

Peran Kontrol Diri Remaja Terhadap Obsesi Selebriti Masa Kini di SMA Negeri 42 Jakarta (Studi Kasus Pada Remaja yang Terobsesi Artis Korea Selatan)

English Title: *The Role of Adolescent Self-Control in The Current Celebrity Obsession at SMA Negeri 42 Jakarta (Case Study of Adolescents Obsessed with South Korean Artists)*

1st Setiyawati Eka Lestari*^a, 2nd Ronny Gunawan^a, 3rd Andreas Rian Nugroho^a

^a Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Kristen Indonesia

* Correspondence: etari97@gmail.com

Abstrak

Obsesi yang terjadi atau dialami oleh manusia masih bisa dikatakan berada dalam batas wajar jika seseorang itu tidak berlebihan atau berulang-ulang memikirkan hal yang sama. Jika hal ini terjadi sampai berulang-ulang dan mengganggu fungsi keseharian serta disertai dengan kecenderungan melakukan sesuatu yang berulang untuk mengurangi kecemasan yang ditimbulkan akibat pikiran tersebut. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: (1) Untuk mengetahui peran kontrol diri remaja di tengah keobsesian terhadap selebriti. (2) Untuk mengetahui pengaruh obsesi terhadap pendidikan, kehidupan, serta masa depan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisioner terbuka, wawancara mendalam, dan observasi. Data yang telah terkumpul kemudian peneliti analisis menggunakan teknik analisis menurut Miles dan Huberman. Berdasarkan hasil analisis penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa gambaran kontrol diri kelima subjek memiliki perbedaan. Gambaran kontrol diri remaja terhadap obsesi selebriti masa kini pada subjek 1 dan subjek 2 cenderung positif, sedangkan subjek 3, 4 dan 5 cenderung mengarah negatif. Hal ini dapat dilihat dari ciri-ciri kontrol diri yang dimiliki subjek 1 dan subjek 2 yang cenderung positif serta subjek 3, 4, dan 5 yang cenderung kurang dalam kontrol diri.

Kata kunci: kontrol diri, obsesi, remaja

ABSTRACT

Obsessions that occur or are experienced by humans can still be said to be within reasonable limits if a person does not overdo it or think about the same thing over and over again. If this happens repeatedly and interferes with daily functions and is accompanied by a tendency to do something repeatedly to do something to reduce the anxiety caused by these thoughts. The objectives of this study are: (1) To determine the role of adolescent self-control in the midst of celebrity obsession. (2) To find out the influence of obsession on education, life, and the future. This study uses a qualitative method with a case study approach. Data collection techniques used in this study were open questionnaires, in-depth interviews, and observations. The data that has been collected is then analyzed by researches using analytical techniques according to Miles and Huberman. Based on the results of this research analysis, it can be concluded that the self-control descriptions of the five subjects have differences. The picture of adolescent self-control towards the current celebrity obsession in subject 1 and 2 tends to be positive, while subjects 3, 4, and 5 tend to be negative. This can be seen from the characteristics of self-control possessed by subject 1 and 2 who tend to be positive and subjects 3, 4 and 5 who tend to lack self-control.

Keywords: self control, obsession, adoles.

1. Pendahuluan

Kini dunia sudah memasuki era baru, yaitu era 5.0 begitu banyak perubahan dari jaman ke jaman yang telah dilalui banyak kalangan. Di antaranya bagi para kaum remaja, tidak sedikit *public figure* yang bermunculan lalu kemudian menjadi *viral* pada jamannya. Tahun-tahun berlalu semakin marak dan berkembangnya artis pendatang baru di tanah air maka tidak sedikit dari kaum remaja yang mengagumi sosok-sosok tersebut.

