

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Semasa hidupnya, setiap individu melewati tahap-tahap kehidupan mulai dari bayi, kanak-kanak, remaja, dewasa awal, dewasa tengah, hingga dewasa akhir. Di antara masa remaja hingga dewasa awal, terdapat periode kehidupan yang disebut *emerging adulthood* antara usia 18-25 tahun (Arnett, 2000). Pada masa ini, individu tidak merasa seperti anak-anak, tidak juga merasa sudah dewasa. Menurut Arnett (2024), terdapat 5 ciri masa *emerging adulthood*, yaitu: masa eksplorasi identitas, ketidakstabilan, fokus pada diri, perasaan di antara, dan masa kemungkinan/optimisme. Selain 5 ciri tersebut, masa *emerging adulthood* juga memiliki tiga kriteria lain, yaitu: menerima tanggung jawab atas diri sendiri, mengambil keputusan secara mandiri, dan mandiri secara finansial (Arnett, 2000).

Pada masa *emerging adulthood*, individu berada pada masa eksplorasi mengenai hidupnya pada berbagai aspek seperti cinta, pekerjaan, atau pandangan tentang dunia, sehingga banyak tantangan untuk tugas perkembangan yang harus diselesaikan (Arnett, 2000). Eksplorasi yang dialami tidak selalu menyenangkan dan dapat berujung pada kegagalan, kekecewaan, serta penolakan. Individu dalam bereksplorasi cenderung mengalami kesulitan dalam menempatkan dirinya sebagai orang dewasa yang baru, hal ini seringkali disebut “*quarter life crisis*” (Robbins & Wilner, 2001, dalam Arnett, 2007). Arnett (2007) mengungkapkan bahwa kebebasan individu yang berfokus pada diri membuat mereka mandiri dan memahami diri lebih baik. Namun, kebebasan individu dalam mengeksplor diri membuat individu menjadi kehilangan arah dan berakibat pada masalah kesehatan mental. Banyak individu pada dewasa awal yang mengalami masalah kesehatan mental serius, seperti depresi berat dan gangguan penggunaan zat.

Dalam menghadapi tantangan tersebut, tidak jarang *emerging adulthood* melarikan diri atau mencari hiburan dengan menonton drama untuk merilekskan diri dari tekanan kehidupan (Fatima & Kewalramani, 2024; Fatima et al., 2025). Kondisi lingkungan saat ini dipengaruhi oleh teknologi digital yang marak

berkembang di Indonesia. *Emerging adulthood* sudah terbiasa dengan perkembangan digital ini, sehingga mereka dapat mengakses informasi dan berbagai media hiburan dengan mudah. Kemajuan teknologi juga mendorong modernisasi yang memberikan peluang bagi budaya luar, seperti *Korean Wave* untuk masuk ke Indonesia. Drama Korea merupakan salah satu bentuk dari *Korean Wave*. Drama Korea menarik minat anak muda melalui alur cerita yang menarik dan tidak membosankan, wajah aktor/aktris yang menarik, *acting* yang bagus, dan durasi setiap episodenya tidak terlalu panjang (Topan & Ernungtyas, 2020; Marthaya, 2016, dalam Istanti, 2019). Drama Korea juga memiliki berbagai genre yang dapat menjadi pilihan bagi penontonnya, yaitu romantis, melodrama, sejarah, fiksi, komedi, dan lain-lain (Fatima & Kewalramani, 2024).

Survei yang dilakukan Katadata Insight Center (2022) menunjukkan bahwa drama Korea menduduki tingkat tertinggi sebagai hiburan Korea Selatan yang paling diminati di Indonesia. Jakpat, yaitu *platform survei online*, melakukan survei pada 2.435 orang di tahun 2022 yang hasilnya adalah drama Korea menjadi pilihan favorit warga Indonesia dengan persentase sebesar 72% (Haisya, 2023). Tidak hanya Jakpat, Katadata Insight Center juga melakukan survei pada tahun 2022 yang menunjukkan bahwa terdapat 74,6% peminat drama Korea di Indonesia (Susanto, 2025). Survei yang dilakukan oleh The Ministry of Culture, Sports and Tourism (MCST) pada tahun 2023 (Kompasiana, 2024) juga menunjukkan bahwa Indonesia berada pada urutan pertama dengan persentase sebesar 86,3% sebagai negara yang paling menyukai budaya Korea Selatan.

