



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 5 Nomor 3 Tahun 2025 Page 2746-2753

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Adiksi Media Sosial, Fanatisme K-Pop dan Tingkat Kecemasan Pada Remaja

Rita Fadilah

Universitas Gunadarma

Email: ritafadlh@gmail.com

Abstrak

Kecanduan atau adiksi media sosial ditandai dengan penggunaan platform media sosial yang berlebihan sehingga menimbulkan akibat negatif di berbagai bidang kehidupan. Kombinasi adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop memberikan pengaruh besar terhadap kesehatan mental remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk memeriksa keterkaitan adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop terhadap kecemasan pada remaja. Manfaat yang didapat adalah tambahan pemahaman para orangtua dan guru dalam pendidikan dan pendampingan remaja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop sebagai *independent variable*, serta tingkat kecemasan sebagai *dependent variable*. Partisipan penelitian ini berjumlah 102 orang remaja, yaitu siswa Sekolah Menengah Pertama di Tangerang Selatan. Partisipan mengisi skala secara langsung, terdiri atas skala Adiksi Media Sosial dari Cengis Sachin, skala Fanatisme K-Pop, dan skala kecemasan. Analisis pengolahan data menggunakan regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi signifikan antara adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop terhadap kecemasan. Tetapi bila dikorelasikan secara terpisah, terdapat korelasi adiksi terhadap media sosial kecemasan remaja, sedangkan fanatisme K-Pop tidak terdapat korelasi dengan kecemasan remaja.

Kata Kunci: *Adiksi Media Sosial, Fanatisme K-Pop, Kecemasan, Remaja*

Abstract

Social media addiction or addiction is characterized by excessive use of social media platforms, which causes negative consequences in various areas of life. The combination of social media addiction and K-Pop fanaticism has a major influence on teenagers' mental health. The aim of this research is to examine the relationship between social media addiction and K-Pop fanaticism on anxiety in adolescents. The benefits obtained are additional understanding of parents and teachers in education and mentoring teenagers. This research uses quantitative methods with social media addiction and K-Pop fanaticism as independent variables; and anxiety level as the dependent variable. The participants in this research were 102 teenagers, namely junior high school students in South Tangerang. Participants filled out the scale directly, consisting of the Social Media Addiction scale from Cengiz Sachin, the K-Pop Fanaticism scale, and the anxiety scale. Data processing analysis uses multiple regression. The research results show that there is a significant correlation between social media addiction and K-Pop fanaticism on anxiety. However, when correlated separately, there is a correlation between addiction to social media and teenage anxiety, while K-Pop fanaticism has no correlation with teenage anxiety.

Keywords: *Social Media Addiction, K-Pop Fanaticism, Anxiety, Teenagers*

PENDAHULUAN

Pada saat ini media sosial semakin banyak ditemui dalam kehidupan masyarakat dan manfaat luar biasa yang ditawarkan untuk berinteraksi langsung dengan orang lain. Media sosial umumnya mengacu pada platform berbasis internet yang terutama fokus pada interaksi sosial, masuk ke komunitas, dan berbagi konten di antara komunitas penggunanya. Situs jejaring sosial seperti Whatsapp, Facebook, Instagram, dan TikTok adalah contoh media sosial yang memungkinkan orang untuk tetap terhubung di dunia online menembus hambatan jarak geografis.

Adiksi media sosial ditandai dengan penggunaan platform media sosial yang berlebihan sehingga menimbulkan akibat negatif di berbagai bidang kehidupan. Penelitian yang dilakukan oleh Lattika mengaitkan penggunaan media sosial dengan konsekuensi negatif terhadap kesehatan mental, seperti bunuh diri, kesepian, dan kecemasan (Lattika et.al, 2022). American Academy of Pediatrics (2011) mengidentifikasi fenomena yang dikenal sebagai depresi Facebook yang mungkin dipicu ketika anak-anak praremaja dan remaja menghabiskan banyak waktu di situs media sosial, seperti Facebook, dan kemudian mulai menunjukkan gejala-gejala klasik. Demikian pula, Royal Society for Public Health (2017) di Inggris menunjukkan bahwa terdapat bukti jelas tentang hubungan antara penggunaan media sosial dan masalah kesehatan mental berdasarkan survei terhadap hampir 1.500 orang berusia antara 14-24 tahun.

Adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop sangat merebak di kalangan remaja dalam beberapa tahun terakhir. Berbagai platform media sosial, berpadu dengan musik yang mendunia, termasuk budaya K-Pop, telah menciptakan arus besar obsesi bagi banyak generasi muda. K-Pop atau Korean pop, merupakan genre musik asal Korea Selatan yang sudah masuk di Indonesia sejak tahun 2011. Penggemar K-Pop di Indonesia berkembang begitu pesat karena Indonesia merupakan salah satu negara dengan penggemar *boyband* dan *girlband* terbesar. Para penggemar tertarik dengan boyband dan girlband yang membawakan musik bergenre hip-hop dan pop dengan menampilkan koreografi tari modern yang enerjik.

Penelitian Putri dkk (2020) menyatakan adanya dampak positif dan dampak negatif dari perkembangan K-Pop. Dampak positifnya adalah dapat menjadi acuan fashion atau cara berpakaian serta dapat menjadikan masyarakat mandiri dalam hal tertentu. Dampak negatifnya antara lain menimbulkan fanatisme terhadap idola seperti perilaku konsumtif. Dengan mengidolakan seorang dapat berpengaruh pada pola perilaku

Paparan konten K-Pop yang terus-menerus di media sosial dapat memperkuat perilaku adiktif, karena remaja mencari validasi dan koneksi dalam fandom. Tekanan untuk mengikuti perkembangan terkini, berpartisipasi dalam aktivitas penggemar, dan mendukung idola favorit mereka dapat semakin memperburuk tingkat kecemasan. Kombinasi kecanduan media sosial dan fanatisme K-Pop memberikan pengaruh yang kuat terhadap kesehatan mental remaja.

Pada saat anak mulai tumbuh menjadi remaja, kestabilan emosi anak masih labil karena beberapa faktor internal dan eksternal. Pada tahap remaja seorang remaja akan mengalami perkembangan emosi, masa remaja merupakan puncak perkembangan emosi yang tinggi. Sehingga pada masa remaja seorang remaja harus mendapat perhatian dari orangtua, bimbingan dari guru, dan lingkungan yang baik agar emosi remaja dapat terkontrol. (Zola et al., 2017).

Lailatul Fitriyah dan Mohammad Jauhar mengemukakan bahwa "emosi adalah perasaan intens yang ditujukan kepada seseorang ada sesuatu, dan reaksi terhadap seseorang atau kejadian, dan dapat ditunjukkan ketika merasa senang mengenai sesuatu, marah kepada seseorang, cemas, ataupun takut terhadap sesuatu" (Fitriyah, et.al.2014). Emosi menunjukkan perasaan dan reaksi terhadap sesuatu kejadian atas apa yang dirasakan. Dapat disimpulkan bahwa emosi adalah keadaan yang ditimbulkan oleh seseorang atau situasi tertentu yang ditunjukkan melalui ekspresi kejasmanian. Emosi yang

dialami seorang remaja merupakan reaksi terhadap seseorang atau situasi yang diinginkan atau tidak, dan berpuncak pada masalah yang dihadapi.

Pada masa remaja, keadaan jiwanya masih labil dan belum matang sehingga apabila berhadapan pada suatu masalah, mereka akan bertindak sesuai dengan pikiran dan nalarnya. Kestabilan emosi mempengaruhi kualitas pembelajaran yang akan dilakukan seorang anak pada saat tumbuh menjadi remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Oqi Andaresta menyimpulkan bahwa intervensi dari orang tua dan guru dalam stabilitas dan proses selama masa transisi diperlukan untuk meningkatkan kualitas belajar anak. Intervensi kestabilan emosi pada anak pada masa transisi ini dengan pendekatan humanistik (Andaresta, 2022).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecanduan media sosial dan fanatisme K-Pop serta pengaruhnya terhadap tingkat kecemasan remaja. Manfaat yang didapat dari penelitian adalah tambahan pemahaman para orangtua dan guru dalam pendidikan dan pendampingan remaja.

