

## Kecanduan K-Pop (Korean Pop) pada Remaja

Afrinda Cahyantika, Yesi Widya Inka Sari, Ahmad Saleh, Muhammad Gilang Firmansyah

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang

[afrindacahyantika18@gmail.com](mailto:afrindacahyantika18@gmail.com)

---

### ABSTRACT

Pada era VUCA ini, perkembangan teknologi turut berkembang dengan sangat cepat. Orang-orang dapat semakin mudah dalam mengakses internet dan media sosial. Dengan adanya media sosial, orang-orang tidak perlu pergi ke suatu tempat jika ingin melihat sesuatu yang diinginkannya. Saat ini, manusia dapat dengan mudah melihat apa yang diinginkannya hanya melalui media sosial, yang dapat diakses melalui smartphone. Bahkan kita dapat mengetahui berbagai informasi dari negara bagian lain melalui sosial media, kapanpun dan di manapun. Salah satu informasi yang didapatkan dari media sosial ialah budaya Korean Pop (K-Pop), yang merupakan jenis musik populer yang berasal dari Korea Selatan. K-Pop tidak hanya soal musik, tetapi lebih terasosiasikan K-Pop dengan semua budaya asal korea. Korean pop merupakan budaya yang populer di Korea Selatan hingga tersebar ke berbagai dunia, termasuk Indonesia. Di Indonesia sendiri banyak remaja yang menggemari Korean pop. Banyak yang didapat dari beberapa remaja yang menganggap budaya lokal lebih disukai, namun mereka tidak ingin ketinggalan mengikuti perkembangan sebagai penggemar budaya K-Pop. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pengaruh kecanduan Korean pop pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara dan observasi kepada subjek.

**Kata kunci:** kecanduan, k-pop, remaja

---

### Introduction

*K-Pop* atau Korean Pop telah menjadi fenomena global yang mendunia selama beberapa tahun terakhir. Musik pop Korea Selatan ini telah berhasil menarik perhatian jutaan penggemar di seluruh dunia, terutama di kalangan remaja. Namun, popularitas yang besar ini juga menimbulkan kekhawatiran tentang kemungkinan terjadinya kecanduan *K-Pop* pada remaja. Sebab, tidak sedikit remaja yang mulai beralih pada lagu-lagu *K-Pop*.

*K-Pop* tidak hanya sekadar genre musik, tetapi juga merupakan subkultur yang terdiri dari musik, tarian, *fashion*, dan gaya hidup yang unik. Grup musik *K-Pop* terkenal memiliki penggemar yang fanatik, yang sering disebut sebagai "penggemar fanatik" atau "penggemar setia." Remaja yang tergila-gila dengan *K-Pop* dapat menghabiskan waktu berjam-jam untuk menonton video musik, menelusuri informasi tentang grup idola mereka, mengikuti kegiatan mereka, dan bahkan berpartisipasi dalam aktivitas *fan base* yang intens.

Salah satu alasan utama mengapa remaja terjebak dalam kecanduan K-Pop adalah daya tarik visual dan performa artistik yang menawan dari para idola *K-Pop*. Grup-grup *K-Pop* secara cermat dibentuk oleh perusahaan hiburan, dengan anggota yang terampil dalam bernyanyi, menari, dan memiliki penampilan yang menarik. Hal ini menarik minat remaja yang tengah mencari identitas mereka dan ingin merasa terhubung dengan selebriti atau tokoh idola yang mereka kagumi. Para

penggemar *K-Pop* juga merasakan rasa persatuan dan kebanggaan dengan menjadi bagian dari komunitas penggemar yang luas dan berbagi minat yang sama.

Selain itu, media sosial dan platform digital memainkan peran penting dalam memperkuat kecanduan *K-Pop* pada remaja. Remaja dapat dengan mudah mengakses konten *K-Pop* melalui YouTube, Instagram, Twitter, dan platform lainnya. Mereka bisa terus memperbarui informasi terkini tentang grup idola mereka, berinteraksi dengan sesama penggemar, dan bahkan berpartisipasi dalam voting atau proyek penggemar lainnya. Media sosial juga menciptakan lingkungan di mana remaja merasa terlibat secara emosional dengan para idola mereka, dan dapat menyebabkan dorongan yang kuat untuk terus terlibat dan berinteraksi dalam komunitas penggemar.