Drama Korea memikat warga Indonesia dari remaja hingga dewasa. Dilansir dari IDN Media (2024), sebanyak 65% generasi Z yang berusia 11 hingga 26 tahun memilih untuk menonton di *platform streaming online*. IDN Media (2024) menemukan bahwa drama Korea dapat ditonton oleh kategori usia 16-20 tahun dan 20-26 tahun di aplikasi *streaming online* Netflix sebesar 57% dan 54%; Disney+ sebesar 11% dan 9%; serta Viu masing-masing sebesar 6%. Drama Korea dapat ditonton di aplikasi *streaming online* seperti Netflix, Viu, dan Disney+. Jakpat juga melakukan survei pada tahun 2022 berdasarkan kelompok usia, yang hasilnya adalah kelompok usia 20-24 tahun berada pada tingkat tertinggi penyuka drama

Korea dengan persentase sebesar 22%. Berdasarkan jenis kelamin, perempuan lebih menyukai drama Korea dibandingkan laki-laki dengan persentase sebesar 68% untuk perempuan dan 32% untuk laki-laki (Kompasiana, 2024). Berdasarkan data-data yang ada, dapat disimpulkan bahwa individu yang sering menyukai drama Korea adalah individu perempuan pada rentang usia *emerging adulthood*.

Akses yang mudah membuat anak muda dapat menonton drama Korea apa pun, di mana pun, dan kapan pun melalui *platform online*. Drama Korea disebutkan memikat penontonnya melalui daya visual, sehingga membuatnya adiktif dan mendorong individu untuk menghabiskan waktu berjam-jam untuk menonton (Fatima, 2025). Hal tersebut dapat mengakibatkan individu menonton berlebihan atau disebut dengan *binge-watching* (Flayelle et al., 2020). *Binge-watching* diartikan sebagai perilaku menonton secara terus menerus beberapa episode serial TV dengan judul yang sama dalam sekali waktu (Rubenking et al., 2018; Flayelle et al., 2020). Menurut IDN Research Institute (2025), sebesar 40% generasi milenial dan Z secara teratur menonton beberapa episode dalam sekali waktu. Berdasarkan penelitian, individu melakukan *binge-watching* secara spontan maupun direncanakan. Individu yang melakukan *binge-watching* dapat merasakan adanya kesulitan dalam mengontrol diri, karena mereka merasa ingin terus menonton satu episode lagi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi untuk melakukan *binge-watching* adalah karena adanya antisipasi, untuk relaksasi, lari dari kenyataan, dan meningkatkan hubungan sosial (Rubenking et al., 2018). Selain itu, hasil penelitian Mahmoud & Wahab (2021) dan Ummah et al. (2024) mengungkapkan bahwa orang-orang melakukan *binge-watching* untuk mendapatkan kesenangan dan lari dari realita.

Menurut Flayelle et al. (2019), *binge-watching* memiliki 7 aspek, yakni keterlibatan, emosi positif, mempertahankan kesenangan, keinginan/menikmati, *binge-watching*, ketergantungan, dan hilangnya kendali. Keterlibatan mengungkap sejauh mana individu terlibat dalam menonton acara serial TV. Semakin tinggi keterlibatan, maka semakin tinggi kecenderungan individu untuk *binge-watching* karena ingin terus terlibat dalam alur cerita. Emosi positif merupakan perasaan yang didapatkan setelah menonton acara serial TV dan manfaatnya. Emosi positif yang

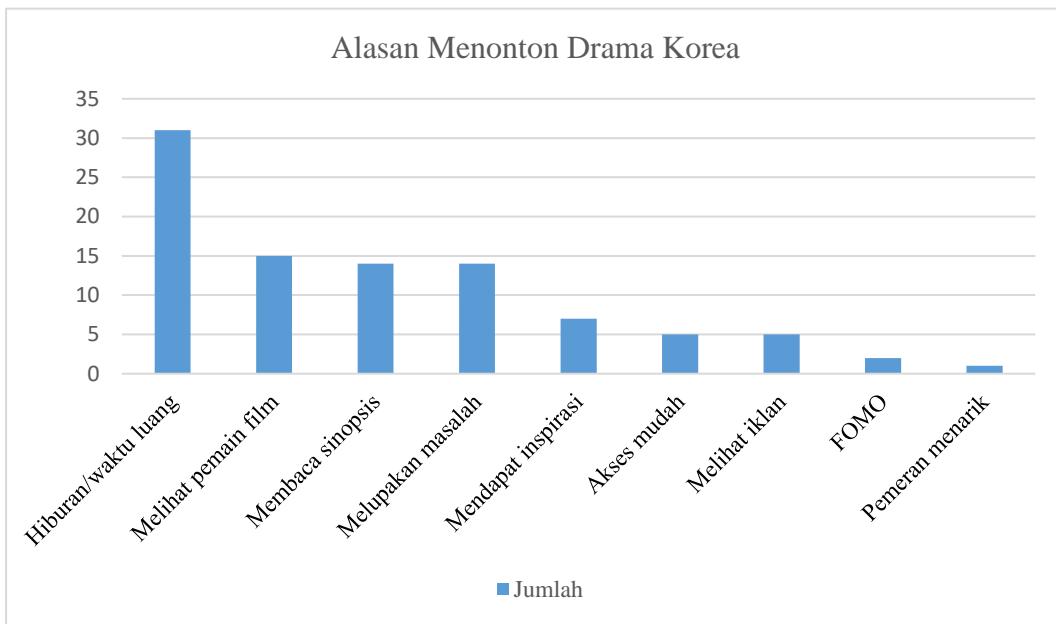
tinggi berarti pengalaman menonton individu terasa menyenangkan sehingga mendorong perilaku *binge-watching* yang semakin tinggi. Mempertahankan kesenangan berarti individu menggunakan cara-cara/strategi untuk mempertahankan emosi bahagia yang berhubungan dengan menonton serial TV. Semakin kuat strategi yang digunakan individu, maka semakin besar kecenderungan individu untuk *binge-watching*. Hal tersebut terjadi karena strategi yang digunakan mendukung individu menonton dalam durasi panjang seperti menabung episode dan merencanakan waktu panjang untuk menonton. Keinginan/menikmati mencerminkan seberapa ingin individu menonton acara serial TV. Semakin besar dorongan yang dimiliki individu, maka semakin individu *binge-watching*. Aspek *binge-watching* merupakan perilaku menonton secara berlebihan yang bercirikan rasa ingin terus menonton atau harus menonton episode selanjutnya untuk menghilangkan frustasi karena cerita yang terpotong. Semakin besar perasaan tersebut, maka semakin tinggi kemungkinan individu untuk *binge-watching*. Ketergantungan mengungkap bagaimana individu sulit untuk melepaskan diri dari menonton. Ketergantungan membuat individu merasa gelisah dan tidak nyaman bila menonton. Semakin tinggi rasa ketergantungan, maka *binge-watching* akan semakin tinggi pula. Aspek terakhir adalah hilangnya kontrol, yang diartikan sebagai hilangnya kendali untuk melepaskan diri dari keinginan untuk terus menonton, sehingga berdampak negatif pada individu tersebut, misalnya menurunnya prestasi akademik karena waktu yang dimiliki habis karena menonton. Individu yang kehilangan kontrol akan menonton lebih lama daripada yang direncanakan, sehingga mengakibatkan *binge-watching* semakin tinggi.

