

**KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK
SELF-MANAGEMENT UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU *PARASOCIAL RELATIONSHIP***

(Penelitian terhadap Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Sumedang Tahun Ajaran 2023/2024)

TESIS



Oleh

**Farhan Faturachman
2105139**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2023**

FARHAN FATURACHMAN

2105139

**KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK *SELF*
MANAGEMENT UNTUK MEREDUKSI PERILAKU HUBUNGAN
PARASOSIAL**

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



**Prof. Dr. Ahman, M.Pd
NIP. 195901041985031002**

Pembimbing II



**Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd
NIP. 196007041986012001**

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Pendidikan Indonesia



**Dr. Ipah Saripah, M.Pd
NIP. 197710142001122001**

**KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK
SELF-MANAGEMENT UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU *PARASOCIAL RELATIONSHIP***

Oleh

Farhan Faturachman

M.Pd. UPI, 2023

Sebuah Tesis yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Master Pendidikan (M.Pd.) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

© Farhan Faturachman

Universitas Pendidikan Indonesia

November 2023

Hak Cipta dilindungi Undang-undang.

Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,
difotokopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

ABSTRAK

Farhan Faturachman (2023). Konseling kelompok menggunakan teknik *self-management* untuk mereduksi perilaku *parasocial relationship* (Penelitian pada Peserta Didik Kelas XI SMA Negeri 1 Sumedang Tahun Ajaran 2023/2024).

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh temuan-temuan permasalahan di sekolah yang berkaitan dengan hubungan parasosial. Tujuan penelitian untuk membantu siswa mengurangi perilaku parasosial dengan menggunakan teknik *self management*. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Single Subject Research* (SSR) dan menggunakan desain *reversal A-B-A*. Responden berjumlah 600 orang yang merupakan siswa kelas XI SMA Negeri 1 Sumedang. Instrumen yang digunakan merupakan skala hubungan parasosial (*Parasocial relationship*) yang berjumlah 24 item. Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa terdapat 4 siswa yang memiliki kecenderungan perilaku hubungan parasosial. Sehingga 4 siswa tersebut dijadikan sebagai subjek penelitian dengan menggunakan konseling kelompok *self management*.

Kata Kunci : Hubungan parasosial, konseling kelompok, *self management*

ABSTRACT

Farhan Faturachaman (2023). Group counseling uses self-management techniques to reduce parasocial relationship behavior (Research in Class XI Students of SMA Negeri 1 Sumedang Academic Year 2023/2024).

This research is motivated by the findings of problems in the school related to parasocial relationship. The aim of the research is to help students reduce parasocial behavior by using self-management techniques. The research uses a quantitative approach with the Single Subject Research (SSR) method and uses an A-B-A reversal design. Respondents numbered 600 people who were class XI students at SMA Negeri 1 Sumedang. The instrument used is a parasocial relationship scale with 24 items. The results of data collection show that there are 4 students who have a tendency to behave in parasocial relationships. So these 4 students were used as research subjects using self-management group counseling.

