

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar belakang masalah

Proses akulturasi kebudayaan pada saat ini bukanlah suatu hal yang baru, akulturasi menurut KBBI merupakan masuknya pengaruh kebudayaan asing dalam suatu masyarakat menyebabkan sebagian unsur kebudayaan asing diserap secara selektif, baik dalam jumlah yang sedikit maupun dengan jumlah yang banyak, sementara sebagian lainnya berusaha untuk menolak pengaruh tersebut. Melihat banyaknya kebudayaan-kebudayaan asing yang telah masuk ke dalam Indonesia dan dapat diterima oleh masyarakat Indonesia salah satunya ialah kebudayaan yang berasal dari Jepang yang cukup digemari pada saat ini yaitu *Idol*. *Idol* atau dalam bahasa Jepang *aidoru* (アイドル).

Menurut kamus bahasa Jepang *idol* atau *aidoru* (アイドル) adalah istilah untuk menyebutkan orang-orang yang dipuja dan bergerak dalam industri hiburan yang menjual daya tarik, citra, ataupun kepribadian dalam budaya *pop* Jepang. *Idol pop* dapat dikatakan sebagai orang yang memiliki multi talenta karena dapat bernyanyi, menari, berakting, model, dan lainnya dalam industri hiburan (Xie, 2020).

*Idol group* merupakan sebuah konsep dimana laki-laki atau perempuan yang terkumpul menjadi sebuah kelompok. Para *idol* memiliki pekerjaan seperti bernyanyi dan menari, namun *idol* juga akan dituntut untuk belajar berakting, berbicara didepan publik, melawak, membawa acara atau sebagainya. *Idol group* ini biasanya diisi oleh anak-anak muda yang memiliki kharismanya tersendiri yang dapat menjadikan nilai tambah di mata para penggemar. Namun memiliki bakat saja tidak cukup untuk menjadi sukses pada industri musik Jepang, diperlukan sesuatu yang menjadi ciri khas atau keunikan tersendiri baik dari setiap anggota maupun dari *idol group* itu sendiri (Dreisbach, 2018). Melalui penjelasan sebelumnya, disimpulkan bahwa *idol group* adalah sekelompok penghibur dengan usia muda yang menjadi penyanyi, penari, atau model dan memiliki langkah karir yang spesifik pada aliran kebudayaan Jepang.

Bekerja sebagai anggota *idol group* memang memiliki tekanan yang cukup besar seperti berlatih secara intensif, jadwal yang padat seperti konser didalam maupun diluar kota, menjaga citra publik, berinteraksi dengan penggemar, dan harus selalu merawat diri agar badan tetap bugar dan cantik.

*Idol group* bisa berlatih selama delapan hingga 10 jam untuk latihan vokal dan koreografi, dua hingga tiga jam untuk pemotretan untuk *merchandise*, dan sekitar 2 jam atau lebih untuk melakukan interaksi bersama para penggemar termasuk menjual *merchandise* tergantung dari seberapa banyak orang yang membeli dan seberapa banyak waktu yang disediakan oleh panitia acara yang mengundangnya.

Salah satu *idol group* lokal yang berasal dari kota Yogyakarta bernama Kohi Sekai. Kohi Sekai berdiri sejak 19 juni 2019, pada awalnya Kohi Sekai merupakan proyek senang-senang saja namun pada akhirnya dibuat menjadi sebuah *idol group* yang lebih profesional, dengan diberikan konsep dan hal lainnya. Kohi Sekai memiliki struktur organisasi berupa *flatarki* dengan susunan organisasi dikepalai oleh manajer, lalu *staff*, anggota idol, dan penggemar.

pada bulan Oktober 2024 informasi yang diberikan oleh manajer Kohi Sekai melalui aplikasi grup *discord*. Manajer Kohi Sekai memberikan informasi bahwa *Kohi Sekai* akan melakukan konser sebanyak 6 kali pada tempat dan kota yang berbeda, mulai dari Bandung, Surabaya, Solo, Yogyakarta, bahkan Padang. Ada beberapa konser yang memiliki tanggal yang berdekatan seperti tanggal 12 Oktober 2024 di kota Solo, 13 Oktober 2024 di kota Surabaya, 19 Oktober 2024 di kota Solo, dan tanggal 20 Oktober 2024 di kota Yogyakarta. Konser yang berdekatan dan pada kota yang berbeda sangat memungkinkan anggota menjadi lelah baik secara fisik maupun mental.