Individu yang menonton drama Korea seharusnya dapat mengontrol dan mengatur durasi menonton sehingga tidak menimbulkan perilaku *binge-watching*. Menonton hanya digunakan sebagai hiburan semata, tidak berlebihan, tidak mengganggu aktivitas atau fungsi kehidupan sehari-hari, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan. Penelitian awal mendapati 6 responden menonton hanya 2 episode dalam sekali waktu, sehingga tidak masuk dalam kategori *binge-watching*. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat individu-individu yang menonton tapi tidak sampai tahap *binge-watching*. Namun, 32 responden lainnya menonton

minimal 3 episode atau 3 jam sekaligus, sehingga cukup banyak wanita *emerging adulthood* yang menonton drama Korea hingga *binge-watching*. Hal ini akan dijabarkan pada penjelasan berikutnya.

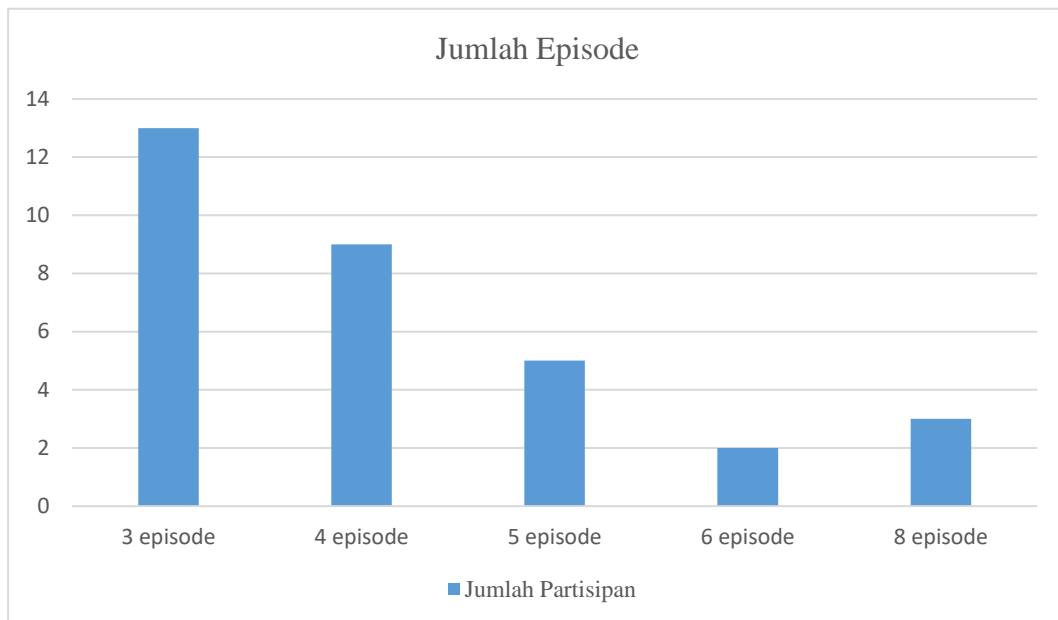
Tahap *preliminary research* dilakukan pada 32 responden pada tanggal 6-8 Juni 2025 dengan cara menyebarkan kuesioner menggunakan *Google Form* melalui Instagram, WhatsApp, dan X dengan kriteria: wanita usia 18-25 tahun, menonton drama Korea minimal 1 minggu terakhir, dan menonton minimal 3 episode dengan waktu 3 jam dalam sekali waktu. Kuesioner terdiri dari pernyataan-pernyataan yang diambil dari aspek-aspek *binge-watching*. Semua pernyataan disusun menggunakan skala Likert dengan alternatif jawaban *sangat tidak setuju* (skor 1) hingga *sangat setuju* (skor 5). Selain itu, kuesioner ini juga memberikan pertanyaan-pertanyaan terkait perangkat elektronik dan *platform* yang digunakan untuk menonton, judul, genre, dan tipe drama Korea, jumlah episode yang ditonton sekaligus, waktu yang dihabiskan untuk menonton, serta motivasi menonton drama Korea dan alasan melakukan *binge-watching*.

