhi kontrol diri individu. Psikologis yang dimiliki oleh siswa penggemar K-Pop masih belum stabil disebabkan oleh kegemaran pada K-Pop meliputi perasaan dan perilaku kesal, marah, sedih, kecewa dan menangis ketika melihat atau mendengar skandal idolanya, ketika terjadi *fanwar* di media sosial dan ketika melihat perjuangan idolanya. Sesuai dengan penjelasan tersebut menurut Ghufroon & Risnawati (dalam Harahap, 2017) bahwa faktor psikologi atau pengaruh emosi memiliki kekuatan untuk mengendalikan ego individu dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut ditunjukkan dengan para siswa penggemar K-Pop yang masih belum mampu untuk menahan diri agar bersikap sewajarnya ketika dihadapkan dengan hal-hal yang menyangkut dengan kegemarannya.

Psikologis merupakan faktor yang mempengaruhi kontrol diri yang dimiliki oleh siswa penggemar K-Pop. Adanya skandal dan *fanwar* terkait idolanya mempengaruhi emosi yang dimiliki oleh siswa penggemar K-Pop dan berdampak pada perasaan dan perilaku yang masih sulit dikendalikan oleh para siswa. Sehingga hal tersebut memerlukan upaya dari konselor untuk membantu siswa mengendalikan emosinya.

Konselor memiliki peranan untuk mengembangkan kematangan emosi siswa sesuai dengan kepribadian siswa (Sofi, 2017). Dalam hal ini, konselor memerlukan keterampilan untuk mengembangkan materi mengenai kematangan emosi yang berhubungan dengan kontrol diri sesuai dengan karakteristik siswa untuk membantu siswa dalam mengontrol emosi akibat adanya skandal dan *fanwar* terkait idolanya. Materi tersebut dapat diberikan kepada siswa melalui pemberian layanan bimbingan kelompok agar tercapai kematangan emosi pada siswa penggemar K-Pop.

#### 4. Simpulan

Siswa penggemar K-Pop di SMK sudah mampu melakukan kontrol diri terhadap aktivitasnya sebagai penggemar K-Pop. Kontrol perilaku dilakukan dengan memodifikasi stimulus. Selanjutnya, siswa penggemar K-Pop memiliki kontrol kognitif dengan memilih informasi yang baik dan memiliki penilaian positif pada aktivitasnya sebagai penggemar K-Pop. Kontrol pengambilan keputusan ditunjukkan dengan kemampuan memprioritaskan kebutuhan sesuai dengan keyakinan diri. Siswa penggemar K-Pop memaknai kontrol diri dalam aktivitasnya sebagai penggemar K-Pop sebagai cara untuk mengendalikan perilaku, pikiran dan perasaan dalam kehidupan sehari-hari. Faktor penyebab yang mempengaruhi kontrol diri siswa penggemar K-Pop yaitu adanya skandal terkait idolanya dan terjadinya *fanwar* di media sosial yang mempengaruhi perasaan dan perilaku para siswa.

Walaupun kemampuan kontrol diri yang dimiliki oleh siswa penggemar K-Pop sudah mulai muncul, namun kemampuan kontrol diri tersebut masih perlu untuk ditingkatkan karena dalam beberapa aspek siswa penggemar K-Pop masih sulit untuk mengontrol dirinya. Dalam hal ini peran bimbingan dan konseling di sekolah dibutuhkan untuk memberikan bantuan pada siswa. Bantuan yang dapat diberikan melalui layanan bimbingan kelompok untuk mengurangi perilaku histeris siswa penggemar K-Pop ketika menonton idolanya melalui *smartphone* di dalam kelas dan konsisten dalam mempertahankan kontrol kognitif yang telah dilakukan. Selanjutnya, layanan konseling diberikan kepada siswa untuk menghilangkan kebiasaan tidur larut malam karena menonton idolanya di *smartphone* mengakibatkan ketika di sekolah siswa mengantuk dan tidak fokus dalam belajar, layanan konseling juga diberikan untuk membantu siswa memprioritaskan kewajibannya di sekolah dibandingkan acara K-Pop. Sehingga dapat tercapai pribadi yang memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri pada aktivitas siswa sebagai penggemar K-Pop.