Tekanan sosial juga bisa menjadi sebuah faktor yang dapat menimbulkan stres dan juga adanya aturan-aturan yang ketat yang harus diikuti oleh setiap anggota *idol group* selain itu seorang *idol* juga dituntut untuk menjaga citra publik yang baik sehingga dapat dicontoh oleh orang lain, atau anak-anak. Aktivitas yang dilakukan semuanya memang membutuhkan energi dan dedikasi yang luar biasa. Tekanan untuk selalu tampil sempurna di depan umum, ditambah dengan ekspektasi tinggi dari agensi dan penggemar, dapat menciptakan lingkungan yang sangat rentan terhadap anggota *idol group*. Tekanan untuk bekerja keras sering kali membuat emosi menjadi tidak stabil, kenyataannya terkadang walaupun keadaan memaksa untuk bekerja keras dengan keadaan emosi yang sedang tidak stabil, faktor alami seperti kebosanan, kelelahan dan kurangnya semangat menjadi polemik saat melakukan rutinitas.

Setiap interaksi antara penggemar dan idola yang disukainya pada dasarnya, merupakan interaksi yang bersifat mendukung (VanHaecke, 2020). Namun hal tersebut berbanding lurus dengan apa yang akan didapatkan seperti popularitas dan pengalaman yang didapatkan. Walaupun begitu menjadi anggota

*idol group* bisa menjadi pekerjaan yang dapat membuat stres, karena harus melakukan hal yang sama terus-menerus hingga waktu yang ditentukan khususnya pada saat berlatih, karena seorang *idol* ingin menampilkan yang terbaik kepada penggemarnya. Kondisi tersebut apabila tidak segera ditangani ataupun tidak mencari solusi untuk mengurangi stres maka seorang *idol* dapat memasuki fase *burnout*.

*Burnout* adalah adalah situasi di mana seseorang mengalami penurunan emosi, kehilangan motivasi, dan komitmen akibat stres emosional, yang membuat orang cepat merasa lelah baik secara fisik maupun mental, serta cenderung bersikap sinis terhadap orang lain (Maslach et al., 2001). *Burnout* adalah keadaan yang timbul dari pandangan bahwa usaha yang telah dilakukan tidak memberikan hasil yang diinginkan. Sementara itu, dari sudut pandang transaksional, *burnout* dipahami sebagai gejala yang muncul akibat penggunaan strategi coping yang tidak efektif dan bersifat progresif (Montero-Marín et al., 2009). *Burnout* adalah perubahan sikap dan perilaku yang ditandai dengan reaksi psikologis menarik diri dari pekerjaan, seperti menjaga jarak dari orang lain, bersikap sinis terhadap orang lain, sering absen, terlambat, dan memiliki keinginan yang kuat untuk pindah kerja (Cherniss, 1980). Dari pengertian dari *burnout* dapat disimpulkan bahwa *burnout* merupakan keadaan dimana seseorang memiliki rasa lelah secara emosional yang diakibatkan oleh rasa stres selama bekerja dengan rasa ingin menarik diri dan menghindari pekerjaan.

Pada konteks *idol group*, aspek *burnout* dapat muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari kelelahan fisik, penurunan performa, tidak menanggapi penggemar secara profesional, hingga masalah kesehatan mental yang serius. Faktor yang biasanya mengakibatkan *burnout* pada seorang *idol* yaitu disebabkan seringnya berinteraksi dengan berbagai macam sifat penggemarnya ataupun para penonton baru dan jadwal konser yang padat memungkinkan meningkatnya faktor *burnout* ini. Seperti yang pendapat yang diberikan oleh (Maslach et al., 2001), terdapat tiga dimensi dari *burnout* yaitu 1) kelelahan emosional, dengan berinteraksi dengan berbagai macam sifat penggemar seorang *idol* harus menanggapi dan berperilaku secara profesional bagaimanapun keadaan diri pada saat itu, entah sedang lelah secara fisik, maupun mental selama itu masih dalam jam kerjanya. 2) depersonalia, seorang *idol* memang diwajibkan untuk berperilaku secara profesional dimanapun dan bagaimanapun keadaannya, walaupun begitu terkadang *idol* akan menjauh dari keramaian dan memberikan respon negatif dan terkesan menghindar pada saat dihampiri oleh penggemarnya, 3) penurunan prestasi pribadi,

