

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Kesepian merupakan keadaan di mana jumlah hubungan sosial yang dimiliki individu kurang dari yang diinginkan, dan merupakan kondisi di mana keintiman yang diinginkan belum didapat. Salah satu indikator dari kesejahteraan sosial dan berkoneksi dengan rasa kehilangan hubungan dekat disebut dengan kesepian emosional. Kurangnya relasi sosial juga menyebabkan kesepian sosial. Kesepian yang dialami remaja hanyalah satu dari beberapa masalah kesehatan mental yang mungkin terjadi. Berdasarkan survei Center for Reproductive Health dkk. (2022) mengemukakan dalam 12 bulan terakhir terdapat 15,5 juta remaja di Indonesia mengalami satu masalah kesehatan mental dan sebanyak 4,6% remaja di Indonesia kerap merasa lebih cemas, murung, depresi, kesepian, atau merasa kesulitan dalam berkonsentrasi. Contoh kesepian yang dialami remaja seperti kurang memiliki hubungan yang erat secara sosial maupun emosional dengan orang sekitar (Greenwood & Long, 2009). Menurut Raza dkk. (2021) impulsif menonton (*Binge-Watching*) merupakan pertanda dari kesepian, kecemasan, stres, dan depresi.

Fenomena *Binge-Watching* pertama kali diperkenalkan oleh Flayelle dkk. (2017) sebagai perilaku menonton beberapa episode dari serial TV yang sama secara berurutan. *Binge-Watching* dianggap sebagai “norma baru” dalam konsumsi konten video di aplikasi *video-on-demand* (Anghelcev dkk., 2021). Fenomena ini membuat penonton menjadi tidak memiliki batasan berapapun episode dan jam yang ingin dihabiskan saat menonton. Salah satu jenis serial yang memungkinkan individu untuk menonton secara *Binge-Watching* adalah serial drama Korea, karena drama Korea terdiri dari 12–20 episode yang dapat ditonton sekaligus terutama di aplikasi *video-on-demand*. Berdasarkan survei JakPat (2022) diketahui bahwa rata-rata penonton drama Korea di Indonesia menonton drama Korea setidaknya 4 kali dalam seminggu, dan rata-rata waktu yang dihabiskan untuk menonton dalam sekali duduk adalah 2 jam 45 menit. Gambaran umum durasi menonton drama Korea berdasarkan survei JakPat adalah sebagai berikut.

Tabel 1. 1 Gambaran umum durasi menonton drama Korea berdasarkan survei JakPat

Durasi	Persentase
< 1,5 Jam	22%
1,5 – 3 Jam	46%
3 – 5 Jam	21%
> 5 Jam	11%

Menurut Raza dkk. (2021) waktu menonton di depan layar dapat meningkatkan efek buruk dari *Binge-Watching*. Menurut Exelmans dan Bulck (2017) *Binge-Watching* berdampak pada kualitas tidur yang buruk, kelelahan dan gejala insomnia. *Binge-Watching* yang dilakukan penonton drama Korea menghasilkan interaksi parasosial yang berulang, dan semakin tinggi frekuensi *Binge-Watching* pada individu, maka semakin tinggi juga tingkat interaksi parasosialnya (Putri & Yatim, 2019). Interaksi parasosial dideskripsikan Horton dan Wohl (1956) sebagai ikatan sosial satu sisi simbolis yang dibayangkan individu dengan figur media dan selebriti, serta merupakan hubungan tak berbalas yang dirasakan individu dengan karakter fiksional atau media. Menurut Tsay dan Bodine (2012) interaksi parasosial adalah ikatan keakraban sepihak yang berkelanjutan pada karakter media favorit di luar waktu menonton yang sebenarnya. Interaksi parasosial yang dilakukan individu dengan karakter televisi favorit dapat meningkat karena adanya kesendirian yang dialami sebagai kesepian (Greenwood & Long, 2009). Banyak penelitian yang mengeksplorasi interaksi parasosial pada konteks impulsif belanja (Aulia & Syarifah, 2022; Park & Lennon, 2006; Peng dkk., 2020; Tsiotsou, 2015). Akan tetapi pada konteks impulsif menonton (*Binge-Watching*) masih belum banyak riset yang melakukannya.

Adapun contoh interaksi parasosial pada individu yang melakukan *Binge-Watching* misalnya menjadikan kisah-kisah dalam drama Korea yang ditonton sebagai pengalaman yang tidak mungkin terjadi, dan divisualisasikan sebagai imajinasi (Putri & Yatim, 2019). Dalam membuktikan adanya fenomena tersebut, peneliti melakukan studi awal ke remaja akhir usia 18-23 tahun pada suatu Komunitas Penggemar Drama Korea di *Twitter*.

Tabel 1. 2 Gambaran umum interaksi parasosial di Komunitas Penggemar Drama Korea

No.	Item	STS	TS	N	S	SS
1.	Tokoh favorit saya dapat dijadikan sebagai panutan	0%	0%	5%	46,7%	48,3%
2.	Saya akan senang jika saya bertemu dengan tokoh favorit saya secara langsung	0%	0%	3,3%	13,3%	83,3%
3.	Saya dapat melihat tokoh favorit saya sebagai teman dekat	0%	10%	18,3%	33,3%	38,3%
4.	Saya dapat memahami perasaan tokoh favorit saya dengan baik	0%	0%	10%	36,7%	53,3%

\***Keterangan:** STS = Sangat Tidak Setuju; TS = Tidak Setuju; N = Netral; S = Setuju; SS=Sangat Setuju