Para remaja mulai dari remaja sangat begitu antusias mengiktui *trend*. Mulai dari sosial media, hingga isi dari yang ada di dalam sosial media tersebut. Seperti halnya kasus yang terjadi pada SMA Negeri 42 Jakarta banyak yang mengidolakan artis dari Korea Selatan. Bahkan para remaja di SMA Negeri 42 Jakarta

semakin terobsesi karena beberapa dari artis tersebut merupakan keturunan dari tanah air. Maka hal itu lah yang menyebabkan beberapa remaja SMA Negeri 42 Jakarta berlomba untuk mengubah diri bahkan mengubah gaya hidupnya seperti *standard* kecantikan artis Korea Selatan supaya mereka bisa menyamai artis Korea Selatan tersebut. Banyak definisi mengenai remaja, karena usia remaja merupakan sebuah usia transisi di mana dari usia kanak-kanak menjadi dewasa. Maka tidak sedikit remaja yang merasa bahwa dirinya sudah mampu melakukan apapun tanpa seizin dari orang tua maupun guru. Beberapa dari mereka cenderung sudah dapat mampu memutuskan apapun secara sepihak tanpa adanya pembekalan kontrol diri. Terutama pengendalian diri dari berbagai faktor internal maupun eksternal. Apapun yang mereka lihat, rasakan dan dengar merupakan suatu hal yang baru dan menarik bagi sebagian besar kalangan para remaja. Contohnya seperti artis idola dari Korea Selatan, mereka mengagumi dari berbagai sisi.

Republik Korea atau lebih dikenal sebagai Korea Selatan, adalah sebuah negara di Asia Timur yang meliputi bagian Selatan Semenanjung Korea. Di sebelah Utara, Korea Selatan berbatasan dengan Korea Utara, di mana keduanya bersatu sebagai sebuah negara hingga tahun 1948. Pengetahuan singkat mengenai Korea Utara yang saat ini telah melahirkan *artist K-pop* terbaru, mulai dari wanita hingga pria berkulit putih serta cantik dan tampan. Tidak hanya di Korea saja, tetapi demam Korea Pop (*K-pop*) ini sudah sampai hingga ke tanah air Indonesia, banyak sekali yang mengidolakan *artist* yang berasal dari Korea ini. Di Korea sendiri melahirkan *artist* tidak hanya dari aktris film saja tetapi juga dari aktris *boyband* hingga *girlband*. Di antaranya seperti *Super Junior*, *SNSD*, *EXO*, dll. Pengamatan langsung terhadap remaja di SMA Negeri 42 Jakarta yang terobsesi dengan selebriti Korea, pada awalnya peneliti mewawancarai tentang pengetahuan dasar tentang artis Korea kepada lima belas narasumber yang berada di kelas XI lalu peneliti memilih lima narasumber dari kelas XI yang paling terobsesi dengan artis serta kebudayaan Korea. Dalam kasus ini guru bimbingan dan konseling di SMA Negeri 42 Jakarta tentu tidak mengetahui hal tersebut terjadi kepada beberapa peserta didik di sekolah itu. Guru bimbingan dan konseling sering melihat peserta didik yang kurang mentaati peraturan tetapi mereka menganggap hal tersebut merupakan suatu kreatifitas yang dimiliki oleh tiap peserta didik. Pelanggaran aturan seperti halnya memakai kaus kaki atau sepatu berwarna, mewarnai rambut, memakai pernak-pernik di luar atribut sekolah hingga memainkan ponsel ketika jam pelajaran berlangsung. Beberapa dari mereka menggunakan sebagian besar waktu luangnya untuk mengetahui informasi terbaru tentang para artis idolanya di saat jam pelajaran sedang berlangsung, tetapi ketika peneliti bertanya kepada guru bimbingan dan konseling, mereka mengungkapkan bahwa memang diperbolehkan peserta didik membuka ponsel selama jam sekolah berlangsung tetapi hanya bertujuan untuk membuka situs-situs pembelajaran.