#### Daftar Rujukan

- Arlyanti, R. (2012). Hubungan antara kontrol diri dengan sikap terhadap perilaku seksual pada remaja karang taruna. Naskah Publikasi Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Batubara, J. R. (2016). *Adolescent Development (Perkembangan Remaja)*. Sari Pediatri, 12(1), 21. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>
- B. Hurlock Elizabet, (2015), *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Etikasari, Y. (2018). *Kontrol Diri Remaja Penggemar K-Pop (K-Popers)(Studi pada Penggemar K-pop di Yogyakarta)*. Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling, 4(3), 190-202.
- Fitriana, M. (2019). *Hubungan Kontrol Diri dengan Pemujaan terhadap Idola pada Remaja Penggemar K-Pop di Kota Samarinda*. Psikoborneo, 7(3), 579-591. [ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id](http://ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id)
- Hamid, F. (2018). *Pendekatan Fenomenologi (Suatu Ranah Penelitian Kualitatif)*. Pendekatan Fenomenologi.
- Harahap, J. Y. (2017). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan*. Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling, 3(2), 131. <https://doi.org/10.22373/je.v3i2.3091>
- Julianti, A. (2017). *Penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan self control dalam mengurangi perilaku agresif siswa kelas vii-9 di mts al-jam'iyatul washliyah tembung (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara)*.
- Kominfo. (2019). *Perkembangan Ekonomi Digital di Indonesia*. Jakarta: Puslitbang Aptika IKP.
- Mahmudah, I. (2015). *Dampak budaya Korean pop terhadap penggemar dalam perspektif keberfungsian sosial (studi kasus penggemar Korean pop EXO 124 pada komunitas maupun non komunitas di Yogyakarta)*. Skripsi. Ilmu Kesejahteraan Sosial UIN Kalijaga Yogyakarta.
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). *Kontrol Diri : Definisi dan Faktor*. Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, & Research, Vol 3 (2), 65-69.

- Nirwana, N., Asrori, M., & Wicaksono, L. (2018). *Layanan Bimbingan Kelompok Tentang Berpikir Positif Siswa Kelas Xi Madrasah Aliyah Khulafaur Rasyidin Sungai Raya*. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa, 7(5).  
<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/download/25666/75676576752>.
- Priambodho. (2015). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Intensi Penyimpangan Perilaku Organisasi Pada Anggota Organisasi Menembak di Kota Salatiga*. Skripsi.  
<http://repository.uksw.edu/handle/123456789/8589>
- POP BK. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Kejuruan (SMK)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Putri, I. P., Liany, F. D. P., & Nuraeni, R. (2019). *K-Drama dan Penyebaran Korean Wave di Indonesia*. ProTVF, 3(1), 68. <https://doi.org/10.24198/ptvf.v3i1.20940>
- Ramadhani. (2019). *Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Pencapaian Tugas-Tugas Perkembangan Remaja Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Smk Negeri 1 Pantai Cermin*.  
<http://repository.uinsu.ac.id/8083/1/Skripsi%20FIX.pdf>
- Ramli, M., & Flurentin, Nur Hidayah Elia Zen, Ella Fariddati Hambali, B. B. L. I. (2017). Bab I *Esensi Bimbingan Dan Konseling Pada Satuan Jalur, Jenis, Dan Jenjang Pendidikan*. Sumber Belajar Penunjang Plpg 2017 Mata Pelajaran/Paket Keahlian Bimbingan Dan Konseling, 1–37.
- Setiawan, W. (2017). *Era Digital dan Tantangannya*. <https://core.ac.uk/download/pdf/87779963.pdf>
- Simbar, F. K. (2016). *Konsumsi Budaya Korea Pada Anak Muda Di Kota Manado*. Jurnal Holistik, 10(18).  
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/holistik/article/view/14226>
- Sinaga, I. A. W. (2018). *Peran Guru BK dalam Mengembangkan Self Control Siswa Di MTs Alwasliyah Bandar Khalifah Kabupaten Serdang Bedagai*. Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
- Soetjningsih. (2007). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sofi. (2017). *Peranan Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengembangkankematangan Emosi Siswa Kelas Xi Sma Pgri 1 Kasihan Tahun Ajaran 2016/2017*.  
<http://repository.upy.ac.id/1724/1/ARTIKEL%20SOFI.pdf>.
- Talan, Christa Brigita. (2018). *Studi Deskriptif Kecemasan Matematika Siswa Kelas X Ipa Di Sma Negeri 1 Jetis*. Skripsi thesis, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Tartila. (2014). *Fanatisme Fans K-Pop Dalam Blog Netizenbuzz*. Skripsi: Universitas Airlangga.  
<https://repository.unair.ac.id/16579/>
- Zahra, S. (2019). *Penggemar Budaya K-pop (Studi Mengenai Idelologi Penggemar Budaya K-Pop Pada Fandom iKONIC di Kota Surabaya)*. (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).