dikarenakan harus selalu tampil maksimal dan profesional pada saat stres sang *idol* sudah mencapai batasnya, hal tersebut dapat mempengaruhi bagaimana performa pada saat latihan maupun pada saat bekerja. Dimensi tersebut bisa saja dialami oleh anggota *idol group*.

*Idol* yang beraliran Jepang tidak diberikan kontrak budak hanya untuk bisa tampil diatas panggung, dan calon *idol* ini juga hanya dilatih secara singkat hanya untuk mengingat dasar dari tarian pada lagu-lagu yang akan dibawakan karena *idol* beraliran Jepang memegang prinsip “tumbuh bersama penggemar” (Lee, 2023). Seorang anggota *idol group* memiliki jadwal yang padat dan juga latihan yang intensif walaupun begitu *idol group* tetap diberikan sebuah fleksibilitas dalam bekerja, seperti berapa lama *idol group* tampil pada konser yang dihadiri dan kapan mendapatkan libur. *Idol* juga diberikan upah bulanan yang cukup untuk keperluannya dan upah tersebut dapat bertambah tergantung dari berapa banyak *merchandise* yang terjual (Lee, 2023). Dengan semua kemewahan yang diberikan harapannya seorang *idol* mampu mengatur diri sendiri agar meskipun banyak tekanan masih tetap mampu bertahan dan tidak mengalami stres bahkan *burnout*.

Kenyataannya dilansir dari (Koreaboo, 2023) salah satu anggota *idol group* Korea yaitu BTS, dalam *podcast Suchwita* Suga BTS salah satu anggotanya yang bernama V mengatakan bahwa V merasa kelelahan walaupun sudah memenangkan sebuah penghargaan bergengsi antar *idol group*. V merasa membandingkan kinerja pada saat diatas panggung dengan anggota lainnya, V menganggap bahwa V lebih lambat dari anggota lainnya dan tidak dapat tampil secara sempurna dan menikmatinya pada saat di atas panggung. Pada *podcast* tersebut V mengatakan “Karena kecepatanku lebih lambat dibandingkan anggota lain, dan pemikiranku sedikit berbeda. Apakah itu sebabnya aku menjadi lebih kelelahan?”. Semakin lama orang bergabung sebagai *idol group* maka semakin loyal pula penggemar yang anggota *idol group* itu miliki, karena para penggemar ini akan rela melakukan apapun demi sang idolanya dan tak jarang penggemar membuat sebuah *fandom* hanya untuk mendukung idolanya (Syafa et al., 2023).

Peneliti juga melakukan wawancara bersama ketiga partisipan yaitu ZV, FH, DA secara singkat, tujuan dari wawancara ini untuk memperoleh data awal penelitian dan bagaimana gambaran *burnout* yang terjadi pada *idol group* yang menjadi subjek dari penelitian ini. Wawancara ini dilakukan di sebuah

event jeJepangan di daerah Demangan, Yogyakarta. 6 Desember 2024. Peneliti mengajukan pertanyaan apakah pernah mengalami *burnout* selama menjadi anggota *idol group*.