Mayoritas responden yang mengisi kuesioner dalam tahap *preliminary research* merupakan wanita usia 22 tahun dengan jumlah 15 responden (47%) dengan statusnya sebagai mahasiswa atau pelajar sebanyak 26 responden (81,25%). Alasan terkuat partisipan menonton drama Korea adalah sebagai hiburan atau pengisi waktu luang (33%), diikuti ingin melihat pemain filmnya (16%), ingin melupakan masalah (15%), dari membaca ulasan atau sinopsisnya (15%), ingin mendapat inspirasi setelah menonton total jalan cerita (7,4%), akses yang mudah (5,3%), dan tertarik karena melihat dari iklan (5,3%), ingin terlibat dalam percakapan bersama teman/FOMO (2%), serta pemeran drama yang tampan dan cantik (1%).

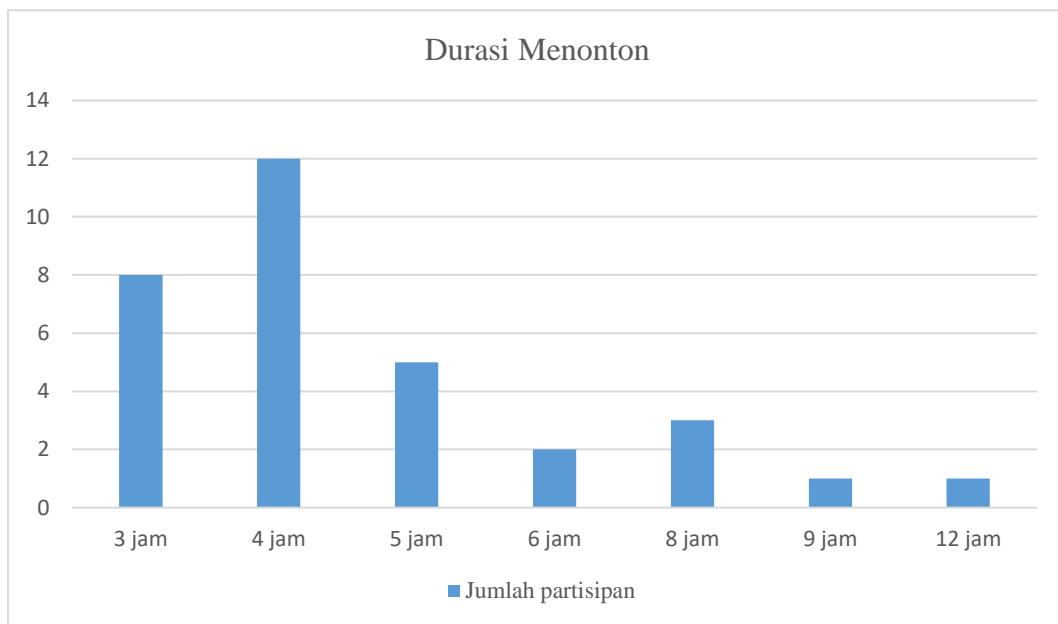


Gambar 1.1. Alasan Menonton Drama Korea

Sebanyak 13 partisipan (41%) menonton tiga episode sekaligus dalam sekali waktu, diikuti 9 partisipan menonton 4 episode (28%), 5 partisipan menonton 5 episode (16%), 2 partisipan menonton 6 episode (6%), dan 3 partisipan menonton 8 episode (9%) sekaligus dalam sekali waktu. Sementara itu, sebanyak 12 partisipan (37,5%) menonton drama Korea 4 jam sekaligus dalam sekali waktu, diikuti 8 partisipan (25%) menonton 3 jam sekaligus, 5 partisipan menonton selama 5 jam (16%), 3 partisipan menonton selama 8 jam (9,3%), 2 partisipan menonton selama 6 jam (6%), dan masing-masing 1 orang (3,1%) menonton selama 9 dan 12 jam. Maka dari itu, dapat diketahui bahwa partisipan paling banyak menonton drama Korea minimal 3 episode dengan durasinya 4 jam dalam sekali waktu.