Namun, kecanduan *K-Pop* pada remaja juga dapat memiliki efek negatif. Terlalu banyak menghabiskan waktu untuk mengikuti *K-Pop* dapat mengganggu keseimbangan kehidupan remaja. Mereka mungkin mengabaikan tugas sekolah, kegiatan sosial, atau bahkan mengalami penurunan kesehatan fisik dan mental akibat kurang tidur dan stres yang disebabkan oleh kecanduan ini.

Pemerintah, lembaga pendidikan, dan orang tua perlu memahami dan menyadari potensi bahaya kecanduan *K-Pop* pada remaja. Penting untuk memberikan pemahaman yang tepat tentang pentingnya menjaga keseimbangan dalam hidup, membatasi waktu yang dihabiskan untuk mengikuti *K-Pop*, dan mendorong remaja untuk mengeksplorasi minat dan hobi lainnya. Selain itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental dan bagaimana menghadapi tekanan yang mungkin timbul dari kecanduan *K-Pop*. Dengan pemahaman yang tepat dan pendekatan yang seimbang, kecanduan *K-Pop* pada remaja dapat dikendalikan sehingga mereka dapat menikmati musik dan budaya Korea Selatan ini tanpa mengorbankan aspek penting lainnya dalam kehidupan mereka.

## Method

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan kualitatif akan digunakan untuk mendapatkan wawasan yang lebih dalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kecanduan dan dampaknya pada remaja. Pendekatan kualitatif merupakan penelitian dengan tujuan untuk memahami fenomena mengenai apa yang dialami oleh subjek penelitian, misalnya persepsi, perilaku, motivasi, tindakan, dan lainnya secara holistik serta dengan metode deskriptif dan bentuk kata-kata serta bahasa, dalam suatu konteks khusus yang alamiah serta memanfaatkan bermacam-macam metode alamiah (Moleong, dalam Ayunita, & Anriano, 2018).

Peneliti mengumpulkan data melalui wawancara individu terhadap subjek yang merupakan seorang remaja penggemar *K-Pop*. Wawancara dilakukan di kediaman subjek, dengan tujuan agar subjek merasa lebih nyaman dan rileks saat memberikan informasi yang dibutuhkan peneliti. Melalui wawancara, peneliti memperoleh informasi-informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Sampel pada penelitian ini terdiri dari remaja yang aktif mengikuti *K-Pop*. Sampel dipilih dari beberapa kalangan yang memiliki populasi remaja yang berminat pada *K-Pop*. Sehingga diperoleh sampel yang dapat menjadi seorang informan. Dalam hal ini, peneliti memilih sampel yang menurut peneliti mengetahui lebih banyak hal mengenai *K-Pop*.

Instrumen pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini meliputi wawancara untuk memperoleh wawasan kualitatif, dan skala pengukuran kesejahteraan mental. Pengumpulan data dengan cara wawancara akan lebih tepat digunakan dalam penelitian ini yang menggunakan

metode kualitatif. Data yang didapatkan akan lebih banyak, sebab peneliti dapat melakukan tanya jawab terhadap subjek, hingga peneliti memperoleh informasi yang cukup. Wawancara juga dilakukan dengan santai, sehingga subjek dapat lebih terbuka dalam memberikan informasi kepada peneliti. Data yang telah didapatkan akan dikumpulkan dan dianalisis menggunakan metode observasi, analisis visual, dan studi pustaka.

### Results

Fase remaja ialah usia perkembangan individu yang begitu penting, dengan diawali oleh matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga dapat bereproduksi. Menurut Konopka (dalam Ubhe, Maria L.Y, dkk) masa remaja meliputi (a) remaja awal: 12-15 tahun, (b) remaja madya: 15-18 tahun, dan (c) remaja ahir: 19-22 tahun. Masa remaja ialah masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja memiliki beberapa tugas perkembangan. Tugas perkembangan pada remaja lebih dipusatkan pada penanggulangan sikap serta pola perilaku yang kekanak-kanakan serta membuat persiapan untuk menghadapi masa dewasa.

