

FENOMENA KONSELING SPIRITUAL MELALUI K-POP PADA KOMUNITAS PENGGEAR K-POP

Nur Lina Fauziyah¹, Konto Iskandar Dinata²

fauziyahlina369@gmail.com¹, kontoiskandardinata_uin@radenfatah.ac.id²

UIN Raden Fatah Palembang

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh K-Pop terhadap aspek psikologis dan spiritual penggemarnya, serta mengeksplorasi persepsi mereka terhadap layanan konseling spiritual yang dikaitkan dengan pengalaman fandom. Dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif melalui penyebaran kuesioner daring kepada 14 responden usia 17–30 tahun, hasil menunjukkan bahwa sebagian besar penggemar merasa K-Pop memiliki pengaruh kuat secara emosional, namun tidak signifikan terhadap nilai-nilai spiritual atau pandangan hidup mereka. Meskipun mayoritas belum mengenal konseling spiritual, mereka menunjukkan keterbukaan terhadap integrasi antara konseling dan budaya fandom, dengan syarat layanan disesuaikan dengan karakteristik penggemar. Studi ini merekomendasikan pendekatan konseling yang kontekstual, edukatif, dan inklusif agar lebih relevan bagi komunitas penggemar K-Pop.

Kata Kunci: K-Pop, Psikologi, Spiritualitas, Konseling Spiritual, Fandom.

Abstract

This study aims to understand the influence of K-Pop on the psychological and spiritual aspects of its fans, and explore their perceptions of spiritual counseling services associated with fandom experiences. Using a quantitative descriptive method through distributing questionnaires to 14 respondents aged 17–30 years, the results showed that most fans felt that K-Pop had a strong emotional influence, but not significantly on their spiritual values or outlook on life. Although most were not familiar with spiritual counseling, they showed openness to the integration of counseling and fandom culture, provided that the service was tailored to the characteristics of the fans. This study provides recommendations for contextual, educational, and inclusive advice to be more relevant to the K-Pop fan community.

Keywords: K-Pop, Psychology, Spirituality, Spiritual Counseling, Fandom.

PENDAHULUAN

Transformasi budaya pop, khususnya K-Pop, telah terjadi pergeseran yang signifikan dari hanya berfokus pada hiburan ke penggabungan aspek spiritual, seperti yang ditunjukkan oleh karya kelompok seperti BTS. Pergeseran ini ditandai dengan penggabungan psikologi, spiritualitas, dan mitologi ke dalam cerita mereka, yang menarik perhatian penggemar dan berdampak pada kehidupan pribadi dan spiritual mereka (Kulturvermittler, 2023). Fenomena ini tidak hanya menunjukkan perubahan dalam lingkungan konsumsi musik, tetapi juga merupakan tanggapan terhadap pergeseran masyarakat yang lebih luas menuju perluasan diri dan transformasi pribadi (Li, 2023). BTS telah menjadi pionir dalam menggabungkan tema spiritual dan psikologis ke dalam musik dan narasi mereka (Sysca & Dwivayani, 2024). Karya-karya mereka sering membahas masalah seperti penemuan diri, kemajuan pribadi, dan pertanyaan eksistensial, yang menarik perhatian penggemar mereka yang mencari makna yang lebih dalam dalam hidup mereka. Tren ini mencerminkan respons terhadap tantangan eksistensial dan pencarian makna dalam masyarakat modern, bukan pergeseran langsung menuju praktik agama atau spiritual (Risqiya & Widjanarko, 2024).

Studi menunjukkan bahwa lagu-lagu dan cerita dalam K-Pop dapat berperan besar dalam meredakan tekanan dan memperbaiki kesehatan mental. Hal ini sebagian besar disebabkan oleh ikatan emosional yang dirasakan penggemar terhadap musik serta komunitasnya, yang menciptakan rasa keterikatan dan dukungan emosional. Ada hubungan positif yang signifikan antara pengagungan selebriti dan kesehatan mental di kalangan penggemar K-Pop awal dewasa, menunjukkan bahwa peningkatan keterlibatan dengan idola K-Pop dapat meningkatkan kondisi mental (Azzahra & Ariana, 2021). K-Pop berperan sebagai alat untuk mengurangi stres melalui pelarian, keterhubungan sosial, dan pelepasan emosional. Karakteristik inklusif dari fandom K-Pop serta perjuangan para idola yang relevan membantu membangun ketahanan dan pemulihan emosional (Lou, 2024). Di kalangan wanita dewasa muda, aspek kecenderungan patologis perbatasan dari pengagungan selebriti secara signifikan mempengaruhi kesehatan mental, sedangkan aspek lainnya tidak (Nurhayati & Sary, 2024).

