

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Berpacaran dan segala permasalahan yang ada di dalamnya merupakan salah satu sumber stres tersendiri bagi individu dewasa awal. Berpacaran sendiri merupakan bentuk interaksi yang lebih intens yang melibatkan suatu perasaan, perjanjian, dan komitmen secara eksplisit dan implisit antara dua orang tersebut (Syafitri, 2009).

Stres berpacaran terjadi karena berbagai macam sumber. Menurut Bee (2014) stres berpacaran terjadi karena adanya perbedaan dalam komunikasi, khawatir berlebihan, mengungkit kesalahan, kritik soal penampilan, dan drama. Masalah dalam hubungan berpacaran yang disebutkan Syafitri (2009) diantaranya perselingkuhan, perbedaan, bosan hingga putus cinta menimbulkan perasaan tidak tenang dan selalu menimbulkan perasaan sakit hati dan kemarahan.

Peristiwa lain yang menjadi sumber stres dalam berpacaran diperoleh dari *survey* dilakukan peneliti dari lima puluh dua subyek dengan usia 18 hingga 25 tahun (subjek dapat memilih jawaban lebih dari satu) jawaban cemburuan dengan prosentase paling tinggi, yaitu 48%, disusul dengan egois dengan prosentase 32%, kemudian sikap biasa saja memperoleh prosentase sebanyak 28%, lalu berbeda pemikiran mendapat prosentase 26%, bosan dengan prosentase 18%,

selingkuh dengan prosentase 14%, terlalu dikekang mendapat prosentase sebanyak 12%, hal lain sebanyak 16%, orangtua pasangan yang tidak suka dengan pasangannya yang sekarang, perdebatan yang tidak kunjung selesai, beda keyakinan (agama, ras, suku, budaya, dll) mendapat prosentase masing-masing 6%, dan terakhir dibandingkan dengan mantan dan ada kekurangan fisik memperoleh prosentase sebanyak 1%.

Stres dalam hubungan cinta atau berpacaran menghasilkan perasaan sedih, murung, patah hati, kehilangan minat dan kegembiraan, gangguan tidur seperti sulit tidur, terbangun di malam hari, merasa bersalah, tidak berguna, nafsu makan berkurang, pandangan masa depan suram, sulit berkonsentrasi, dan pesimistis (Tyas, 2012). Syafitri (2009) menambahkan ketika melibatkan perasaan cinta, kadang sulit berpisah secara damai, malahan sering menimbulkan emosi yang tidak menyenangkan, perasaan terluka, dan perasaan marah yang intensif.

Peristiwa stres dalam berpacaran banyak dialami oleh individu pada dewasa awal. Dewasa awal menurut Arnet (2000), *emerging adulthood* atau nama lain dari *young adulthood*, dikategorikan usia dua puluh tahun ini merupakan tahap perkembangan dalam kehidupan antara remaja dan dewasa muda dengan rentang usia 18-25 tahun. Pada tahap *emerging adulthood*, individu tidak lagi dinilai sebagai remaja namun belum juga dapat dinilai sebagai dewasa yang bertanggung jawab sepenuhnya bagi diri sendiri dan orang lain. Memperluas pandangan terhadap kehidupan, mencari serta menyiapkan karir di masa depan, dan mencari hubungan romantis merupakan hal-hal yang

perlu diperhatikan saat seseorang mencapai tahap *emerging adulthood* (Syafрина, Permatasari, & Dara, 2016).

Perasaan dan pikiran seseorang yang belum dewasa ketika berada dalam hubungan cinta menjadi tidak stabil dan sering menimbulkan stres ketika dihadapkan dengan masalah-masalah yang muncul. Jika seseorang mengalami kegagalan dalam menjalin hubungan, orang tersebut merasa putus asa dan marah karena tidak mendapatkan apa yang diinginkan. Seseorang pada masa dewasa awal belum mengerti mengapa atau bagaimana masalah tersebut terjadi karena masih belum berpikir secara dewasa dan diliputi perasaan sedih. Perasaan sedih tersebut berlanjut menjadi stres hingga depresi (Tyas, 2012).

Rumondor (2013) mengamati sebagai seorang psikolog klinis, mendapatkan lima orang wanita dewasa muda mencari bantuan dengan datang ke klinik karena dampak dari pemutusan hubungan pacaran. Penelitian dari Field dkk. (2009) menjelaskan putus cinta terutama sering terjadi pada 192 mahasiswa universitas (68% pada sampel penelitian) dan mungkin dapat diperkirakan menyebabkan keadaan mood negatif dan semacam *distress* putus cinta yang sering terlihat pada wanita dewasa.

Pada hasil-hasil penelitian diatas, banyak yang menjadi faktor seseorang dalam dewasa awal mengalami stres berpacaran. Stres berpacaran juga selain dipengaruhi hal-hal yang disebutkan diatas, stres berpacaran dipengaruhi dari menonton drama Korea.

Melalui globalisasi, pertukaran budaya antar negara merupakan hal sangat mudah, khususnya budaya yang dianggap populer. Orang-orang dapat dengan segera mendapat informasi mengenai budaya yang populer ini dari media masa dan internet, kemudian mengaplikasikannya (June & Dukut, 2012). *Korean Wave* dalam bahasa Inggris dikenal sebagai *Hallyu* (dalam bahasa Korea), merupakan fenomena demam Korea yang disebarkan melalui budaya *pop* Korea ke seluruh penjuru dunia lewat media massa, dan yang terbesar adalah lewat jaringan internet dan televisi (Syafriana dkk., 2016). *Korean Wave* menyebarkan kepopuleran negara Korea Selatan melalui pakaian, gaya rambut, drama televisi hingga film, musik populer, buku komik, permainan video sampai alat elektronik, *mobile phonedan* kendaraan.

Penelitian dari Dator dan Seo (June & Dukut, 2012) mengungkapkan kesuksesan dari *Korean Wave*. Pertama, dinamika generasi muda Korea diklaim sebagai mesin dibalik kesuksesannya. Kreativitas dan imajinasi para pemudanya berkembang sebagai hasil dari kemakmuran negara serta politik demokrasinya. Kedua, demokrasi di Korea berperan dimana kebebasan berekspresi penuh dijamin. Pemudanya dengan bebas menunjukkan kreativitas dalam lagu atau cerita drama mereka karena aturan dalam budaya pop, peraturan tradisional dari otoriter tua diasumsikan sebagai hal yang konyol.

Pendapat lain dari Parc & Moon (2013) yang memuji fenomena drama dan film Korea ini karena pemasaran yang bagus, pasangan muda dengan wajah yang rupawan dan laki-laki berotot, dan jalan

cerita yang solid mengenai cinta tanpa syarat. Ko (Parc & Moon, 2013) juga menyebutkan drama dan film Korea memiliki alur cerita yang solid dan bagus, penampilan yang memukau dari aktor dan aktris Korea, latar belakang yang cantik, dan tema lain untuk berbagai macam daya saing dalam *Hallyu*.

Indonesia sendiri juga bukan negara yang tidak merasakan dampak dari *Korean Wave*. *Korean Wave* di Indonesia dimulai dengan tayangnya “*Autumn In My Heart*” pada tahun 2002 di stasiun televisi Indosiar dan mencapai rating penonton sebesar 11%, yang berarti bahwa sekitar 2,8 juta orang di lima kota besar di Indonesia menonton drama tersebut (Syafriana dkk., 2016). Penelitian yang dilakukan June & Dukut (2012) menemukan 62.50% dari lulusan sarjana Peranakan Cina di Universitas Katolik Soegijapranata menyukai drama Korea.