Pertama yaitu ZV mengatakan

*“sebenarnya bukan burnout tapi aku cuman cape disaat aku harus posting-posting otsukare atau repost postingan-postingan fans-fans, itukan membutuhkan waktu yang lama karena masalah koneksi internet. itu bikin makin lama dan makin lemot jadinya ya bikin kesel bikin cape juga”*

Kedua yaitu FH mengatakan

*“mungkin pernah ya tapi gak sering ya”* kemudian FH menambahkan *“eee biasanya aku tuh, jujur banget ya aku anaknya insecurean, jadi sebenarnya sifat ini itu tidak lazim ya untuk dimiliki oleh seorang idol, kalau bisa jangan insecurean kalau mau jadi idol yaaku tuh orangnya insecurean jadi kalau aku melihat idol lain, yang lebih bagus, yang lebih rame fansnya, aku kadang jadi suka kepikiran akhirnya aku jadi overthinking sendiri bagaimana ya caranya aku bisa sebgus itu, aku jadi rendah diri sedikit. Tapi kadang hal itu bisa membuat termotivasi, bisa buat semangat lagi”*

Ketiga yaitu DA mengatakan

*“tentu pernah, karena ngerasa diriku ngestuck disitu-situ aja”*

dari pertanyaan pertama yang peneliti berikan, ketiga anggota *idol group* menyebutkan bahwa pernah mengalami burnout dengan kesulitan atau gejalanya masing-masing. ada yang merasa burnout karena menghadapi *fans*, ada yang membandingkan diri dengan orang lain, dan ada juga yang merasa kemampuannya tidak berkembang.

Peneliti juga menanyakan adakah keinginan untuk menghindari berkegiatan sebagai anggota grup idol

Pertama ZV mengatakan

*“gak pernah, karena kan ngidol itu gak setiap hari setiap waktu, jadi menurut aku sudah sangat cukup”*

Kedua FH mengatakan

*“kalau untuk itu sih gak ada ya sebenarnya karena aku mau didalam kegiatan event maupun diluar kegiatan event, aku sama member, manajer sama staff aku baik-baik aja, gak ngerasa gimana-gimana”*

FH juga menambahkan

*“karena kan gak sesering itu ya ketemu jadi seminggu itu cuman 1-2x, dan waktu buat aku sendiri juga banyak ya, jadinya diwaktu aku sendiri itu bisa aku pake buat merenung, introspeksi diri, aku kurangnya apa, apa yang bisa tingkatkan gitu.”*

Ketiga DA mengatakan

*“gak pernah”*

dari pertanyaan kedua ini dapat terlihat walaupun ketiga anggota *idol group* ini pernah merasakan burnout tetapi ketiga anggota *idol group* tersebut tidak memiliki perasaan untuk menghindari dari pekerjaannya tersebut.

Peneliti juga bertanya kepada manajer dari Kohi Sekai terkait perkembangan jumlah penggemar.

Manajer mengatakan

*“pesat banget ya, kalau 2019 dulu masih bisa dihitung jari, mungkin sekarang bisa dihitung jari kali berapa begitu, dan memang sudah banyak banget ini juga membuat semangat Kohi Sekai untuk terus bikin karya-karya baru dan memang kita selalu ditunggu untuk membuat karya-karya baru”*

Selama peneliti mengobservasi *idol group Kohi Sekai* peneliti melihat bagaimana *idol* berbicara pada saat diatas panggung, bagaimana membawa suasana yang baik bagi para penontonya, dan bagaimana cara berinteraksi dengan para penggemarnya. Terkadang para anggota merasakan kelelahan pada saat berinteraksi dengan penggemar dan tak jarang pada sesi istirahat para *idol* langsung kembali pada *drop point* untuk menghindari semua kontak dengan orang luar terkecuali sesama anggota dan manajer yang menemani, hal tersebut dapat menunjukkan bahwa sang *idol* sedang mengalami kelelahan secara emosional dengan keadaan yang ada. Peneliti juga pernah mendapati salah satu anggota *idol Kohi Sekai* tidak tampil secara maksimal dan terlihat mengalami penurunan performa pada saat diatas panggung, hal ini dibuktikan dengan adanya kesalahan pada saat melakukan *blocking*, lupa dengan lirik lagu yang sedang dibawakannya, dan juga tidak fokus pada saat tampil. Hal tersebut dapat berdampak pada karir dari sang *idol* karena dapat digantikan oleh anggota baru, dan juga hilangnya *loyal* dari para penggemarnya.