Hubungan antara religiositas dan pengabdian pada selebriti, terutama dalam ranah penggemar K-Pop, menciptakan interaksi yang rumit antara praktik spiritual konvensional dan penghormatan terhadap idola masa kini. Penelitian menunjukkan bahwa meskipun religiositas bisa mempengaruhi penghormatan terhadap selebriti, itu bukan lah yang utama. Sebagai contoh, sebuah penelitian mengenai penggemar NCTZen menunjukkan bahwa religiositas hanya berkontribusi 5% terhadap variasi dalam penghormatan kepada selebriti, yang mengindikasikan bahwa ada faktor lain yang lebih berpengaruh (Exsha Vividia Rachmawati Lestari & Eni Nuraeni Nugrahawati, 2022). Penelitian tambahan menemukan bahwa tingkat religiositas yang tinggi, bersamaan dengan rasa percaya diri, dihubungkan dengan kecenderungan yang lebih rendah untuk mengalami pengabdian berlebihan terhadap selebriti di kalangan remaja (Risqiya & Widjanarko, 2024). Keterikatan emosional memiliki peran penting dalam penghormatan kepada selebriti, sebagaimana dibuktikan oleh korelasi positif yang signifikan antara keterikatan emosional dan pengabdian pada selebriti di antara para penggemar NCT (Dara Citra Malasya Fitri & Larasati, 2023). Dinamika rumit antara fanatisme spiritual dan spiritualitas menyiratkan potensi bentrokan antara penyembahan berhala dengan praktik spiritual yang lebih tradisional (Risqiya & Widjanarko, 2024). Meskipun religiositas bisa mempengaruhi penghormatan terhadap selebriti, seringkali dibayangi oleh elemen lain seperti keterikatan emosional dan rasa percaya diri. Pararel historis antara budaya selebriti dan praktik keagamaan menunjukkan bahwa penghormatan kepada selebriti bisa dianggap sebagai bentuk spiritualitas modern, meskipun mungkin bertentangan dengan nilai-nilai keagamaan yang lebih klasik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deksriptif yang didukung data primer melalui penyebaran kuesioner daring kepada penggemar K-Pop di Indonesia. Partisipan merupakan individu berusia 17-30 tahun yang aktif mengikuti aktivitas fandom.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data kuesioner (14 responden) menunjukkan sebagian besar responden (78%) adalah perempuan usia 18–25 tahun yang telah menyukai K-Pop lebih dari 5 tahun. Dari perspektif statistik, mayoritas responden mendengarkan lagu K-Pop sering sekali (8 orang, 57%) sementara sisanya kadang-kadang (6 orang, 43%). Sebanyak 12 dari 14 responden (86%) merasa lagu K-Pop berpengaruh kuat pada psikologis mereka (misal “bisa bikin mood” – 9 orang sangat setuju; 3 orang setuju). Sebaliknya, sebagian besar menyatakan K-Pop tidak memengaruhi pandangan hidup mereka (10 orang menjawab “tidak sama sekali”), hanya 4 orang merasa ada pengaruh kecil. Hal ini menunjukkan kontradiksi: K-Pop sangat bermakna secara emosional tetapi sedikit mengubah nilai hidup sehari-hari.

Kategori Jawaban	Jumlah (n=14)	Persentase
Frekuensi mendengarkan K-Pop		
– Sering sekali	8	57%
– Kadang-kadang	6	43%
Persepsi pengaruh K-Pop dalam kehidupan		
– Sangat memengaruhi	9	64%
– Sedikit memengaruhi	4	29%
– Tidak sama sekali	1	7%
Pernah dengar/konseling spiritual		
– Belum pernah dengar	9	64%
– Pernah dengar (tidak ikut)	5	36%

Dari tabel di atas, terlihat mayoritas responden menyatakan K-Pop “sangat memengaruhi” kehidupan mereka (64%), namun 71% mengatakan hal itu tidak memengaruhi pandangan hidup (“tidak sama sekali”). Ini diperkuat oleh jawaban terbuka seperti “Sebagian hiburan, sebagian spiritual” (responden Dila) yang menunjukkan fandom K-Pop lebih bersifat hiburan/emosi daripada nilai filosofis.

Contoh kutipan jawaban terbuka: Responden Anastacia menyatakan manfaat konseling spiritual sebagai “bantu jaga nilai agama dan budaya”, sementara Dila menyebutkan “kasih dukungan emosional”. Hal ini menggambarkan bahwa fans mencari dukungan emosional dan nilai-nilai spiritual dalam konseling.