Obsesi mereka dimulai dari menyukai kebudayaan Korea, hingga keinginan untuk menjadi seperti artis Korea seperti contohnya ingin mengubah warna kulit, bentuk tubuh hingga ingin melakukan operasi plastik guna menyerupai artis Korea yang disukai. Bahkan ada juga yang menjelaskan alasan mereka terobsesi dengan artis Korea tersebut selain parasnya yang menarik mereka juga dianggap memiliki kepribadian yang ceria sehingga menambah semangat para remaja yang menyaksikannya, ditambah juga dengan keahlian menari atau menyanyi yang keren. Ada pula yang beranggapan bahwa budaya Korea jauh lebih mengagumkan dan mengasyikan daripada negara Indonesia. Beragam artis yang mereka sukai diantaranya seperti Kim Suno, Lisa, Jenny BlackPink, Song Hye Kyo, IU, Seventeen, Karina Aespa, Na Jaemin, BTS, Jae Day6, Kim Taehyung, Jennie Kim, Jeno, Yeri Red Velvet. Beberapa diantara mereka juga mengaku bahwa disaat mereka merasa bosan dan kesepian, mereka merasa terhibur dengan menonton Kpop atau Korean Vlog di ponselnya. Pada saat jam pelajaran berlangsung mereka terkadang membuka ponsel di dalam kelas untuk melihat drama Korea atau konser tentang artis Korea. Beberapa dari mereka ada pula yang mengatakan bahawa tidak terobsesi atau menyukai artisnya tetapi hanya menyukai tentang kebudayaannya saja, sehingga tertarik untuk memperdalam bahasa Korea (*hangeul*) dan juga Korea menjadi sebuah destinasi yang mereka impikan karena mereka menganggap bahwa Korea merupakan sebuah negara yang indah dan penuh kedamaian. Salah satu dari mereka menyatakan bahwa ia merasa sudah sering melakukan tindakan nyata mendukung artis favoritnya (BTS) dengan menyediakan waktu untuk *streaming* lagu dan melakukan *vote* di setiap pertunjukan mereka supaya mereka mendapatkan penghargaan. Ia menjelaskan bahwa ada sebagian teman-temannya yang mendukung dengan cara membeli album, *merchandise*, tiket konser, *fanmeeting*, dll. Padahal ia berpikir bahwa dengan melakukan *vote* tidak perlu mengeluarkan uang banyak dan bisa dilakukan secara daring dimanapun berada tetap bisa mendukung artis kesayangannya tersebut. Namun teman-teman sesama pecinta BTS (*army*) tidak menghiraukan hal itu, sehingga ia bersemangat untuk terus menyuruh teman-temannya untuk *vote* artis kesayangannya supaya menang walau ia sendiri tidak didengarkan oleh teman-temannya. Tetapi lama kelamaan ia merasa bahwa dirinya semakin terobsesi pada BTS dengan cara *voting* dan *streaming* karya-karyanya. Ternyata sebagian

dari mereka pun tidak harus mengeluarkan uang banyak hanya untuk menunjukkan rasa obsesinya, beberapa dari mereka memanfaatkan fasilitas yang ada yaitu mendukung via ponsel bermodalkan kuota internet. BTS dianggap sebagai *boyband* yang menyelamatkan nyawa para penggemarnya, karena mereka mengakui bahwa beberapa rekan komunitas mereka merasa terhibur dengan karya-karyanya tersebut. Bahkan adapula yang mengatakan bahwa beberapa penggemar yang mengidap depresi, stress, *self harm* kembali ceria dan memiliki harapan baru setelah mendengarkan lagu atau karya-karya dari BTS. Dimana memang menurut orang awam hal-hal tersebut tidaklah mungkin, tetapi bagi mereka yang memiliki kesenangan tersendiri akan merasakan sensasi luar biasa setelah melihat artis idolanya. Obsesi selebriti yang dialami oleh siswa-siswi SMA Negeri 42 Jakarta merupakan sebuah penyebutan bagi seseorang yang memuji artis (*celebrity*) yang terkenal secara berlebihan hingga menjadi terobsesi. Banyak remaja hingga dewasa yang cenderung ingin menjadi seperti idolanya baik dari segi fisik maupun karir. Obsesi selebriti secara luas diartikan sebagai rasa senang dengan selebriti tertentu yang mempengaruhi kehidupan penggemar (*fans*) dan dapat digambarkan sebagai penggemar (*fans*) yang terobsesi dengan idolanya.