Pernyataan dan contoh kasus yang telah dipaparkan di atas sumber permasalahan *burnout* dapat muncul mulai dari kelelahan yang dialami hingga perasaan kurang mampu dalam diri untuk terus berkembang. Berinteraksi dengan penggemar, saling mendukung antara *idol group*, dan persaingan-persaingan dengan *idol group-idol group* lainnya yang memungkinkan seorang anggota *idol group* mengalami kelelahan secara fisik dan mental ketika tampil serta berinteraksi dengan para penggemar, *depersonalia* dengan membatasi interaksi dengan orang lain, sehingga dapat mengalami *Inefficacy* hilangnya produktivitas dalam diri dan merasa tidak dapat berkembang lebih dalam industri ini.

Terlepas dari popularitas yang semakin meningkat, terdapat permasalahan serius yang belum mendapat perhatian akademis yang memadai mengenai tingginya tingkat burnout di kalangan anggota *idol group* lokal. Meskipun penelitian mengenai burnout dalam industri hiburan telah banyak dilakukan di konteks global, khususnya di Jepang dan Korea Selatan, literatur akademis mengenai pengalaman burnout anggota *idol group* lokal Indonesia masih sangat terbatas. Kesenjangan ini menjadi kritis mengingat adanya perbedaan signifikan dalam konteks budaya, sistem industri, dan dukungan institusional antara *idol group* asal Jepang dengan adaptasinya di Indonesia. Penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada aspek konsumerisme dan representasi budaya pop Jepang di Indonesia, namun mengabaikan dampak psikologis terhadap para performer yang menjadi tulang punggung industri ini. Padahal, pemahaman mendalam tentang pengalaman subjektif burnout dalam konteks lokal sangat diperlukan untuk mengembangkan strategi pencegahan dan intervensi yang tepat sasaran.

Penelitian tentang *burnout* anggota *idol group* lokal beraliran Jepang bukan sekadar studi akademis, tetapi upaya mendesak untuk memahami dan mengatasi permasalahan kesehatan mental yang mengancam keberlanjutan industri kreatif Indonesia. Penelitian yang menggunakan metodologi kualitatif yang mendalam, penelitian ini akan memberikan bantuan kepada para performer yang selama ini terpinggirkan dalam diskusi akademis, sekaligus menyediakan fondasi empiris untuk pengembangan industri hiburan yang lebih humanis dan berkelanjutan. Urgensi penelitian ini terletak pada tindakan antara kebutuhan akademis untuk mengisi *research gap*, kebutuhan praktis industri untuk perkembangan yang berkelanjutan, dan kebutuhan sosial untuk melindungi kesehatan mental generasi muda yang terlibat dalam industri kreatif Indonesia.

Berdasarkan latar belakang di atas penulis berinisiatif untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai **“Gambaran *Burnout* pada *idol group* Kohi Sekai”** penelitian ini berfokus pada faktor-faktor penyebab, dampak, dan bagaimana strategi pengurangan risiko *burnout* yang dapat diterapkan. Peneliti tertarik dalam melakukan penelitian bagaimana para anggota *Kohi Sekai* mengatasi stres atau *burnout* yang dapat melanda anggota *idol group* selama berkarier.

## **B. Tujuan penelitian**

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran *burnout* pada anggota *idol group Kohi Sekai*

## **C. Manfaat penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini ada dua sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap literatur akademis psikologi mengenai kesehatan mental dalam industri hiburan.
  - b. Bagi peneliti, sebagai bahan tambahan motivasi dan perbandingan serta menjadi bahan acuan atau referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti lebih dalam khususnya berkaitan dengan *burnout* terhadap *pop culture* Jepang bidang *idol group*
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi calon anggota atau anggota *idol group* dan manajer *idol group* diharapkan menjadi bahan dan masukan dalam memperhatikan faktor psikologis dalam bekerja serta menyediakan wawasan praktis bagi para pemangku kepentingan dalam industri *idol group*.
  - b. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pelajaran atau referensi dalam membuat sebuah aturan yang baik dan sesuai dengan keadaan organisasi.