Selanjutnya, sebagian besar responden menganggap tema psikologi dalam musik K-Pop sangat penting (11 orang, 79%), sedangkan tema spiritual dianggap penting oleh setengahnya saja. Hanya 2 responden menyatakan K-Pop “sedikit bertentangan” dengan nilai spiritual mereka, sedangkan 5 lainnya merasa sama sekali tidak bertentangan dan 7 bersikap netral. Dengan kata lain, mayoritas fan K-Pop di sampel ini tidak melihat fandom mereka sebagai

konflik spiritual. Sikap netral dan positif ini tercermin pula dalam gagasan sebagian fans (mis. “Sebagian hiburan, sebagian spiritual” – dila) yang memisahkan antara hiburan musik dan nilai keagamaan.

Persepsi tentang Konseling Spiritual

Sebagian besar responden (64%) belum pernah mendengar tentang konseling spiritual, sementara 36% pernah tahu namun tidak pernah mengikuti. Tidak satu pun melaporkan pernah berpartisipasi aktif dalam konseling spiritual. Ketidaktahuan ini tampak kontras dengan keinginan mereka: banyak yang melihat konseling sebagai hal yang bermanfaat. Dari manfaat utama konseling spiritual yang disebutkan, jawaban terbanyak adalah opsi “semua jawaban benar” (43%), menandakan mereka melihat konseling bisa membantu berbagai hal sekaligus. Responden lainnya menyebutkan secara spesifik manfaat seperti “bantu ngurangin kecanduan K-Pop” (Rizma, cm) atau “kasih dukungan emosional” (lukluk, dila), dan “bantu jaga nilai agama dan budaya” (Anastacia, Anna, kiki).

Saat ditanya apakah konseling spiritual dapat digabungkan dengan pengalaman sebagai fans K-Pop, mayoritas setuju (6 orang sangat setuju) atau netral (7 orang “biasa aja”), dan hanya 1 orang tidak setuju. Ini menunjukkan sebagian besar fans terbuka terhadap integrasi konseling dengan dunia K-Pop mereka. Dalam harapan terhadap layanan konseling, jawaban terbanyak adalah ingin akses yang lebih mudah (4 orang menjawab “lebih gampang diakses”). Ada pula harapan agar layanan tersebut memperhatikan nilai budaya-agama (contoh jawaban: “Nilai agama dan budaya lebih diperhatikan” – Anastacia) serta metode yang bervariasi (“Metode lebih variatif” – kiki). Sebaliknya, beberapa responden lain belum memberikan harapan jelas (jawaban “semua jawaban benar”).

Saran konkret yang disampaikan untuk pengembangan layanan mencakup dua tema utama: penyesuaian dengan karakter penggemar dan edukasi/integrasi budaya spiritual. Sebanyak tujuh responden menyarankan agar konseling menggunakan “cara yang cocok sama karakter penggemar” (artinya pendekatan yang memahami budaya fandom K-Pop), sementara enam menyarankan “sosialisasi dan edukasi tentang konseling spiritual”. Contoh kutipan:

- “Libatin tokoh agama dan budaya lokal” (Anna) menekankan pentingnya keterlibatan nilai lokal.
- “Nilai agama dan budaya lebih diperhatikan” (Anastacia) mengingatkan supaya layanan konseling menghormati kepercayaan mereka.

Kutipan-kutipan ini menunjukkan kebutuhan fans akan pendekatan konseling yang sensitif budaya dan keagamaan, serta kontekstual sesuai dunia K-Pop mereka.

Simpulan dan Rekomendasi

Secara keseluruhan, hasil analisis menunjukkan K-Pop berperan besar dalam kehidupan emosional fans (menambah mood positif), tetapi kurang mempengaruhi nilai-nilai kehidupan jangka panjang. Hampir semua responden menikmati musik K-Pop tanpa merasa itu konflik dengan nilai spiritual mereka. Dalam aspek psikologis, fans menghargai tema mental health dalam K-Pop, namun tema spiritual kurang mereka perhatikan.

Pada sisi konseling spiritual, ada gap antara ketertarikan dengan pengetahuan: banyak fans menganggap manfaatnya besar (dukungan emosional, membantu menjaga nilai agama, mengatasi kecanduan) namun umumnya belum terpapar layanan tersebut. Mayoritas juga setuju (atau netral) bahwa konseling dapat dikaitkan dengan pengalaman K-Pop. Mereka mengharapkan layanan konseling yang mudah diakses dan dikembangkan sesuai karakter dan nilai mereka.

Rekomendasi: Untuk pengembang layanan konseling spiritual, disarankan:

- Penyuluhan dan sosialisasi kepada komunitas fans K-Pop, menekankan manfaat konseling secara spesifik (mis. mengatasi stres atau kecanduan) dalam bahasa yang relevan bagi mereka.