Penelitian terkait dengan pemujaan terhadap artis idola telah dilakukan di Indonesia. Studi kasus telah dilakukan oleh Darfianti dan Putra (2012) terkait dengan pemujaan terhadap idola yang berdampak pada hubungan pribadi (*intimate relationship*) individu. *Intimate relationship* ini merupakan suatu hubungan parasosial di mana individu merasa idolanya merupakan pasangan yang ideal baginya. Individu mulai merasa memiliki bahkan percaya jika idolanya tersebut adalah pasangan di kehidupan aslinya sampai-sampai mereka menolak untuk memiliki hubungan dengan lawan jenis selain idolanya sendiri. Bahkan dari mereka banyak yang mengaku bahwa menikmati masa kesendiriannya dengan tetap fokus mencintai idolanya tanpa harus memiliki pasangan. Adanya kontrol diri yang baik supaya individu dapat melakukan pikiran serta tindakan rasional terhadap dirinya sendiri. Sehingga individu tidak larut ke dalam gangguan kejiwaan yang serius. Maka peran bimbingan dan konseling sangat membantu juga dalam perkembangan kontrol diri para remaja. Jika para remaja terlalu berlarut dalam obsesi mereka akan budaya lain maka akan sedikit generasi yang akan mengembangkan serta membudayakan budaya sendiri.

Bimbingan dan konseling sangat berkesinambungan dengan kontrol diri, banyak sekali dari mereka para remaja yang prestasi bahkan tingkat pendidikannya menjadi menurun karena hal ini. Bimbingan merupakan suatu bentuk tindakan membimbing/memberikan motivasi terhadap konseli. Bimbingan dan konseling dapat dilakukan siapapun, tetapi tidak setiap orang dapat memberikan teknik atau cara khusus di dalam bimbingan dan konseling tersebut kepada konseli. Bimbingan dan konseling harus diberikan secara sadar dan penuh terhadap konseli, begitu pula dengan konseli yang harus secara sadar tanpa adanya suatu paksaan apapun. Adanya beberapa asas juga terdapat dalam bimbingan dan konseling, dengan adanya asas tersebut membuat bimbingan konseling juga semakin penting dengan penelitian ini. Pada era masa kini di tengah keberagaman sosial media, dengan berbagai hal baru yang diciptakan dan menjadi *viral*. Munculnya berbagai macam artis pendatang baru, bagaimana para remaja menyikapi hal tersebut? Yang mungkin bagi sebagian orang hal-hal *viral* tersebut bukan hal yang penting. Dari mulai muncul yang terbaru *Citayem Fashion Week*. Dengan menirukan gaya berpakaian artis Korea serta Jepang menjadi *trend* baru di kalangan para remaja. Hingga menurut sebagian pekerja yang bekerja di area tersebut merasa terganggu dengan adanya *trend* tersebut. Mungkin banyak juga sebagian orang khususnya para remaja yang terobsesi dengan artis-artis pilihan mereka. Tetapi tidak sedikit dari individu yang menilai bahwa hal tersebut merupakan hal yang irasional. Mulai muncul pertanyaan “kok bisa ya suka sama artis kaya gitu?” lalu banyak lagi yang bertanya “buang-buang uang banyak hanya untuk beli tiket konser atau barang yang kurang bernilai.” Tetapi menurut sebagian dari mereka yang terobsesi, barang yang tidak ternilai seperti gelang plastik, poster idola, serta beberapa pernak-pernik (*merchandise*) lainnya merupakan sesuatu yang langka (*item rare*) bagi mereka. Dan mereka wajib memilikinya semahal apapun harganya, walau menurut individu lainnya hal tersebut dapat ditemukan dimanapun dan mungkin saja bisa didapatkan dengan harga sangat murah. Sebab menurut sebagian besar dari mereka yang terobsesi hal tersebut merupakan hal yang rasional walau menurut individu lain yang tidak terobsesi hal tersebut sudah termasuk ke dalam pemikiran irasional. Berdasarkan penjabaran di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran kontrol diri remaja di SMA Negeri 42 Jakarta dalam selebriti khususnya bagi penggemar artis Korea Selatan. Pada penelitian kali ini, peneliti tidak hanya berfokus kepada siswi yang tertarik dengan dunia hiburan (*entertainment*) Korea Selatan, tetapi juga kepada siswa dalam peran kontrol diri. Peneliti ingin mengetahui sejauh mana bagi mereka dalam kontrol diri mengingat demam idola Korea Selatan masih terus berkembang hingga saat ini. Hingga peneliti mengetahui seberapa penting pengaruhnya terhadap kehidupan, pendidikan, sampai pola pikir remaja di tengah suatu fenomena yang sangat *viral* di kalangan saat ini yaitu munculnya *boyband* dan *girlband* baru dalam dunia hiburan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kontrol diri para remaja dalam kegemarannya terhadap selebriti Korea Selatan. peneliti tidak hanya berfokus kepada siswi yang tertarik dengan dunia hiburan (*entertainment*) Korea Selatan, tetapi juga kepada siswa dalam peran kontrol diri. Peneliti ingin mengetahui sejauh mana bagi mereka dalam kontrol diri mengingat demam idola Korea Selatan masih terus berkembang hingga saat ini. Hingga peneliti mengetahui seberapa penting pengaruhnya terhadap kehidupan, pendidikan, sampai pola pikir remaja.