Peneliti juga menggali gambaran interaksi parasosial melalui pernyataan "*jika tokoh favorit ini ada di hidup saya secara nyata, maka hidup saya akan lebih seru*" dan meminta penggemar menjelaskan hal tersebut. Terdapat gambaran interaksi parasosial dari penggemar yang menjawab "Sangat Setuju" di semua pernyataan studi awal dan penggemar tersebut menjelaskan bahwa,

*"Ikjun (nama tokoh drama Hospital Playlist) tipe orang yang friendly serta peka terhadap sekitar. Dia bisa membaca suasana ruangan dan bisa meningkatkan atmosfer menjadi lebih nyaman. Songhwa (nama tokoh drama Hospital Playlist) merupakan orang yang rajin, baik hati dan tidak sombong. Songhwa juga merupakan pendengar yang baik serta bisa memberikan solusi. Jika mereka ada di hidup saya, hidup bisa lebih berwarna senang aman dan nyaman. Saya bisa ditemani dan didengarkan"*

Melalui studi awal terdapat gambaran interaksi parasosial yang tinggi pada remaja yang melakukan *Binge-Watching*, khususnya dengan tokoh favoritnya yang dianggap bisa menjadi teman dan menjadi pendengar yang baik bagi mereka. Greenwood (2008) menjelaskan bahwa interaksi parasosial dikaitkan dengan pengaruh negatif dan kesulitan mengatur impulsivitas. Viens dan Farrar (2021) menjelaskan faktor penyebab individu melakukan *Binge-Watching* karena adanya perilaku impulsif selama menonton. Penelitian Peng dkk. (2020) menjelaskan bahwa individu yang kesepian secara sosial dan emosional diduga tertarik pada interaksi parasosial dengan figur media dan pada gilirannya akan lebih mudah terlibat dalam perilaku impulsif.

Urgensi penelitian ini berangkat dari populernya fenomena *Binge-Watching* khususnya di kalangan remaja yang menonton drama Korea, yang di mana menurut penelitian Raza dkk. (2021) *Binge-Watching* merupakan pertanda dari kesepian, yang kemudian berdampak negatif pada kualitas tidur yang buruk, kelelahan, dan gejala insomnia (Exelmans & Bulck, 2017). Perilaku *Binge-Watching* dimotivasi faktor impulsif dan menghasilkan interaksi parasosial yang berulang. Walaupun interaksi parasosial tidak bisa menjadi pengganti hubungan yang nyata, hal ini dapat membantu individu memenuhi kebutuhan sosial, interaksi seperti ini sangat membantu terutama saat aktivitas sosial individu tidak menarik untuknya atau tidak memungkinkan karena berbagai alasan (Jarzyna, 2021). Seperti halnya individu yang membayangkan jika bersama tokoh favoritnya, maka hidup bisa lebih berwarna, senang, aman dan nyaman. Variabel kesepian menjadi persoalan yang perlu dikaji karena kesepian pada remaja kerap kali disebabkan oleh kurangnya hubungan yang erat secara sosial maupun emosional dengan orang-orang di sekitar.

Mempertimbangkan dampak dari kesepian dan interaksi parasosial yang ditimbulkan oleh *Binge-Watching*, penelitian ini menjadi penting untuk memahami bagaimana hubungan antara kedua variabel tersebut. Banyak penelitian yang mengeksplorasi interaksi parasosial pada konteks impulsif belanja, tetapi pada konteks impulsif menonton (*Binge-Watching*) masih belum banyak riset yang melakukannya. Studi mengenai kesepian dan interaksi parasosial menampilkan hasil yang tidak konsisten, beberapa penelitian terbaru mengatakan terdapat hubungan antara kesepian dengan interaksi parasosial (Andriani dkk., 2023; De Bérail dkk., 2019; Peng dkk., 2020), tetapi sebagian penelitian tidak menemukan hubungan kedua variabel tersebut (Chory-Assad & Yanen, 2005; Rubin dkk., 1985; Wang dkk., 2008). Maka dari itu, penelitian ini memiliki tujuan untuk mengeksplorasi kembali dan menemukan bukti empiris terkait hubungan antara kesepian dengan interaksi parasosial pada remaja yang melakukan *Binge-Watching*.

## **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah dideskripsikan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kesepian dengan interaksi parasosial pada remaja yang melakukan *Binge-Watching*?

## **Tujuan Penelitian**

Adapun berdasarkan pemaparan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kesepian dengan interaksi parasosial pada remaja yang melakukan *Binge-Watching*.

## **Kegunaan Penelitian**

### ***Kegunaan Teoritis***

Kegunaan teoritis penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi, seperti pada bidang psikologi klinis yaitu untuk mengeksplorasi kesepian individu dan kaitannya dengan interaksi parasosial pada perilaku *Binge-Watching*. Kemudian bidang psikologi sosial dalam lingkup relasi antara manusia dan dampak perkembangan media. Selain itu pada bidang psikologi perkembangan bermanfaat dalam mengkaji tahapan masa remaja khususnya remaja akhir dan terkait dengan eksplorasi identitas melalui karakter media seperti tokoh dalam drama Korea.

### ***Kegunaan Praktis***

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi bagi individu terkait pentingnya mengatasi kesepian sehingga individu yang mengalami kesepian dapat berinteraksi secara sosial dengan lingkungan, bukan secara parasosial yang interaksinya sepihak dan tidak nyata. Kegunaan praktis lainnya diharapkan dapat berguna untuk menjelaskan bagaimana individu merespons karakter media favorit dan alasan mengapa individu dapat tertarik melakukan interaksi parasosial. Kemudian penelitian ini bermanfaat untuk riset selanjutnya yang akan meneliti fenomena *Binge-Watching* ataupun terkait kesepian dan interaksi parasosial.