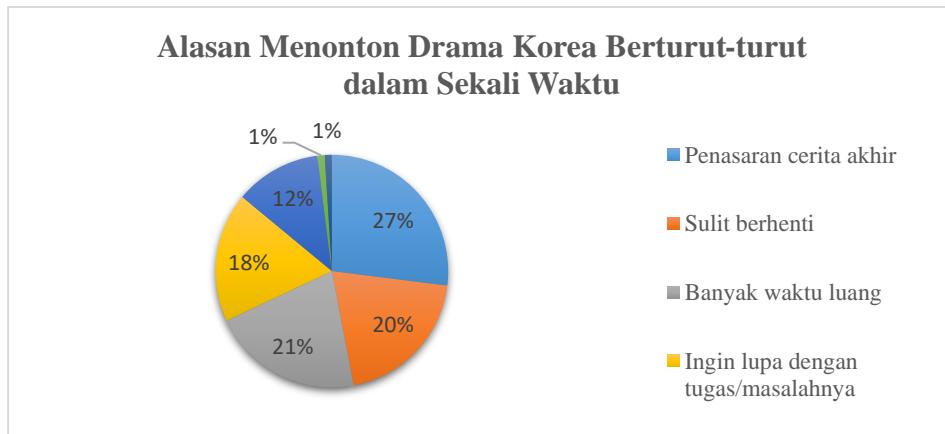
Gambar 1.2. Jumlah Episode dalam Sekali Waktu



Gambar 1.3. Durasi Menonton dalam Sekali Waktu

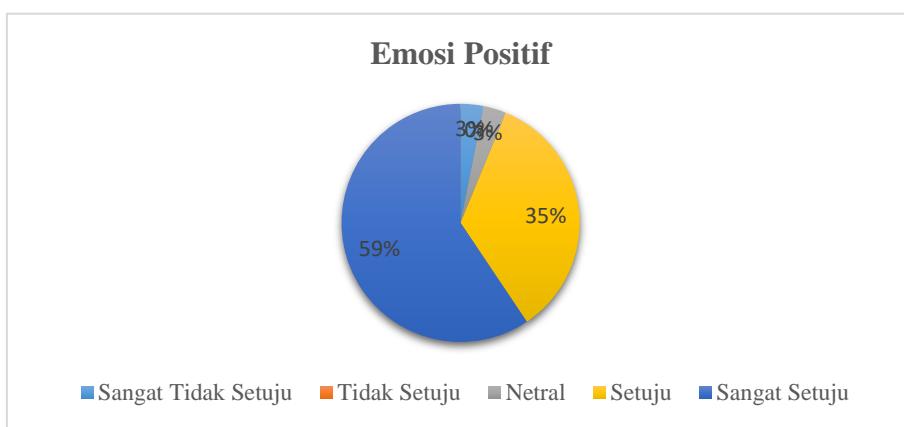
Mayoritas partisipan menonton drama Korea berturut-turut dalam sekali waktu adalah karena penasaran dengan cerita akhirnya (27%), punya banyak waktu luang (21%), sulit untuk berhenti karena sudah terbiasa menonton hingga akhir (20%), ingin lupa dengan tugas dan masalah yang sedang dihadapi (18%), ingin

mendapat wawasan dari kisah yang ditonton (12%), cerita menarik hingga ketagihan untuk lanjut (1%) dan memenuhi ajakan teman untuk menonton terus (1%).



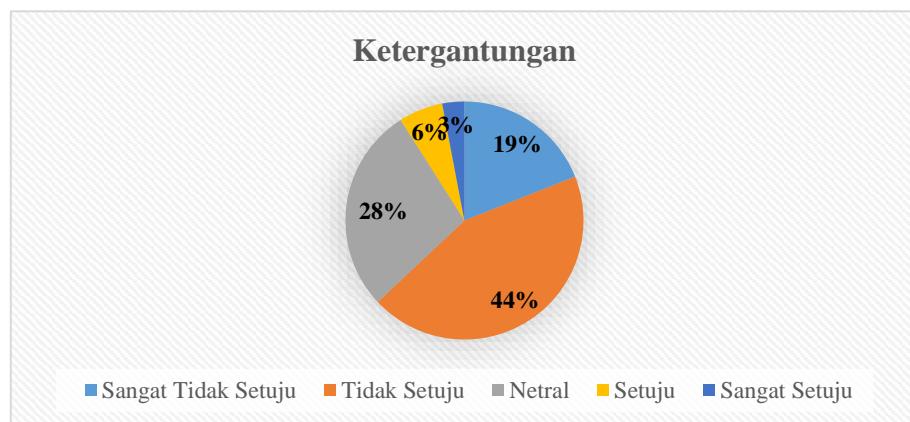
Gambar 1.4. Alasan Menonton Drama Korea Berturut-turut dalam Sekali Waktu