Keywords: Parasocial relationship, groups counseling, *self management*

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR IS	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GRAFIK	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi dan Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
E. Sistematika Penulisan Tesis	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Hubungan Parasosial	13
B. Konseling Kelompok	17
C. Teori Kognitif Behavior	20
D. Teknik <i>self Management</i>	28
E. Remaja	32
F. Riset Mengenai <i>Self Management</i> dan Hubungan Parasosial	38
BAB III Metodologi Penelitian	
A. Pendekatan Penelitian	42
B. Metode dan Desain	42
C. Teknik Pengumpulan Data	45
D. Partisipan	45
E. Definisi Operasional Variabel	45
F. Instrumen	49
G. Uji Coba Instrumen Penelitian	53
G. Teknik Analisis Data dan Pengolahan Data	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	64
B. Pembahasan	86
C. Keunggulan dan Keterbatasan Penelitian	90
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	
A. Simpulan	91
B. Rekomendasi	92
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP PENULIS	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-kisi Instrumen Hubungan Parasosial	50
Tabel 3.1	Pedoman Penyebaran Skala Hubungan Parasosial	51
Tabel 3.1	Contoh Data	52
Tabel 3.1	Hasil Transformasi Data	53
Tabel 3.1	Hasil Uji Validitas.....	55
Tabel 3.1	Reliabilitas Instrumen Hubungan Parasosial (Person).....	56
Tabel 3.1	Kriteria Reliabilitas Instrumen.....	56
Tabel 3.1	Reliabilitas Instrumen Hubungan Parasosial (Item)	56
Tabel 3.1	Kategori Skor Alpha Cronbach	57
Tabel 3.1	Keragaman Residu Standar	58
Tabel 3.1	Kriteria Unidimensionality	58
Tabel 3.1	Format Pencatatan Data Setiap Sesi.....	59
Tabel 4.1	Gambaran Tingkat Hubungan Parasosial	64
Tabel 4.1	Profil Indikator 1	65
Tabel 4.1	Profil Indikator 2	66
Tabel 4.1	Profil Indikator 3	67
Tabel 4.1	Profil Indikator 4	68
Tabel 4.1	Profil Indikator 5	69
Tabel 4.1	Profil Indikator 6	70
Tabel 4.1	Faktor Pengaruh Hubungan Parasosial	71
Tabel 4.4	Rekapitulasi Perolehan Skor Subjek GMN pada Fase A1-B-A2	74
Tabel 4.4	Rekapitulasi Perolehan Skor Subjek IB pada Fase A1-B-A2	75
Tabel 4.4	Rekapitulasi Perolehan Skor Subjek AMK pada Fase A1-B-A2	75
Tabel 4.4	Rekapitulasi Perolehan Skor Subjek RNM pada Fase A1-B-A2	76
Tabel 4.2	Gabaran Tingkat Hubungan Parasosial	73
Tabel 4.4	Panjang Kondisi	82
Tabel 4.4	Perubahan Level Subjek	85
Tabel 4.4	Data Keseluruhan Hasil Analisis Subjek	85

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.2 Perolehan Skor Fase A1 Subjek	77
Grafik 4.2 Perolehan Skor Fase B Subjek	79
Grafik 4.2 Perolehan Skor Fase A2 Subjek	81
Grafik 4.4 Kecenderungan Arah Subjek GMN.....	83
Grafik 4.4 Kecenderungan Arah Subjek IB	83
Grafik 4.4 Kecenderungan Arah Subjek AMK.....	84
Grafik 4.4 Kecenderungan Arah Subjek RNM.....	84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	
Administrasi Penelitian	
Surat Keterangan Pengangkatan Dosen	98
Lembar Bimbingan Tesis	100
Surat Rekomendasi Uji Plagat	102
Surat Rekomendasi Sidang	103
Surat Permohonan Judgment Instrumen	104
Lampiran B	
Instrumen Penelitian	
Angket Instrumen Penelitian	98
Rancangan Program Bimbingan dan Konseling	102
Lampiran C	
Pengolahan Data	
Uji Validitas	115
Uji Reliabilitas	116
Uji Unidimensionality	117
Nilai Rasch Measure	118
Lampiran D	
Dokumentasi	
Dokumentasi Penelitian	125

DAFTAR PUSTAKA

Ageng, R., Cindoswari, & Dina, Diana. (2019). *Peran Media Massa terhadap Perubahan Perilaku Remaja di Komunitas Kpopers*. Batam; Jurnal Komunikasi

Asfira, R., Rinata & Sulih, I., Dewi. (2019). *Fanatisme Penggemar Kpop dalam Bermedia Sosial di Instagram*. Jurnal Ilmu Komunikasi.

Cohen (2004). *Parasocial break-up from favorite television characters: The role of attachment styles and relationship intensity*. Journal of Social.

Darfiyanti, Dita & Bagus, A., Putra. (2012). *Pemujaan terhadap Idola Pop sebagai Dasar Intimate Relationship pada Dewasa Awal*. Yogyakarta; Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial.

Dimas, A., Saifuddin & Achmad, M., Masykur. (2014). *Interaksi Parasosial: Sebuah Studi Kualitatif Deskriptif pada Penggemar JKT48*. Ejourna; UNDIP.

DiTommaso, E., & Spinner, B. (1997). *Social and emotional loneliness: a reexamination of Weiss' typology of loneliness*. Person individ diff, Vol. 22. No. 3.