2. Tinjauan Pustaka

Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri tidak lepas dari pengendalian individu terhadap sesuatu hal. Menurut yang telah dijelaskan oleh Calhoun & Acocella (1990) “proses terbentuk atas dasar kontrol diri”. Lalu menurut para ahli yang lain, seperti menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2010) mengatakan bahwa kontrol diri merupakan sebuah keterampilan dari individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu untuk dapat memilih sesuatu yang akan diyakini oleh individu, serta kemampuan dalam mengelola apa hal yang diinginkan atau yang tidak diinginkan. Serta Tangney (2004) juga pernah mengemukakan pengertian tentang kontrol diri yaitu “sebuah kemampuan yang dapat mengesampingkan atau mengubah keinginan individu, sama seperti halnya menahan atau dapat mengontrol diri dari hal yang kurang berkenan (*negative*). Kontrol diri memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang.

Aspek Kontrol Diri

Dari pengertian menurut para ahli mengenai definisi kontrol diri yang mana kontrol diri merupakan sebuah pengendalian terhadap diri sendiri dalam situasi dan kondisi apapun. Maka kontrol diri memiliki beberapa aspek menurut Averill (1973) dan Tangney, Baumeister, Boone (2004) diantaranya ialah:

- a) Kontrol perilaku (*behavioral control*) yang merupakan kesiapan pengendalian perilaku serta memodifikasi keadaan yang terkadang kurang menyenangkan.
- b) Kontrol kognitif (*cognitive control*) yaitu kemampuan seseorang untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan melalui berbagai cara, seperti menelaah suatu informasi dengan menggabungkan suatu keadaan yang terjadi dalam kerangka berpikir. Kemampuan ini dibagi menjadi dua komponen yaitu melakukan penilaian serta mendapatkan informasi.
- c) Mengontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam memutuskan sesuatu hal yang diyakini Averill (1973). Kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu sehingga memiliki sifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Seseorang yang memiliki *nonimpulsive* mampu bersikap tenang dalam bertindak atau mengambil keputusan Tangney, Baumeister, Boone (2004).

Sedangkan aspek mengenai kontrol diri menurut Tangney, Baumeister & Boone (2004) yaitu:

1. *Self-discipline* aspek ini mengacu pada kemampuan individu dalam kedisiplinan diri. Dengan kata lain seseorang mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu yang memiliki *self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal lain yang mengganggu konsentrasinya. Menilai tentang regulasi diri (pemikiran, perasaan, dan tindakan yang muncul dalam diri) dari etika individu (sikap dan kewajiban atas diri sendiri) dalam melakukan suatu aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki *work ethic* akan mampu menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada di luar. Ia akan mampu berkonsentrasi pada tugas yang ia kerjakan.
2. *Healthy habits* kemampuan seseorang dalam mengatur perilaku sehingga menjadi suatu kebiasaan yang baik dan sehat bagi orang tersebut. Individu yang memiliki *healthy habits* akan menolak hal lain yang dapat berdampak buruk bagi dirinya meskipun sangat menyenangkan. Ia akan mengutamakan hal-hal lain yang berdampak positif bagi dirinya meski tidak akan berdampak secara langsung.
3. *Reliability*, terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam merancang rencana untuk tujuan tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya dalam rangka mencapai tujuan rencananya.