Di tahap *preliminary reserach* ini, aspek emosi positif, ketergantungan, dan hilangnya kendali masing-masing diwakili oleh 1 pernyataan. Pada aspek emosi positif, pernyataannya adalah “Menonton drama Korea membuat saya merasa senang dan terhibur.” Sebanyak 19 partisipan (59,4%) memilih sangat setuju, 11 partisipan (34,4%) memilih setuju, 1 partisipan (3,1%) memilih netral, dan 1 partisipan (3,1%) memilih sangat tidak setuju. Maka dari itu, dapat diketahui bahwa menonton drama Korea secara berturut-turut kemungkinan menjadi pengalaman emosional yang menyenangkan dan menghibur.



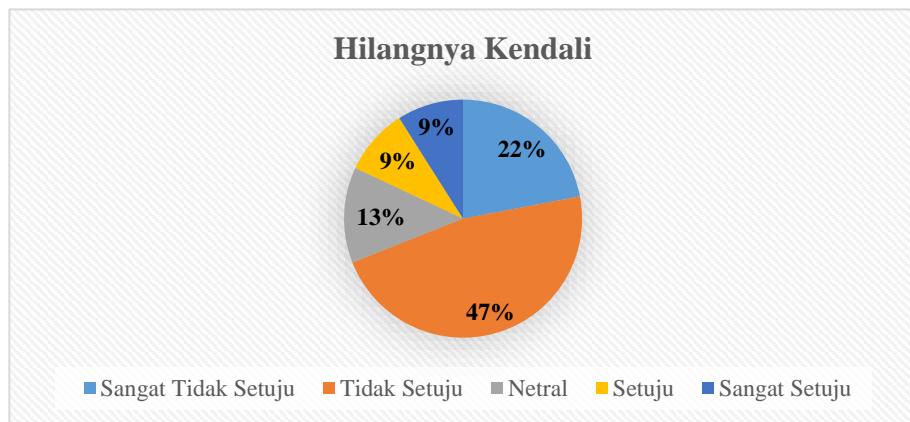
Gambar 1.5. Aspek Emosi Positif

Pada aspek ketergantungan, pernyataannya adalah “Saya merasa khawatir, sedih, dan tidak nyaman bila tidak menonton drama Korea.” Sebanyak 14 partisipan (44%) memilih tidak setuju, 9 partisipan (28%) memilih netral, 6 partisipan (19%) memilih sangat tidak setuju, 2 partisipan (6%) memilih setuju, dan 1 partisipan (3%) memilih sangat setuju. Hasil ini menunjukkan hal yang berbeda dari sebelumnya, yaitu mayoritas partisipan memilih tidak setuju akan merasa khawatir, sedih, dan tidak nyaman bila tidak menonton drama Korea. Hal ini menunjukkan bahwa *binge-watching* kemungkinan dapat terjadi meskipun tidak ada ketergantungan emosional.



Gambar 1.6. Aspek Ketergantungan

Pada aspek hilangnya kendali, pernyataannya adalah “Saya menonton drama Korea lebih banyak dari yang seharusnya sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari saya.” Sebanyak 15 partisipan (47%) memilih tidak setuju, 7 partisipan (22%) memilih sangat tidak setuju, 4 partisipan (13%) memilih netral, 3 partisipan (9%) memilih setuju, dan 3 partisipan (9%) memilih sangat setuju. Hasil ini juga menunjukkan bahwa *binge-watching* kemungkinan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari. Meski begitu, masih terdapat cukup banyak partisipan yang merasa *binge-watching* mengganggu aktivitas sehari-harinya.



Gambar 1.7. Aspek Hilangnya Kendali

Berdasarkan hasil *preliminary research*, mayoritas partisipan menunjukkan keterlibatan tinggi dalam aspek emosi positif. Sementara itu, partisipan tidak terlalu menunjukkan tingkat yang tinggi dalam aspek ketergantungan dan hilangnya kendali. Meski begitu, tetap ada partisipan yang merasa bahwa *binge-watching* tetap mengganggu aktivitas sehari-hari yang didapatkan melalui hasil wawancara.

Preliminary research ini diperlakukan menggunakan teknik wawancara pada 6 responden, yang mana hanya 2 dari 6 responden, yaitu FR dan KF yang menyatakan mengenai dampak dari *binge-watching* secara fisik. FR mengatakan bahwa menonton maraton membuatnya merasa pusing, sedangkan KF mengatakan bahwa *binge-watching* membuatnya begadang dan merasa lelah, sehingga ia merasa kurang bersemangat dan selalu sedih yang dapat berlangsung hingga satu minggu.