Setelah menjabarkan apa saja hal yang melatarbelakangi penelitian, teori-teori yang mendukung penelitian, dan metode yang telah digunakan, maka di sini akan dibahas mengenai hasil dari penelitian yang telah dilakukan. Hasil penelitian akan dijabarkan berdasarkan hasil dari wawancara yang telah kami lakukan terhadap subjek. Pembahasan pada hasil didapat dari proses pengumpulan data dengan cara wawancara untuk memperoleh informasi, pada bagian ini juga akan dijabarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan pada hari Kamis 18 Mei 2023 di Kota Palembang, terkait dengan kecanduan K-Pop pada remaja.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Menurut Moleong pada bukunya *Metodologi Penelitian Kualitatif*: “Bahwa penelitian kualitatif adalah penelitian yang menggunakan latar alamiah, dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada, dari segi penelitian ini, para penulis masih tetap mempersoalkan latar alamiah dengan maksud agar hasilnya dapat digunakan untuk menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan dengan berbagai metode penelitian. Dalam penelitian kualitatif, metode yang biasanya dimanfaatkan adalah wawancara, pengamatan dan pemanfaatan dokumen”. (Moleong, 2007:5).

Untuk tahap analisis yang dilakukan oleh peneliti adalah dengan membuat daftar pertanyaan untuk wawancara, pengumpulan data, dan melakukan analisis data yang dilakukan sendiri oleh peneliti untuk memperoleh informasi yang diperlukan terhadap kecanduan *K-Pop* pada remaja. Wawancara yang dilakukan oleh peneliti menggunakan wawancara terstruktur dengan total pertanyaan sebanyak tiga belas pertanyaan yang diajukan kepada subjek dengan menggunakan satu subjek dari kalangan remaja yang mengalami kecanduan K-Pop. Tahap analisis ini menggunakan studi kasus dengan teknik wawancara mendalam, dimana wawancara tersebut dilakukan untuk memperoleh informasi yang akurat dari sumber terpercaya.

Dari hasil wawancara yang telah kami lakukan terhadap subjek kami mengenai kecanduan K-Pop, terdapat unsur kecanduan, karena subjek setiap hari dimanapun dan kapanpun selalu mendengarkan musik K-Pop sampai membeli *merchandise*. Subjek ini mulai mendengarkan musik K-Pop sejak duduk di bangku SMP. Subjek tertarik dengan musik K-Pop karena lagu-lagu dari mereka

sangat *easy listening*, sehingga enak didengar dan juga menurutnya lagu K-Pop ini memiliki arti yang menginspirasi di kehidupannya. Menurut subjek, sering mendengarkan lagu K-Pop memiliki dampak negatif dan positif di dalam kehidupannya. Dampak negatifnya adalah dimana ketika kita tidak bisa mengatur waktu sebagai penggemar K-Pop, maka akan memengaruhi *real life* dan membuat pribadi malas. Namun, terdapat pula dampak positif yang dirasakan oleh subjek sebagai penggemar K-Pop, yakni sebagai individu, subjek merasa menjadi lebih baik dalam versi diri sendiri di saat melihat kesuksesan idol.

Menurut Petry, kecanduan dapat diartikan sebagai kondisi di mana seseorang terus-menerus terlibat dalam perilaku tertentu meskipun menyadari konsekuensi negatif yang mungkin timbul. Kecanduan ditandai dengan kehilangan kontrol terhadap perilaku tersebut, dorongan yang kuat untuk terlibat dalam perilaku tersebut, serta adanya gejala penarikan (*withdrawal*) jika perilaku tersebut dihentikan. Kesukaan subjek pada K-Pop tidak membuat subjek hilang kesadaran akan dunianya. Subjek masih dapat menentukan mana yang menjadi prioritasnya dan mana yang tidak, meskipun hal tersebut menyangkut dengan K-Pop. Sehingga dapat dikatakan jika subjek menyukai dan menjadi pecandu K-Pop pada tahapan ringan.

### Discussion

Kami mendiskusikan dampak kecanduan K-Pop pada kesehatan mental remaja. Kecanduan K-Pop dapat menyebabkan isolasi sosial, kecemasan sosial, dan rendahnya harga diri jika penggemar merasa inferior terhadap citra yang diciptakan oleh idola mereka. Selain itu, kecanduan K-Pop juga dapat mengganggu pola tidur, kehidupan akademik, dan hubungan interpersonal remaja. Kami mengkaji dampak psikologis seperti depresi, kecemasan, dan gangguan makan yang mungkin timbul akibat kecanduan K-Pop. Implikasi dalam kesehatan mental juga dibahas, termasuk perlunya pendekatan yang holistik dan kolaboratif melibatkan keluarga, sekolah, dan profesional kesehatan dalam mengatasi kecanduan K-Pop pada remaja.