Pengertian Remaja

Menurut Ade, T.M, Helen F & Inggit P (2021) remaja merupakan masa peralihan tumbuh menjadi sebuah kematangan, bukan hanya sekedar dari fisik tetapi juga kematangan dari sosial psikologinya. Remaja sering dikaitkan dengan masa pubertas, dimana para remaja itu sendiri memiliki perkembangan serta perubahan dalam dirinya. Dari mulai berkembang secara emosi, fisik, perasaan, dan lainnya. Tidak jarang juga bahwa perubahan-perubahan yang mereka hadapi terkadang menimbulkan masalah baru dalam dirinya. Terkadang ada yang lama kelamaan menyadari bahwa masalah itu harus seera diatasi, terkadang juga banyak dari mereka yang beranggapan bahwa masalah itu menguntungkan bagi dirinya. Seperti halnya dengan demam Korea Pop (*K-Pop*), banyak bermunculan artis-artis pendatang dari negara ginseng tersebut yang cukup menarik perhatian bagi para remaja. Tidak sedikit bagi remaja laki-laki ataupun perempuan semuanya sangat antusias dengan kehadiran sosok idola baru bagi kalangan anak muda tersebut. Beberapa diantara mereka sampai rela untuk mengelabui orang tua, guru bahkan orang-orang terdekat hanya untuk sebuah kesenangan bagi mereka.

Pengertian Obsesi

Obsesi merupakan perasaan tertarik terhadap sesuatu hal secara berlebihan secara terus-menerus. Obsesi merupakan adanya pemikiran atau perasaan yang sangat kuat tentang suatu hal menurut Sarwono (1989). Sedangkan menurut Maslim (2003) obsesi adalah sebuah tingkah laku yang berupa gagasan, bayangan dan suatu pikiran yang sifatnya mengganggu. Obsesi yang terjadi atau dialami oleh manusia masih bisa dikatakan berada dalam batas wajar jika seseorang itu tidak berlebihan atau berulang-ulang memikirkan hal yang sama. Jika hal ini terjadi sampai berulang-ulang dan mengganggu fungsi keseharian serta disertai dengan kecenderungan melakukan sesuatu yang berulang untuk mengurangi kecemasan yang ditimbulkan akibat pikiran tersebut.

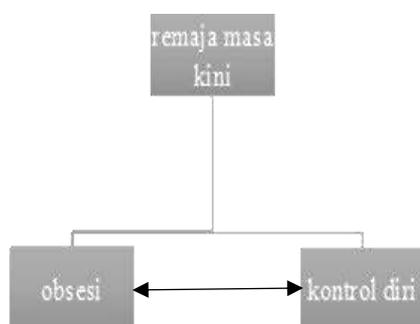
Ciri-ciri Obsesi

Obsesi memiliki ciri-cirinya tersendiri menurut Ilham, F. (2023) yaitu:

1. Kecemasan yang sangat kuat
2. Memikirkan secara terus-menerus
3. Hilang kendali
4. Perilaku yang berubah
5. Gangguan pada emosional

Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan sebuah hal yang tersusun secara konseptual lalu digunakan sebagai landasan teori yang saling berkaitan dengan faktor-faktor di dalam penelitian Sugiyono (2019). Menurut Sujadi, H., & Suhaeni, E (2015) kerangka berpikir juga merupakan bagian-bagian dari proses penelitian yang digambarkan. Dengan penjelasan para ahli tersebut, peneliti akan menggambarkan kerangka berpikir agar lebih mudah untuk dipahami.



Dalam kerangka berpikir yang telah digambarkan tersebut, peneliti ingin mengetahui tingkat keobsesian para remaja masa kini terhadap artis-artis Korea Selatan yang tengah menjadi perbincangan hangat. Serta peneliti ingin mengetahui juga adanya kontrol diri di dalam diri mereka dalam menghadapi obsesinya tersebut. Dengan begitu peneliti akan mengetahui antara obsesi serta kontrol diri dari tiap subjek.

3. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah metode penelitian kualitatif. Penelitian yang biasanya digunakan untuk meneliti objek secara alamiah adalah metode penelitian kualitatif, serta hasil yang dihasilkan dari metode penelitian kualitatif lebih mengarah terhadap makna pada generalisasi Nursapia (2020). Menurut Saryono (Nursapia, 2020) penelitian kualitatif adalah metode yang digunakan untuk menemukan, menyelidiki, menjelaskan, serta menggambarkan suatu keistimewaan dari pengaruh sosial yang tidak dapat dijelaskan. Maka seperti yang sudah dijelaskan mengenai hakikat metode penelitian kualitatif, maka peneliti menggunakan metode kualitatif dengan bertemu langsung dengan individu untuk mengumpulkan data serta memahami fenomena dan karakteristik individu tersebut lebih dalam. Lalu peneliti mengumpulkan data yang akan dihasilkan dalam bentuk deskripsi yang mengarah kepada kontrol diri remaja masa kini terhadap obsesi selebriti.

Kontrol diri remaja terhadap obsesi selebriti masa kini adalah pengendalian perilaku terhadap pengaruh-pengaruh yang diperoleh dari lingkungan sekitar. Kontrol perilaku merupakan kesiapan pengendalian perilaku serta memodifikasi keadaan yang kurang menyenangkan, kontrol kognitif merupakan kemampuan seseorang untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan melalui berbagai cara, kontrol keputusan yaitu kemampuan yang dimiliki individu dalam memutuskan suatu hal yang diyakini. Kontrol diri remaja yang dimaksud dalam penelitian ini berkaitan dengan obsesi selebriti masa kini.

Tujuan pengumpulan data yang utama berupa observasi, wawancara secara mendalam, serta dokumentasi bukan hanya agar data yang digali dapat diperoleh secara mendalam, tetapi juga agar mengetahui makna yang tersimpan dibalik data yang didapatkan. Pengertian tersebut merupakan teknik pengumpulan data dalam metode penelitian kualitatif menurut Djaelani (2013).

Pada penelitian ini, peneliti sudah meminta izin terhadap subjek penelitian untuk bertemu di luar sekolah sesuai dengan keinginan subjek. Wawancara mendalam ini bertujuan agar peneliti dapat memahami apa yang disampaikan secara komprehensif dari subjek penelitian mengenai kontrol diri remaja terhadap obsesi selebriti.

Observasi merupakan pengumpulan data dengan cara mengamati dan mencatat secara sistematis terhadap fenomena yang diselidiki. Dengan observasi peneliti bisa mengamati secara langsung mulai dari kegiatan, ciri fisik, hingga keseharian subjek selama di sekolah.

Dalam hal ini peneliti mendokumentasikan hasil wawancara berupa perekaman suara yang didapatkan peneliti ketika sedang melakukan wawancara mendalam terhadap informan. Dokumentasi dilakukan atas dasar persetujuan subjek, dalam kasus ini peneliti hanya mendokumentasikan bukti seperti koleksi-koleksi *merchandise* yang dimiliki subjek dan merahasiakan identitas lengkap subjek.

Dalam metode analisis data maka terdapat tiga proses kegiatan di antaranya seperti reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan menurut B. Milles & Huberman (Sirajuddin, 2014). Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Reduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan polanya serta membuang yang tidak diperlukan. Dengan tujuan data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah peneliti untuk mengumpulkan data selanjutnya.
2. Menurut Rasyad (2002) penyajian data dilakukan untuk menganalisis masalah agar mudah dicari pemecahannya. Penyajian data juga dilakukan untuk mempermudah melihat gambaran di lapangan secara tertulis.
3. Dikemukakan oleh Sugiyono (2013) kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti yang dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara lalu akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik triangulasi data. Triangulasi merupakan pengumpulan data dari sumber data yang sama (Sugiyono, 2012).

