

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

World Health Organization (WHO) pada tahun 2024 menyatakan remaja merupakan orang dalam kelompok umur 10–19 tahun. WHO juga mendeskripsikan remaja sebagai salah satu tumbuh kembang dalam kehidupan tiap individu. Remaja merupakan fase antara anak-anak dengan dewasa awal. Pada masa remaja, seseorang mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang pesat. Hal ini yang memengaruhi cara mereka merasakan, berpikir, mengambil keputusan, dan juga cara berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka. Menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), remaja merupakan anak berusia 10 hingga 24 tahun. Sementara Kementerian Kesehatan menjelaskan dalam rencana kerjanya bahwa remaja adalah kelompok usia 10 hingga 19 tahun. Dalam kehidupan sehari-hari, remaja mengacu pada orang-orang yang belum menikah, berusia 13 hingga 16 tahun, atau mereka yang duduk di bangku sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA).

Masa remaja adalah periode yang penuh dengan perubahan emosional, sosial, dan psikologis, di mana musik memainkan peran penting dalam pembentukan identitas diri. Remaja yang tertarik pada *K-Pop* sering kali terlibat dalam berbagai aktivitas dan hobi yang berhubungan dengan musik, budaya, dan komunitas *fandom*. Beberapa kegiatan yang umum dilakukan antara lain mendengarkan lagu-lagu *K-Pop* melalui platform streaming dan menonton video musik serta penampilan *live idol* favorit mereka. Selain itu, banyak remaja yang tertarik untuk belajar koreografi *K-Pop* dan membentuk kelompok dance cover, yang sering kali tampil di acara atau kompetisi. Aktivitas lain yang tidak kalah populer adalah mengoleksi *merchandise* resmi seperti album, poster, dan *lightstick*, yang menjadi simbol penggemar fanatik. Tak hanya itu, mereka juga aktif berpartisipasi dalam *fandom* online melalui media sosial dan aplikasi fanbase, berbagi informasi, serta mendukung idol melalui proyek-proyek kolektif. Banyak penggemar yang juga menulis atau membaca *fanfiction*, memperdalam keterlibatan mereka dengan karakter atau idol favorit mereka. Remaja juga sering kali mendukung idol dengan mengikuti konser atau *fanmeeting*, serta terlibat dalam tren dan proyek-proyek media sosial untuk mempromosikan *comeback* atau aktivitas idol. Selain itu, beberapa remaja belajar bahasa Korea untuk memahami lirik lagu lebih baik atau berinteraksi dengan idol

mereka. Keterlibatan dalam komunitas penggemar ini mencerminkan bagaimana *K-Pop* tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai bagian penting dari kehidupan sosial dan budaya remaja, di mana mereka menemukan identitas dan komunitas yang mendukung minat mereka. Menurut penelitian oleh Kim, K.H., & Choi, J. (2021) dalam jurnal *Journal of Korean Studies*, fenomena ini menunjukkan bahwa *K-Pop* dapat memberikan pengaruh *signifikan* terhadap pembentukan identitas remaja dan hubungan sosial mereka.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam fandom *K-Pop* memiliki dampak yang kompleks terhadap kesehatan mental penggemar. Studi yang dilakukan oleh (Bukhari et al., 2023) mengungkapkan bahwa keterlibatan emosional yang tinggi dengan idola *K-Pop* dapat berdampak negatif terhadap harga diri dan perasaan keterhubungan sosial penggemar. Hal ini menunjukkan adanya risiko meningkatnya perasaan terisolasi di kalangan penggemar yang menjalin hubungan parasosial secara berlebihan dengan idolanya. Hal ini juga diungkapkan oleh Huang (2023), yang menyatakan bahwa hubungan parasosial intens yang dibangun melalui media sosial dapat memicu kecemasan sosial, terutama di kalangan remaja. Interaksi yang tidak langsung dan sepihak ini dapat menciptakan ekspektasi emosional yang tidak realistik serta memperburuk kondisi mental pada individu yang memiliki kerentanan terhadap gangguan kecemasan.