“Pusing banget siii karena aku kan nonton drakor sambil tidur jadi benar-benar pusing dan sakit kepala.”

- FR (20 tahun)

“Capek sebadan-badan, terus kayak orang galau seharian gak ada semangat, bawaannya sedih mau nangis terus.”

- KF (24 tahun)

Hal ini sejalan dengan penelitian-penelitian terdahulu seperti yang disampaikan oleh Ummah et al. (2024), bahwa mereka yang melakukan *binge-watching* akan begadang yang menyebabkan tubuh menjadi lemah, pusing, dan

kurang darah. Kemudian, individu yang melakukan *binge-watching* akan merasa kelelahan dan kurang tidur atau bahkan dapat mengalami gangguan tidur (Dixit et al., 2020; Raj & Ida, 2022). Penelitian oleh Asgher & Gohar (2022) juga mengungkapkan bahwa *binge-watching* berdampak pada kebiasaan tidur dan merasa mengantuk sepanjang hari.

Selain secara fisik, *binge-watching* juga memberikan dampak secara psikologis. FR menjelaskan bahwa menonton drama Korea dapat membuatnya merasakan emosi negatif.

“...kalau nonton yang drama yang alurnya tu kek masalahnya biasa aja dan endingnya kek dipaksain happy itu malah berdampak ke emosiku sering negatif gitu.”

- FR (20 tahun)

Pernyataan FR sesuai dengan penelitian (Panda & Pandey, 2017) bahwa individu akan merasakan emosi negatif setelah *binge-watching*. *Binge-watching* juga menghambat FR untuk berinteraksi dengan orang lain karena perasaannya yang *mellow* setelah menonton dan membuat SF malas membala *chat*.

“Lebih ke meloww si perasaanku. Iyaa berdampakk bangett tiba-tiba moodnya pengen berdiam diri ga mau interaksi sama orang padahal aku tau diriku ini orangnya sangat suka interaksi tapi tiba-tiba mau sendiri terus males nyapa orang juga.. terus biasanya tidak bersemangat untuk kerja..”

- FR (20 tahun)

“Kalau temen.. by WA kan, ya udah WA-nya aku telantarin. Itu pun aku balesnya cuman ‘ya, tidak, oke, gitu-gitu.’ Jadi ya, mungkin kesel juga ya, kayak dia udah nge-chat panjang-pangjang, udah effort nge-chat, tapi balese kayak gak niat.”

- SF (19 tahun)

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Rubenking et al. (2018) dan Vaterlaus et al. (2019), bahwa individu akan mengurangi interaksi sosialnya untuk terlibat dalam *binge-watching*. Meski demikian, terdapat pandangan yang berbeda mengenai *binge-watching*. Hal tersebut didukung oleh hasil wawancara yang

dilakukan dengan salah satu responden *preliminary research*, yaitu GY (20 tahun). GY berkata bahwa ia merasa puas setelah menonton serial drama Korea dan membuatnya bersemangat dalam menjalani hari.

“Emosi yang aku rasain setelah nonton sih biasanya puas sih, soalnya kan ya seneng aja nonton drama, refreshing gitu.”

- GY (20 tahun)

“Dampaknya buat ke hari-hariku, ya itu, mungkin jadi lebih semangat menjalani hari ya, soalnya kan sudah refreshing...”

- GY (20 tahun)

Selain itu, FE mengatakan bahwa menonton drama Korea bertujuan sebagai hiburan, membuatnya senang, dan terinspirasi oleh hal-hal baik.

“Sebagai hiburan dan bahan buat inspirasi kadang - kadang, dampaknya aku jadi happy moodnya plus kadang terinspirasi melakukan sesuatu yang baik.”

- FE (20 tahun)

Hal ini menunjukkan bahwa GY dan FE merasa senang dan terhibur setelah menonton. Drama Korea dengan ceritanya yang menarik menjadikannya hiburan dan tempat pelarian yang populer bagi anak muda. Hiburan dapat menjadi cara melepas *stress* yang baik sehingga individu bisa merasa lega dari tekanan sehari-hari (Fatima & Kewalramani, 2024) dan malah mendapat pembelajaran positif. Namun, pelarian dari masalah dapat berdampak negatif, yaitu individu menjadi tidak dapat berkembang karena terus menghindar dari permasalahan hidupnya (Stenseng et al., 2012). Secara psikologis, *binge-watching* dapat dianggap sebagai perilaku adiktif karena terdapat gejala-gejala adiksi seperti hilangnya kendali atas waktu, prokrastinasi, dan sebagainya (Asgher & Gohar, 2022; Ilyas et al., 2023; Starosta & Lzydorczyk, 2020).