Terakhir, kami menyoroti beberapa strategi intervensi yang dapat digunakan untuk mengatasi kecanduan K-Pop pada remaja. Ini termasuk pendidikan yang tepat tentang dampak yang mungkin terjadi akibat kecanduan K-Pop, promosi pola konsumsi yang sehat, dan pengembangan keterampilan kritis dalam mengelola interaksi dengan media sosial. Kami juga membahas pentingnya pengembangan minat dan hobi yang seimbang serta memperkuat dukungan sosial positif bagi remaja yang mengalami kecanduan K-Pop.

### Conclusion

Korean pop dapat memberikan pengaruh positif dan juga negatif bagi pecandunya. Bagi seorang pecandu K-Pop, subjek sering mendengarkan lagu K-Pop dimanapun dan kapanpun jika ia memiliki waktu, dan subjek akan menonton *music video* serta membeli *merchandise* yang dijual. Pengaruh kecanduan K-Pop pada remaja, khususnya pada subjek yang diteliti, ternyata tidak begitu buruk, karena subjek masih dapat menjalankan hari-harinya dengan normal, subjek juga tetap dapat menjalankan kewajibannya sebagai mahasiswi dengan baik. Subjek dapat menentukan mana yang prioritas dan mana yang bukan prioritas untuk dikerjakan terlebih dahulu, meskipun hal tersebut

menyangkut dengan K-Pop. Namun, terkadang K-Pop juga dapat membuat subjek menjadi individu yang malas berkegiatan di kehidupannya.

Bagi pecandu K-Pop, ia akan menjalani hari-harinya dengan mendengarkan lagu-lagu K-Pop, menonton *music video*, dan menyibukkan dirinya dengan hal-hal yang berkaitan dengan K-Pop tanpa melupakan kewajibannya sebagai mahasiswa. Bagi pecandunya, K-Pop memberikan kebahagiaan tersendiri. Sama seperti individu lain yang bisa bahagia dengan hobinya, maka bagi seorang pecandu K-Pop juga akan merasa bahagia dengan segala hal yang terkait dengan K-Pop.

Dari penelitian yang sudah kami lakukan dapat kita tarik kesimpulan bahwa orang yang kecanduan K-Pop tidak semuanya berdampak buruk karena dari wawancara yang kami lakukan subjek memiliki dampak negatif dan positifnya, adapun dampak negatif adalah dimana ketika kita tidak bisa mengatur waktu sebagai penggemar K-Pop, maka akan memengaruhi *real life* dan membuat pribadi malas. Kebanyakan orang pasti tidak bisa mengontrol dirinya terhadap hal-hal yang mereka sukai. Dampak positif yang dirasakan oleh subjek sebagai penggemar K-Pop, yakni sebagai individu, subjek merasa menjadi lebih baik dalam versi diri sendiri di saat melihat kesuksesan idol, ternyata kecanduan juga memiliki dampak positif menurutnya, yaitu bisa menjadi diri sendiri menurut versi yang diinginkannya disaat melihat kesuksesan Idol.

Kami menyadari bahwa terdapat banyak kesalahan dan kekeliruan dalam penelitian ini. Oleh karena itu kami mengharapkan *feedback* dari para pembaca artikel kami dengan memberikan kritik dan saran yang bersifat membangun, demi lebih baik lagi kedepannya penelitian kami yang berjudul "Pengaruh K-Pop (Korean Pop) Pada Remaja", dengan menggunakan 1 orang subjek yang menurut kami mengalami kecanduan K-Pop karena subjek setiap harinya mendengarkan lagu K-Pop kapan pun dan dimanapun. Namun, ternyata hal tersebut juga mempunyai dampak yang positif bagi dirinya karena bisa menjadi pribadi yang lebih baik lagi dengan versi dirinya sendiri dan memotivasi dirinya agar sukses.

### References

- Ayunita, T. P., & Andriani, F. (2018). Fanatisme remaja perempuan penggemar musik k-pop.
- Kim, J., & Seo, Y. (2015). The influence of social interaction, online presence, and psychological well-being on the use of Korean pop culture among American youth. *Journal of Children and Media*, 9(2), 226-242.
- Kwon, H. J., & Cho, H. (2013). The influence of K-pop fandom on young people's cultural practices. *Young*, 21(2), 111-129.
- Petry, N. M. (2018). *Behavioral addictions: DSM-5 and beyond*. Oxford University Press.