4. Hasil Pembahasan

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (1973) dan Tangney, Baumeister, Boone (2004) untuk mengetahui adanya kontrol diri pada kelima subjek penelitian. relative obyektif. Temuan dari penelitian ini menyimpulkan bahwa kontrol diri yang dimiliki kelima remaja yang terobsesi dengan artis masa kini yaitu dominan negatif, namun seiring berjalannya waktu kontrol diri pada subjek 1 dan subjek 2 menjadi cenderung lebih positif, sedangkan subjek 3, 4 dan 5 kurangnya kontrol diri. Fakta lain yang peneliti temukan adalah peran orang tua sebagai kontribusi yang cukup penting dalam pengembangan kontrol diri pada diri mereka. Sebab jika dilihat dari kedekatan hubungan antara orang tua subjek 3, 4, dan 5 tidak begitu baik jika dibandingkan dengan subjek 1 dan subjek 2. Subjek 3, 4, dan subjek 5 jarang sekali berinteraksi dengan orang tua sebab orang tua mereka tidak sepenuhnya di rumah karena berkerja. Sehingga subjek hanya berkomunikasi lewat ponsel, subjek 3, 4, dan subjek 5 berkomunikasi ketika meminta uang untuk keperluannya. Sedangkan subjek 1 dan 2 memiliki orang tua pekerja tetapi orang tua mereka masih membuka komunikasi setelah pulang kerja dengan anak-anaknya sehingga komunikasi antara subjek dengan orang tua masih terkendali dengan baik.

5. Kesimpulan

Berikut merupakan simpulan yang dapat diambil berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap kontrol diri kelima remaja yang terobsesi dengan artis masa kini:

1. Rata-rata subjek terobsesi karena memang diri mereka sudah tidak asing dengan dunia *K-pop*.
2. Kesadaran diri subjek tentang kegagalan di masa depan ketika mereka terlalu fokus memikirkan obsesinya membuat mereka dapat memutuskan rencana untuk waktu yang akan datang. Semakin bertambahnya usia serta pengalaman yang buruk membuat subjek dapat berubah ke arah yang lebih baik mengenai kontrol diri.
3. Dapat disimpulkan bahwa media sosial seperti *twitter* menjadi informasi yang paling sering digunakan mereka dalam menggali informasi terkait artis obsesinya.
4. Pengaruh negatif yang dialami oleh kelima subjek penelitian sangat beragam, rata-rata dari mereka lama-kelamaan kehilangan jati diri sampai rela melakukan apapun demi memenuhi kebutuhan obsesinya.

Daftar Pustaka

- Ade, T.M., Helen, F., & Inggit, P. (2021). *Kesehatan Reproduksi Wanita Di Sepanjang Daur Kehidupan*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, 80 (4), 286–303
- Calhoun, James F. & Acocella, Joan Ross. (1995). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*, terjemahan oleh R. S. Satmoko, edisi ke-3. Semarang: IKIP
- Darfianti, D., & Bagus Ani Putra, M. G. (2012). Pemujaan Terhadap Idola Pop Sebagai Dasar Intimate Relationship Pada Dewasa Awal: Sebuah Studi Kasus. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*. 1 (2) 53-59.
- Miles, Mattew B dan Amichael Huberman. (2007). *Analisis Data Kualitatif Buku Sumber tentang Metode-metode Baru*. Terjemahan Tjetjep Rohendi Rohisi. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Maslim, R. (2003). *Pedoman Penggolongan Diagnostik Gangguan Jiwa-III (PPDGJ-III)*. Departemen Kesehatan RI, Direktorat Jenderal Pelayanan Medik.
- Rasyad, Rasdiyan. (2002). *Metode Statistik Deskriptif untuk Umum*. Jakarta: Grasindo.
- Sarwono, S. W. (1989). *Psikologi Remaja Cetakan 1*. Jakarta: Rajawali
- Sirajuddin, S. (2017). *Analisis Data Kualitatif*. Bandung: Pustaka Ramadhan.

- Sujadi, H., & Suhaeni, E. (2015). Sistem pakar penyakit dengan gejala demam menggunakan perangkat mobile berbasis android. *Semin. Nas. Teknol. Inf. dan Komun*, 2016, 2089-9815.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, Edisi ke-2. Bandung: Alfabeta.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A.L (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades and interpersonal success. *Journal of personality*, 72, 271-324.
- Ilham, F. (2023, Feb 22). Obsesi Adalah: Arti, Perbedaannya, dengan Cinta, dan Ciri-cirinya. *Detikbali*.