- Integrasi budaya pop dalam metode konseling: misalnya menggunakan analogi atau contoh terkait idola K-Pop, atau menyediakan konselor yang memahami budaya fandom.
- Keterlibatan nilai spiritual lokal: melibatkan tokoh agama atau budaya lokal dalam program, agar konseling terasa kompatibel dengan nilai-nilai spiritual fans.
- Fleksibilitas metode: menyediakan berbagai metode konseling (online, grup, bahkan workshop dengan tema musik) agar lebih menarik “menyesuaikan karakter penggemar”.

Dengan menggabungkan dunia fandom K-Pop dan pengetahuan spiritual, layanan konseling dapat menjadi lebih relevan dan diterima. Sebagaimana disarankan oleh responden, “pakai cara yang cocok sama karakter penggemar” dan “edukasi tentang konseling spiritual”, pendekatan yang kontekstual dan edukatif akan meningkatkan minat dan manfaat konseling bagi kalangan fans K-Pop.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa K-Pop memiliki peran yang signifikan dalam memberikan dukungan emosional bagi penggemarnya, terutama melalui tema-tema psikologis yang diangkat dalam lirik dan narasi musiknya. Namun, pengaruh terhadap spiritualitas dan pandangan hidup penggemar relatif rendah. Mayoritas penggemar tidak melihat adanya konflik antara fandom dan nilai spiritual mereka, dan lebih menganggap K-Pop sebagai bentuk hiburan.

Pada sisi lain, meskipun mayoritas responden belum mengenal layanan konseling spiritual, terdapat ketertarikan terhadap gagasan penggabungan konseling dengan pengalaman sebagai fans K-Pop. Responden mengharapkan layanan yang mudah diakses, relevan secara budaya, dan sensitif terhadap nilai-nilai keagamaan. Mereka juga menekankan pentingnya pendekatan yang sesuai dengan karakter penggemar, serta pentingnya sosialisasi dan edukasi terkait konseling spiritual.

Demikian, pendekatan yang mengintegrasikan budaya pop dengan prinsip spiritualitas lokal dapat menjadi strategi yang efektif dalam menjembatani kebutuhan emosional dan spiritual komunitas penggemar K-Pop di Indonesia. Penelitian ini membuka ruang bagi pengembangan layanan konseling yang lebih inklusif dan kontekstual, serta menekankan pentingnya inovasi dalam pendekatan psikospiritual di era budaya populer saat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, M. S., & Ariana, A. D. (2021). Psychological Wellbeing Penggemar K-Pop Dewasa Awal yang Melakukan Celebrity Worship. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 137–148. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24729>
- Dara Citra Malaysia Fitri, & Larasati, B. S. (2023). Hubungan Emotional Attachment dengan Celebrity Worship pada Dewasa Awal Penggemar NCT (Neo Culture Technology). *Jurnal Psikologi*, 1(1), 10. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i1.1952>
- Exsha Vividia Rachmawati Lestari, & Eni Nuraeni Nugrahawati. (2022). Pengaruh Religiusitas terhadap Celebrity Worship pada Dewasa Awal Penggemar K-Pop Fandom NCTzen. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(1), 137–146. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.778>
- Kulturvermittler, N. (2023). Fan-Praktiken im K-Pop: 1 Anmerkungen zur Unvereinbarkeit von Fantum und (Geistes-) Wissenschaft.
- Li, W. (2023). The K-POP Phenomenon: Analyzing Success Secrets of S.M. Entertainment in Global Fandom. *Advances in Economics, Management and Political Sciences*, 9(1), 350–355. <https://doi.org/10.54254/2754-1169/9/20230409>
- Lou, S. R. (2024). K-Pop as a Stress-Relief Mechanism Exploring Its Emotional Impact on Filipino Youth. 3(12). <https://doi.org/10.56397/JRSSH.2024.12.01>
- Nurhayati, S. R., & Sary, P. (2024). Adoration Euphoria in K-Pop: Influence Celebrity Worship to Psychological Well-Being in Early Adult Women. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 15(01), 87–103. <https://doi.org/10.26740/jptt.v15n01.p87-103>
- Risqiya, L., & Widjanarko, M. (2024). Hubungan antara Self Esteem dan Religiusitas terhadap Celebrity Worship pada deman K-Pop di kalangan Remaja. 13(3), 534–542.

Sysca, D. H., & Dwivayani, K. D. (2024). Fenomena Hubungan Parasosial Penggemar dan Idol K-Pop dalam Penggunaan Aplikasi Weverse. *Jurnal Indonesia: Manajemen Informatika Dan Komunikasi*, 5(1), 498–511. <https://doi.org/10.35870/jimik.v5i1.517>.