Endang, S., & Sinta, P., Lestari. (2019). *Hubungan Frekuensi Menonton Tayangan Budaya Korea (K-Pop) dan Pengimitasian Sikap pada Pelajar di SMP Eka Sakti Banyumanik*. Semarang; UNPAD.

Fenny, Pramasella. (2019). *Hubungan antara Lima Besar Tipe Sifat Kepribadian dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau*. Psikoborneo. Universitas Unawarman.

Giles, D. C., & Maltby, J. (2004). *The role of media figures in adolescent development: Relations between autonomy, attachment, and interest in celebrities*. *Personality and Individual Differences*, 36(4).

Hardani et al. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta; Pustaka Ilmu Group

Hidayati, S., Diana. (2015). *Self Compassion dan Loneliness*. Jambi; Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan.

Horton & Wohl. (1956). *Mass Communication and Para-social Interaction: Observations on Intimacy at a Distance*. Psychiatry.

Hurlock, E., B. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta; Erlangga.

Kate, S., Kurtin et al. (2019). *Parasocial Relationships with Musicians*. The Journal of Social Media in Society Fall.

Muhammad, Khairil dkk. (2019). *Efek Ketergantungan Remaja K-Popers terhadap Media Sosial*. Palu; Jurnal ASPIKOM.

Nurihsan, J., A. (2007). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung; Refika Aditama.

Nicole, Liebers & Holger, Schramm. (2019). *Parasocial Interactions and Relationships with Media Characters*. Communication Research.

Novapusita, M. (2017). *Studi Deskriptif Mengenai Bentuk Parasocial Relationship pada Perempuan Penggemar Girlgroup K-Pop yang Berdomisili di Indonesia*. Bandung; Universitas Kristen Maranatha.

Prayitno. (1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta; Ghalia Indonesia.

Purwanta, Edi. (2012). *Modifikasi Perilaku Alternatif Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus*. Yogyakarta; Pustaka Pelajar.

Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). *Social and emotional loneliness: an examination of weiss's typology of loneliness*. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 46, No. 6.

Sari, C., A. (2019). *Efektivitas Konseling Kelompok dengan Menggunakan Self Management untuk Mereduksi Kecanduan Media Sosial Peserta Didik di SMA Negeri 3 Bandar Lampung*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Sekarsari, & Sri, F., Mashoedi. (2019). *Hubungan antara Loneliness dan Perilaku Parasosial pada Wanita Dewasa Muda*. Jurnal Ilmiah Psikologi.

Siyoung, C. & Hichang, C. (2017) *Fostering Parasocial Relationship with Celebrities on Social Media*. Psychology and Marketing.

Sugiyono (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, 19th ed. Bandung: CV. ALFABETA.

Syahrum, & Salim. (2014) *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung; Citapustaka Media.

Tohirin. (2013). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta; Rajawali

Tukachinsky. (2010). *Para-Romantic Love and Para-Friendships : Development and Assessment of a Multiple-Parasocial Relationships Scale*. Washington; American Journal of Media Psychology.

Vera, N., Efathania, & Aisyah. (2019). *Hubungan antara Big Five Personality Trait dengan Celebrity Worship pada Dewasa Muda Penggemar K-Pop di Sosial Media*. Jakarta; Jurnal Ilmiah Psikologi.

Weiss, R., S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. APA PsycNET

Yashinta, Junita & Dwi, Hurriyati. (2020). *Problematic Internet Use Digunakan Ketika Kesepian pada Remaja*. Binadarma; Jurnal Ilmiah PSYCHE.

Yulia, Etikasari. (2018). *Kontrol Diri Remaja Penggemar K-Pop (K-Popers)*. Yogyakarta. UNY.

Yusnita, Tanti, dkk. (2018). *Kesepian pada Istri Tentara Nasional Indonesia*. Yogyakarta; Psikis: Jurnal Psikologi Islami.

Zarda, A., Firdausa, & Luh, P., Shanti. (2019). *Hubungan antara Kesepian dengan Interaksi Parasosial pada Perempuan Dewasa Muda Anggota Fansclub Prillvers*. Semarang; Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula.