

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Batubara, J. R. (2016), adolesen (remaja) adalah tahap peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Pada tahap ini, seseorang mengalami beragam perubahan yang mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, dan fisik. Perubahan-perubahan tersebut berlangsung secara cepat dan sering kali terjadi tanpa disadari oleh remaja itu sendiri. Menurut Hurlock (1980) terdapat tiga tahapan perkembangan remaja, yaitu: remaja awal (*early adolescence*), remaja madya (*middle adolescence*), dan remaja akhir (*late adolescence*).

Peserta didik pada tingkat SMA berada pada fase perkembangan remaja akhir dengan rentang usia antara 16 hingga 19 tahun. Pada tahap ini, minat terhadap fungsi-fungsi intelektual terus meningkat, kesadaran diri individu mulai mencari kesempatan untuk berinteraksi dan menyatu dengan individu lain melalui berbagai pengalaman yang berbeda, serta terbentuknya perkembangan identitas seksual yang berkelanjutan (Surwono, 2006). Selain itu, pada masa remaja akhir, peserta didik cenderung rentan mengalami kesulitan dalam mengelola waktu secara efektif.

Meilisa Syelvani (2020), Waktu memiliki sifat terbatas. Setiap individu memiliki alokasi waktu yang sama, yaitu 24 jam atau 86.400 detik dalam satu hari. Meskipun demikian, terdapat perbedaan dalam pemanfaatan waktu, di mana sebagian orang merasa kekurangan waktu untuk menyelesaikan aktivitas tertentu, sementara yang lain mampu menyelesaikan lebih banyak hal dalam waktu yang sama. Kebiasaan-kebiasaan tertentu yang dilakukan secara berulang, sering kali menjadi penyebab terjadinya pemborosan waktu. Dengan demikian, kemampuan manajemen waktu yang efektif sangat diperlukan, agar waktu dapat dimanfaatkan secara efisien dan efektif.

Manajemen waktu yang optimal dapat dilakukan dengan menyusun daftar aktivitas atau tugas serta menetapkan tingkat prioritas pada setiap kegiatan. Menurut Aeon dan Aguinis (2017), manajemen waktu merupakan usaha untuk memanfaatkan waktu secara efisien guna mencapai tujuan dan memperoleh hasil yang optimal. Kemampuan mengelola waktu pada masa remaja menjadi salah satu faktor penting yang perlu diperhatikan. Penerapan pengelolaan waktu tersebut sangat diperlukan, baik dalam kegiatan belajar maupun dalam aktivitas sehari-hari lainnya (Rahman, W. A., Susilo, A. T., & Dewantoro, A., 2022).

Peserta didik kerap mencari berbagai aktivitas sebagai sarana guna sekedar mengisi waktu luang atau mengurangi rasa jenuh. Salah satu aktivitas yang cukup banyak diminati adalah menonton, khususnya drama Korea. Karena drama Korea disajikan dalam bentuk cerita bersambung, peserta didik sering kali tidak menyadari bahwa mereka telah menghabiskan waktu secara berlebihan untuk menonton. Kondisi ini dapat berdampak pada terganggunya penyelesaian tugas sekolah serta aktivitas lain yang seharusnya dilakukan (Baiti, L. N., & Syafitri, D. U., 2021).

Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), menonton diartikan sebagai kegiatan melihat. Lestari, Suryatna, dan Kusumadinata (2018) menjelaskan bahwa menonton adalah aktivitas melihat yang disertai dengan tingkat perhatian tertentu. Sementara itu, Khanafi (2017) mengemukakan bahwa menonton adalah tindakan mengarahkan pandangan ke layar dengan melibatkan proses berpikir untuk memilih serta menafsirkan tayangan yang disaksikan. Dengan demikian, menonton dapat disimpulkan sebagai aktivitas melihat menggunakan kedua mata ke arah layar yang disertai proses kognitif dalam memahami dan menafsirkan isi tayangan dalam tingkat perhatian tertentu.

Mee (2005) mengungkapkan bahwa drama Korea tergolong sebagai fenomena penyebaran budaya populer Korea Selatan yang berkembang pesat di berbagai negara Asia, mencakup drama televisi, film, musik, permainan, animasi, serta komunitas penggemar artis Korea. Sementara itu, Jiang dan Leung (2012) berpendapat bahwa drama Korea memiliki

karakteristik alur cerita yang sederhana dan homogen, disajikan dalam bentuk serial atau episode, dengan genre romantis sebagai genre yang paling dominan. Berdasarkan pandangan tersebut, Berdasarkan uraian tersebut, drama Korea dapat dipahami sebagai serial drama yang berasal dari budaya Korea Selatan, disajikan secara sederhana, dan didominasi oleh genre romantis sebagai genre yang paling populer.

Menonton drama Korea akan berpotensi memberikan pengaruh yang positif terhadap kondisi emosional seseorang. Hal ini terlihat dari tayangan drama Korea yang mengandung unsur humor sehingga mampu menciptakan perasaan yang lebih baik bagi penontonnya. Terdapat berbagai cara yang dapat dilakukan individu untuk memperoleh rasa senang dan kebahagiaan, salah satunya melalui kegiatan menonton film atau drama sebagai sarana hiburan. Penelitian yang dilaksanakan oleh Fredrickson (2007) mengenai kebahagiaan membuktikan bahwa individu yang menyaksikan tayangan dengan muatan alur cerita yang bersifat positif cenderung mengalami penurunan tingkat tekanan secara lebih cepat serta merasakan peningkatan emosi positif. Tayangan yang menarik juga dapat membangkitkan perasaan bahagia dan mengembalikan semangat dalam diri seseorang.

Menonton drama Korea sering dijadikan sebagai alternatif hiburan bagi individu yang sedang mengalami suasana hati kurang baik. Drama Korea dengan alur cerita komedi mampu membawa penonton untuk larut dalam suasana yang menyenangkan. Selain itu, keberadaan aktor yang diidolakan serta tema lagu pengiring turut berperan dalam memperbaiki suasana hati secara bertahap. Kondisi tersebut menjadikan drama Korea sebagai *mood booster* bagi sebagian orang. Namun demikian, karena drama Korea disajikan dalam bentuk cerita bersambung, tidak jarang penonton menjadi kecanduan akibat rasa penasaran terhadap kelanjutan cerita pada episode berikutnya. Apabila tidak dikendalikan dengan baik, kebiasaan ini dapat menimbulkan dampak negatif (Baiti, L. N., & Syafitri, D. U., 2021).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Jakpat pada tahun 2022, diketahui bahwasanya sebagian besar responden pernah menonton

drama Korea. Sebanyak 90% responden menyatakan pernah menonton drama Korea, dan 82% di antaranya mengaku menonton drama Korea dalam kurun waktu enam bulan terakhir. Survei tersebut melibatkan 2.474 responden yang berasal dari berbagai wilayah di Indonesia. Data juga menunjukkan bahwa mayoritas penonton drama Korea didominasi oleh perempuan sebesar 68%, sementara penonton laki-laki sebesar 32%. Selain itu, kelompok usia 17–20 tahun (22%) dan 21–25 tahun (20%) merupakan kelompok dengan proporsi penonton drama Korea terbesar. Dari segi preferensi genre, drama Korea dengan genre *romantic-comedy* (*romcom*) menjadi genre yang paling diminati oleh penonton di Indonesia dengan persentase sebesar 79% (Jakpat, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Muda, Qorib, dan Fianto (2022) memperlihatkan bahwa peserta didik di Jawa Timur memanfaatkan waktu luang mereka dengan menonton berbagai jenis film di dalam ruangan. Tayangan yang dikonsumsi memiliki beragam genre sesuai dengan preferensi masing-masing. Selain film, drama Korea menjadi salah satu jenis tontonan favorit para pelajar. Pada umumnya, pelajar menonton drama Korea sebagai sarana hiburan dan untuk mengisi waktu luang guna mengurangi rasa lelah atau kejenuhan. Namun, dalam beberapa kasus, drama Korea tidak lagi sekadar menjadi hiburan, melainkan telah dianggap sebagai kebutuhan dalam kehidupan sehari-hari. Ketertarikan yang berlebihan terhadap drama Korea dapat berdampak pada terganggunya aktivitas sehari-hari, di mana pelajar cenderung mengabaikan kewajiban lainnya demi mengikuti kelanjutan cerita drama yang ditonton. Kebiasaan menonton drama Korea dalam durasi yang lama juga berpotensi menyebabkan perilaku pasif, seperti duduk berlama-lama tanpa aktivitas lain, serta menurunnya interaksi sosial dengan teman, keluarga, maupun lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur, ditemukan bahwa sebagian peserta didik memiliki ketertarikan tinggi terhadap aktivitas menonton drama Korea sebagai sarana mengisi waktu luang, baik pada saat

jam istirahat di sekolah maupun ketika terdapat jam pelajaran kosong. Peserta didik yang sering menonton drama Korea cenderung mengabaikan tugas sekolah serta aktivitas lainnya. Bahkan, tidak sedikit di antara mereka yang mengorbankan waktu istirahat atau jam tidur untuk melanjutkan episode drama Korea yang sedang ditonton. Kondisi tersebut berdampak pada terhambatnya proses belajar serta terabaikannya kewajiban akademik yang dimiliki. Temuan hasil wawancara ini sejalan dengan hasil penelitian Muda, Qorib, dan Fianto (2022) yang menyatakan bahwa ketertarikan berlebihan terhadap drama Korea dapat memengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari pelajar, sehingga mereka cenderung mengesampingkan kegiatan lain demi mengikuti kelanjutan cerita drama Korea.

Ajzen (2005) menjelaskan bahwa intensitas merujuk pada tingkat keterlibatan individu dalam melakukan suatu aktivitas. Sejalan dengan pendapat tersebut, Istanti (2019) mengemukakan bahwa intensitas merupakan upaya yang memiliki keterkaitan dengan kecenderungan seseorang dalam melakukan suatu aktivitas maupun perilaku tertentu. Menurut Ajzen (2005), intensitas mencakup beberapa aspek, yaitu perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Durasi mengacu pada lamanya waktu yang dihabiskan individu dalam melakukan suatu aktivitas yang biasanya dihitung dalam satuan jam. Setiap individu memiliki tingkat intensitas yang beragam dalam menjalankan suatu kegiatan. Sebagai contoh, dalam aktivitas menonton drama Korea, beberapa peserta didik dapat menghabiskan waktu lebih dari tiga jam untuk menonton dalam satu kesempatan. Meskipun pada umumnya drama Korea memiliki durasi tayang sekitar dua jam per minggu, peserta didik yang memiliki waktu luang cenderung meluangkan waktu selama berjam-jam untuk menonton drama Korea.

Berdasarkan *Theory of Planned Behavior* yang dikemukakan oleh Icek Ajzen, tidak terdapat ketentuan khusus mengenai batasan frekuensi dan durasi dalam aktivitas menonton. Namun demikian, Ajzen memberikan gambaran mengenai frekuensi dan durasi menonton yang dianggap ideal, yaitu sekitar satu hingga tiga kali dalam satu minggu, bergantung pada jenis

konten yang dikonsumsi serta tujuan individu dalam menonton. Adapun durasi menonton yang disarankan berkisar antara 30 hingga 120 menit dalam setiap sesi, dengan disertai waktu istirahat secara berkala.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Azria Atikah pada tahun 2024 dengan judul *“Hubungan antara Intensitas Menonton Drama Korea dengan Prokrastinasi Akademik Siswa di SMAN 1 Pamekasan”* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel yang diteliti. Hasil penelitian tersebut memperlihatkan nilai signifikansi sebesar 0,046 dengan koefisien korelasi sebesar 0,209. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi intensitas menonton drama Korea, maka semakin tinggi pula tingkat prokrastinasi akademik siswa. Keterbaruan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah dalam penelitian ini akan membahas lebih lanjut mengenai pengaruh antara Intensitas menonton drama korea terhadap manajemen waktu pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur. Dan hasil penelitian akan menunjukkan apakah terdapat pengaruh dan seberapa besar pengaruh antara intensitas menonton drama korea terhadap manajemen waktu pada peserta didik di salah satu SMA Negeri Jakarta Timur.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, rumusan masalah yang akan dijawab dalam penelitian pengaruh intensitas menonton drama Korea terhadap manajemen waktu pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh intensitas menonton drama korea terhadap manajemen waktu peserta didik pada kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur?
2. Seberapa besar pengaruh intensitas menonton drama korea terhadap manajemen waktu peserta didik pada kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pemaparan dan identifikasi masalah di atas, peneliti membatasi permasalahan pada “Pengaruh intensitas menonton drama korea terhadap manajemen waktu pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur.”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh dan seberapa besar pengaruh intensitas menonton drama korea terhadap manajemen waktu pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris pengaruh intensitas menonton drama korea terhadap manajemen waktu pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur.

F. Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun manfaat secara teoritis dan praktis, dapat di interpretasikan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memberikan data hasil penelitian ilmiah mengenai “pengaruh intensitas menonton drama Korea terhadap manajemen waktu pada peserta didik kelas XI di SMA Negeri Jakarta Timur”

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peserta didik, penelitian ini diharapkan agar peserta didik mampu meningkatkan kesadaran diri, mendorong manajemen waktu yang lebih baik, dan sebagai bahan evaluasi diri peserta didik.
- b. Bagi guru, penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi, khususnya guru BK agar dapat meningkatkan kesadaran peserta didik tentang dampak kebiasaan menonton, sebagai dasar

membuat program layanan BK, serta meningkatkan pemahaman tentang perilaku peserta didik.

- c. Bagi program studi Bimbingan dan Konseling, hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi program studi Bimbingan dan Konseling sebagai bahan penelitian lanjutan terkait dengan intensitas menonton drama Korea dan manajemen waktu.