Berdasarkan hasil *preliminary research* dengan jumlah partisipan yang masih sedikit, dapat dilihat bahwa *binge-watching* memiliki dampak yang berbeda baik dari sisi negatif maupun positif. Pada awalnya *binge-watching* digunakan

sebagai hiburan atau pengisi waktu luang, namun *binge-watching* juga dapat berdampak pada aspek kehidupan lainnya, apalagi masa *emerging adulthood* adalah masa mengeksplor. Maka dari itu, dibutuhkan partisipan dalam jumlah yang lebih besar untuk memvalidasi temuan tersebut. Penelitian ini menyasar para wanita *emerging adulthood* penggemar drama Korea. Penelitian *binge-watching* penting mengingat drama Korea relatif populer di Indonesia dan meningkatnya akses yang mengubah pola menonton. Selain itu, penelitian *binge-watching* terkhusus pada wanita *emerging adulthood* dan penggemar drama Korea belum banyak dilakukan di Indonesia. Penelitian milik Angelina & Simanjuntak (2024) telah melakukan penelitian serupa, namun belum melihat genre yang paling diminati. Penelitian di luar negeri kebanyakan berfokus pada *binge-watching* pada dewasa awal atau mahasiswa terkait dengan motivasi dan dampaknya (Panda & Pandey, 2017; Vaterlaus et al., 2019; Asgher & Gohar, 2022; Sy et al., 2023), sebagai contoh, penelitian mengenai korelasi antara *binge-watching* dengan kesepian, *escapism*, dan *well-being* (Granow et al., 2018; Gabbiadini et al., 2021; Sun & Chang, 2021; Narain & Sahi, 2021; Hans & Kaur, 2024). Sementara itu, penelitian Ummah et al. (2024) yang dilakukan di Indonesia meneliti mengenai *binge-watching* pada wanita, namun bukan pada tahap *emerging adulthood*, melainkan mahasiswa dan merupakan penelitian kualitatif. Penelitian lainnya menghubungkan *binge-watching* dengan kesepian (Fernanda & Sahrani, 2025), insomnia pada mahasiswa di Kupang (Eho et al., 2023), dan *social engagement* pada mahasiswa (Angelina & Simanjuntak, 2024). Penelitian lain juga hanya meneliti mengenai kelebihan atau intensitas menonton pada penggemar drama Korea (Istanti, 2019; Saptari et al., 2024), namun tidak menganalisis aspek-aspek *binge-watching*. Maka dari itu, penelitian *binge-watching* yang terkhusus pada wanita penggemar drama Korea dan melihat dari per aspeknya belum dilakukan di Indonesia. Penelitian ini akan berfokus pada *binge-watching* pada setiap aspeknya dan secara keseluruhan, serta melihat genre drama yang paling diminati. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi untuk mengidentifikasi aspek perilaku *binge-watching* yang berdampak positif dan negatif sebagai upaya preventif dan promotif kondisi psikologis dari generasi muda Indonesia (wanita pada tahap *emerging adulthood*).

1.2. Batasan Masalah

Penelitian ini menerapkan beberapa batasan masalah, antara lain:

- a. Penelitian ini berfokus pada variabel *binge-watching* menurut Flayelle et al. (2019).
- b. Penelitian ini akan melibatkan wanita *emerging adulthood* di Indonesia yang menonton minimal tiga jam dan/atau tiga episode drama Korea dalam sekali waktu dan ada keinginan untuk menonton episode selanjutnya.
- c. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan kondisi *binge-watching* pada wanita *emerging adulthood* penggemar drama Korea.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah: “Bagaimana gambaran *binge-watching* pada wanita *emerging adulthood* penggemar drama Korea?”

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran perilaku *binge-watching* berdasarkan 7 aspek (keterlibatan, emosi positif, keinginan/menikmati, mempertahankan kesenangan, *binge-watching*, ketergantungan, dan hilangnya kendali) maupun secara keseluruhan pada wanita *emerging adulthood* penggemar drama Korea.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan pengetahuan pada bidang psikologi perkembangan mengenai *binge-watching* pada wanita *emerging adulthood* penggemar drama Korea.

1.5.2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang bisa didapatkan dari hasil penelitian ini adalah:

a. Bagi wanita penggemar drama Korea

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai *binge-watching* individu sehingga dapat menjadi bahan refleksi mengenai sejauh mana *binge-watching* berdampak atau memengaruhi individu.

b. Bagi keluarga dari wanita penggemar drama Korea

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru bagi keluarga individu penggemar drama Korea mengenai sejauh mana dampak dari *binge-watching*. Dengan demikian, keluarga diharapkan dapat mendampingi anggota keluarga yang menunjukkan perilaku *binge-watching* untuk mencegah dampak negatif dari perilaku tersebut.

c. Bagi praktisi psikologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi praktisi psikologi mengenai dampak *binge-watching* terhadap individu. Hal ini mungkin berguna sebagai upaya promosi dan prevensi masalah-masalah kesehatan mental bagi mereka yang berada pada masa *emerging adulthood*.

d. Bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memunculkan penelitian-penelitian lain terkait dengan *binge watching*, khususnya pada wanita penggemar drama Korea.