Film drama Korea populer karena *genre* yang menarik untuk ditonton. Peneliti mengetahui *genre-genre* film drama Korea dari survey yang dibuat menggunakan *Google Form*, terlihat mayoritas *genre* film drama Korea yang ditonton oleh seluruh subyek yaitu *romance* sebanyak 89.8%, komedi sebanyak 65.3%, *action* dengan prosentase 38.8%, *Historical/Saeguk* sebesar 36.7%, *genre* melodrama dan fantasi dengan prosentase yang sama yaitu 34.7%, disusul dengan *genre* misteri dengan prosentase sebanyak 28.6%, *genre horror* dengan prosentase 18.4%, dan *genre* drama lain sebesar 2%. Ini menunjukkan ketertarikan pada *genre* drama Korea yang paling banyak ditonton subyek adalah *romance*.

Drama Korea secara umum di seluruh *genre* memiliki episode berjumlah 16 – 21 untuk satu judul dan setiap episode berdurasi satu jam. Durasi menonton drama Korea dijelaskan dari hasil *survey* lima puluh dua partisipanyang menunjukkan 49% menonton film drama Korea selama tiga jam, 30.6% menonton film drama Korea selama empat sampai enam jam, dan sebanyak 16.3% menonton film drama Korea selama lebih dari enam jam.

Drama Korea merupakan salah satu produk dari media massa. Media massa sendiri dikenal sebagai sebuah medium yang menyampaikan pesan untuk orang-orang dalam jumlah dan skala yang besar. Media massa dapat digunakan sebagai sumber informasi, kesenangan, rekreasi yang juga serupa dengan kecemasan dan kegelisahan. Televisi merupakan medium informasi, dimana TV digunakan untuk memproduksi sebuah aluran dan selalu mengubah gambar. TV juga mempunyai kemampuan memproduksi efek khusus seperti efek potongan kamera, teknik *slow motion*, penyertaian musik, suara yang luar biasa, tangisan, kebisingan dan narator tidak berwajah dengan cara yang unik dan inovatif.

Bruni dan Stance (Jahangir, Nawaz, & Khan, 2014) menyebutkan televisi sebagai agen penting dalam sosialisasi, yang dimana hal tersebut mendefinisikan masyarakat dan menentukan tujuannya. Shrum (Jahangir dkk., 2014) juga menjelaskan bahwa kesadaran penggunaan TV secara reguler dan kontennya membangun persepsi realitas sosial. Hal ini termasuk terjadinya material kenyamanan yang dapat menyesatkan dan dapat memengaruhi maksud

yang ditunjukkan penonton terhadap diri mereka dan masyarakat. Karena peran yang begitu berpengaruh, dapat disimpulkan bahwa TV dapat memproduksi efek kuat pada kesehatan, hubungan interpersonal, sosial religius dan keyakinan budaya maupun nilai dari masyarakat termasuk perilaku individu (Jahangir dkk., 2014).

Menonton drama Korea sendiri menimbulkan dampak positif dan negatif bagi penontonnya. Dampak positif dari menonton drama Korea dikutip dari Nursila (2017) merupakan sebuah hiburan yang murah. Drama Korea sekarang sangat mudah untuk diakses melalui internet, *mendownload, streaming*, dimana saja dan kapan saja dengan biaya yang terjangkau. Lalu ada hikmah yang dapat diambil tiap cerita drama Korea dimana cerita dalam drama Korea terkadang tidak hanya berdasarkan fantasi dan imajinasi saja melainkan berdasarkan dari kisah nyata dari penulis drama tersebut maupun kisah orang lain. Menambah wawasan mengenai negara Korea, beberapa *scene* yang ditampilkan drama Korea menampilkan kebudayaan negara Korea seperti pakaian tradisional, kebiasaan orang-orang Korea dan lain sebagainya. Memiliki teman baru, karena penyuka drama Korea di Indonesia mencapai ratusan ribu orang dan hal tersebut tidak menutup kemungkinan untuk memperoleh teman baru karena kesamaan sebagai penyuka drama Korea. Kemudian terhindar dari pergaulan yang tidak baik, karena waktu yang digunakan dihabiskan untuk menonton drama Korea.