METODE PENELITIAN

Partisipan

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian analitis komparatif desain cross sectional untuk mempelajari dinamika perbedaan antara kecanduan media sosial, kecemasan dan K Pop. Lokasi penelitian ini dilakukan di tingkat SMP yang berlokasi di Tangerang Selatan.

Penelitian ini dilaksanakan pada Januari 2024. Populasi dalam penelitian ini semuanya siswa kelas VIII dan IX dengan rentang usia 13-14 tahun berjumlah 102 orang yang terdiri dari 52 anak laki-laki dan 50 anak perempuan.

Pada penelitian ini partisipan adalah siswa kelas VIII dan IX dengan rentang usia 13-14 tahun berjumlah 102 siswa sebuah Sekolah Menengah Pertama di Tangerang Selatan, yang terdiri atas 52 anak laki-laki dan 50 anak perempuan. *Random sampling* digunakan berdasarkan daftar nama absen.

Alat Ukur

Skala Adiksi Media Sosial disusun oleh Cengiz Sahin tahun 2018. Skala ini semula berjumlah 29 butir. Skala ini menggunakan format pilihan: Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), Sangat Setuju (SS). Setelah terjemahkan dan diuji reliabilitasnya, dapat digunakan 21 butir yang reliabel ($R=0,838$).

Skala Fanatisme K-Pop, digunakan skala dari Adriani (2021) yang mengacu pada skala modifikasi dari Jenni Eliani dengan jumlah 16 aitem yang disusun berdasarkan aspek fanatisme Goddard dengan nilai reliabilitas sebesar 0,845. Skala Fanatisme menggunakan 4 format pilihan: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS).

Setelah dilakukan uji reliabilitas oleh peneliti, Skala Fanatisme K-Pop, digunakan 9 butir yang reliabel dengan koefisien 0,751.

Skala Kecemasan mengacu pada Burn's Anxiety Inventory (1999). Terdapat 33 butir pernyataan dengan pilihan respon dari Skala ini ada 4 (empat) kategori, yaitu: Tidak Pernah Sama Sekali; Pernah: Frekuensi Sedang (beberapa kali) ; Sering. Setelah diterjemahkan dan diuji reliabilitasnya, Skala Kecemasan yang reliabel (0,906) sejumlah 29 butir pernyataan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data uji regresi berganda menggunakan SPSS (Statistical Package for Social Science) versi 22 for windows. Adapun data-data deskriptif lainnya menggunakan perhitungan persentase.

Uji Regresi berganda

Uji regresi berganda dipergunakan untuk memprediksi nilai suatu variabel berdasarkan nilai dua atau lebih variabel lainnya.

Hasil uji regresi berganda menggunakan SPSS diperoleh:

Tabel 1. *Model Summary* Analisis Regresi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.394*	.155	.138	13.067

a. Predictors: (Constant), FansKpop, Adiksi

Dari tabel 1. terlihat bahwa nilai R Square sebesar 0.138. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kecemasan yang dihubungkan dengan adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop sebesar 0,155 atau 15,5%. Dengan demikian berarti kecemasan dipengaruhi variabel di luar penelitian ini sebesar 84,5%.

Tabel 2. ANOVA : *Independent Variable terhadap Dependent Variable*

ANOVA ^a						
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	
1	Regression	3108.040	2	1554.020	9.102	.000
	Residual	16903.420	99	170.742		
	Total	20011.461	101			

a. Dependent Variable: Anxiety
 b. Predictors: (Constant), FansKpop, Adiksi

Berdasarkan hasil di atas dapat dilihat bahwa nilai Sig = 0.00 menunjukkan ada hubungan erat secara bersama-sama adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop terhadap kecemasan karena sig. < 0.05.

Tabel 3. Koefisien masing-masing *Independent Variable*

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	3.889	10.192		.382	.704
	Adiksi	.438	.111	.384	3.956	.000
	FansKpop	.096	.304	.031	.316	.752

a. Dependent Variable: Anxiety

Berdasarkan hasil di atas dapat dilihat bahwa:

1. Karena hasil sig 0.000 < 0,05, maka variable adiksi media sosial mempengaruhi variable kecemasan
2. Karena hasil sig 0.752 > 0,05, maka varibel fanatisme K-Pop tidak mempengaruhi variable Kecemasan

Persamaan regresi adalah $y = 0,096 x^2 + 0,438 x + 3,889$.

SIMPULAN

Adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop sangat merebak di kalangan remaja dalam beberapa tahun terakhir. Untuk mengetahui keterkaitan adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop terhadap kecemasan pada remaja dipergunakan metode kuantitatif dengan adiksi media sosial dan fanatisme K-Pop sebagai *independent variable*; serta tingkat kecemasan sebagai *dependent variable*. Partisipan penelitian ini berjumlah 102 orang remaja, yaitu siswa Sekolah Menengah Pertama di Tangerang Selatan. Analisis statistik dengan menggunakan program SPSS memberikan hasil bahwa variable adiksi mempengaruhi variable kecemasan, sedangkan varibel fanatisme K-Pop tidak mempengaruhi variable kecemasan. Berdasarkan hasil penelitian ini diharapkan adanya tambahan pemahaman para orangtua dan guru dalam pendidikan dan pendampingan remaja dalam mengendalikan kemungkinan adiksi pada remaja untuk meningkatkan kesehatan

mentalnya dari kemungkinan kecemasan yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, Kartika (2021). Hubungan Fanatisme dengan Perilaku Konsumtif pada K-Popers (Penggemar K-Pop) di Kota Pekanbaru. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Suska. Pekanbaru.
- American Academy of Pediatrics . Supporting the health care transition from adolescence to adulthood in the medical home. *Pediatrics*. (2011) 128:182–200. 10.1542/peds.2018-2587
- Andaresta, O. The Emotional Stability Of The Child’s Development In The Transition Period During Adolescence Is Based On The Islamic-Education Psychological Views. *Jurnal Pendidikan Islam dan Humaniora* Vol. 2 No. 2 (2022)
- Bayens, I., Pouwels, J.L., Valkenburg, P.M., Keijsers, L., Irene van Driel (2021). Social Media Use and Adolescents’ Well-Being: Developing a Typology of Person-Specific Effect Patterns. *Sage Journal*. Desember 2021 online <https://doi.org/10.1177/00936502211038196>
- Fitri, N.B., Adelya, B. Kematangan Emosi Remaja dalam Pengentasan Masalah. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia - JPGI* Vol 2 No 2 (2017)
- Fitriyah, L. Jauhar, M. Pengantar Psikologi Umum. Jakarta: Prestasi Pustakaraya. (2014)
- Latikka, R., Koivula, A., Oksa, R., Savela, N., Oksanen, A.. Loneliness and psychological distress before and during the COVID-19 pandemic: relationships with social media identity bubbles. *Soc Sci Med*. (2022) 293:114674. 10.1016/j.socscimed.2021.114674
- Luthfiana Nur Fauziah, Herlina Siwi Widiani, Arini Widayati. Loneliness and Psychological Well-Being among Adolescents K-Pop Fans. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan* Vol 6, No 2 (2023)
- Nayak, Sumitha (2023) Media Addiction in Adolescents. *Karnataka Paediatric Journal*. <https://iap-kpj.org>. DOI 10.25259/KPJ_19_2023
- Putri, L. A., Islam, U., Sultan, N., Kasim, S., & Info, A. (2020). Dampak Korea Wave Terhadap Perilaku Remaja. *E-Journal Uin, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau*., 3(1), 42–48. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/alittizaan>
- Royal Society for Public Health. Social Media Addiction: The role of content. *Journal Of Behav Addict*. (2017) 9:64–77. 10.1556/2006.6.2017.058
- Sahin, Cengiz (2018) Social Media Addiction Scale - Student Form: The Reliability and

Validity Study. The Turkish Online Journal of Educational Technology – January 2018,
volume 17 issue 1

Steinsbekk, S. Nesi, J., Wichstrom, L. Social media behaviors and symptoms of anxiety and
depression. A four-wave cohort study from age 10–16 years. Computers in Human
Behavior Volume 147, October 2023, 107859 (2023)

Zola, N., Ilyas, A., & Yusri, Y. (2017). Karakteristik Anak Bungsu. Jurnal Konseling dan
Pendidikan, 5(3), 109-114.