Selain itu ada efek negatif dari menonton drama Korea. Menurut Zakiya (2017) mengutip dari psikolog bidang *Relationship*, Elizabeth

Santosa; mengatakan terlalu banyak menonton film Korea bisa mengganggu hubungan asmara. Karena seseorang yang menonton drama Korea terlalu banyak jadi memiliki idealisme mengenai cinta. Namun cinta di kehidupan nyata tidak seperti yang ada di drama Korea. Selain itu orang tersebut akan merasa hubungan pacarannya terasa biasa saja. Padahal orang tersebut tidak tahu cerita di setiap pasangan pasti memiliki naik dan turun yang jarang ditunjukkan di dunia maya.

Hal ini juga disebutkan Adam (2016) bagi orang yang sudah mempunyai pasangan atau pacar, menonton drama Korea dapat merasakan bosan pada pacar yang tidak se-romantis atau se-tampan aktor yang ada dalam drama. Rohmatun (2016) menambahkan bahwa menonton drama Korea akan membuat ekspektasi atau harapan akan pasangan atau pacar menjadi tinggi. Aktor pria dalam drama Korea umumnya memiliki sifat romantis, tampan dan keren. Mereka juga sosok pria yang bertanggung jawab, dewasa dan sangat mencintai pasangannya. Hal-hal tersebut dapat membuat penonton drama Korea khususnya perempuan terbuai dengan pesona yang dipancarkan aktor drama Korea dan mereka menginginkan agar pasangan mereka juga memiliki sifat yang sama.

Perasaan bosan, ekspektasi yang tinggi terhadap pacar setelah menonton drama Korea *genre* romantis merupakan hal-hal yang mempengaruhi pikiran dan harapan dan sudut pandang seseorang terhadap hubungan pacarannya seperti yang telah dijelaskan. Cerita yang jarang terjadi di kehidupan nyata seakan memiliki kemungkinan besar untuk terjadi di kehidupan nyata. Perihal seperti pacar akan



bersikap dewasa, romantis, atau ketika ada *scene* romantis yang tidak terjadi dalam hubungannya menjadi keluhan kepada pasangan. Hal ini dapat mengakibatkan berakhirnya hubungan tersebut. Apabila hal ini terus menerus terjadi, perempuan atau laki-laki yang stres dalam hubungan pacarannya akan terus merasakan kekecewaan dan karena tidak sesuai dengan harapannya dan akhirnya putus dengan pasangannya. Terlebih lagi pada usia dewasa awal, dimana salah satu tugas perkembangan menurut Erikson yaitu *intimacy vs isolation*, apabila seseorang dalam tahap ini belum dapat membentuk personal komitmen dengan orang lain, mereka berisiko menjadi terlalu terisolasi dan egois (Papalia, Olds, & Feldman, 2007).

Individu dewasa awal yang terpapar tayangan televisi mengenai berbagai macam perilaku berpacaran beserta *rewards* nya, cenderung untuk mengimitasi perilaku tersebut di dalam hubungan mereka sendiri. Media televisi juga cenderung menampilkan sebuah hubungan berpacaran dengan tampilan yang membuat individu dewasa awal merasa bahwa hubungan pacaran mereka sendiri dirasa tidak cukup. Perasaan yang dirasakan dan informasi dari televisi yang terus menerus ditayangkan seperti itu dapat mengarahkan seseorang untuk memutuskan hubungan pacaran mereka (Milmine, 2015).

Berdasarkan penjelasan yang dikemukakan di atas, peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh dari menonton film drama Korea *genre* romantis dengan stres berpacaran. Penulis ingin mengetahui adakah pengaruh menonton drama Korea *genre* romantis terhadap stres berpacaran pada dewasa awal?

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empirik pengaruh menonton drama Korea *genre* romantis dengan stres berpacaran.

## **C. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan oleh peneliti untuk dapat menjadi sumbangsih bagi program studi psikologi bidang kesehatan mental dan perkembangan dewasa awal terkait dengan permasalahan stres berpacaran dan menonton film drama Korea *genre* romantis.

### **b. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu masukan pada mahasiswa dan masyarakat terkait dalam hubungan stres pacaran atau menonton film drama Korea *genre* romantis.