Namun demikian, keterlibatan dalam fandom *K-Pop* tidak selalu memberikan dampak negatif. Penelitian yang dilakukan oleh (Karisma, 2023) menyatakan bahwa menjadi bagian dari komunitas penggemar dapat meningkatkan rasa kebersamaan, harga diri, serta kebahagiaan. Fandom sering kali menjadi wadah dukungan sosial yang berfungsi sebagai mekanisme coping positif bagi penggemar dalam menghadapi tekanan emosional atau masalah sosial.

K-Pop merupakan singkatan dari *Korean Pop* yang berarti musik populer dan berasal dari Korea dengan banyak gaya musik yang berbeda. Istilah *K-Pop* sering digunakan untuk menyebut musik, lagu, dan tarian yang dibawakan oleh para *idola* Korea, baik itu *girl group*, *boy band*, maupun *solo artist*. Biasanya para *idola* *K-Pop* tidak hanya memiliki kemampuan bernyanyi dan menari saja, namun juga berpenampilan menarik. Dengan perkembangan saat ini, jumlah penggemar *K-Pop* di Indonesia semakin meningkat, banyak penggemar *K-Pop* yang membuat komunitas penggemar di berbagai jejaring sosial berdasarkan *idola* kesukaan mereka (Afaf Zakiyah Z et al., 2022). Berdasarkan analisis global *Twitter* pada tahun 2020, Indonesia tercatat sebagai negara dengan jumlah penggemar *K-Pop* terbanyak di *Twitter*. Indonesia menduduki posisi negara dengan jumlah *tweet* *K-Pop* terbanyak dalam dua tahun terakhir, tepatnya pada

tahun 2020 dan 2021. Laporan *Twitter* yang dirilis pada 21 September 2020 mengungkapkan bahwa selama periode 1 Juli 2019 hingga 30 Juni 2020, terdapat 6,1 miliar *tweet* terkait *K-Pop* dari pengguna di seluruh dunia (Kim, 2020).

Fenomena musik *K-Pop* ini telah menjadi tren global dan memiliki basis penggemar yang kuat di Indonesia, termasuk di Kabupaten Klaten. Banyak remaja di Klaten mengidentifikasi diri sebagai penggemar *K-Pop* atau mereka menyebut dirinya sebagai *Kpopers*, dengan aktivitas seperti mendengarkan lagu, menonton konser virtual, hingga berpartisipasi dalam komunitas *fandom*. Belum ada catatan resmi terkait jumlah penggemar musik *K-Pop* yang berasal dari Klaten, akan tetapi para penggemar dapat saling bertemu dan berkumpul di setiap acara *event K-Pop*. Banyak *event-event* yang dilakukan oleh para *Kpopers* di Klaten, yaitu ada *event birthday idola*, *poca date*, dan ada juga *event noraebang*. Di *event noraebang*, para *Kpopers* akan berkumpul mendengar dan menyanyikan lagu-lagu *K-Pop* yang sedang diputar.

Keinginan remaja untuk mendengarkan musik *K-Pop* dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosial. Salah satu faktor utama adalah identifikasi diri, banyak remaja merasa bahwa musik *K-Pop* mencerminkan identitas dan kepribadian mereka. Dalam banyak kasus, musik *K-Pop* menjadi sarana bagi remaja untuk mengekspresikan diri mereka, terutama dalam fase perkembangan identitas yang krusial (Jeffrey Arnett, 1991). Selain itu, pengaruh teman sebaya memainkan peran yang *signifikan*. Interaksi sosial antara penggemar *K-Pop* dapat memperkuat minat terhadap genre musik ini, menciptakan rasa kebersamaan dan ikatan sosial di antara mereka (Pratiwi & Uyun, 2022). Emosi dan pengalaman pribadi juga mempengaruhi preferensi musik ini, karena banyak remaja merasa bahwa lagu-lagu *K-Pop* mampu membangkitkan perasaan tertentu yang berhubungan dengan pengalaman hidup mereka (Fitrianingsih et al., 2023). Faktor lainnya adalah promosi yang kuat dari *media* dan industri musik, yang menjadikan *K-Pop* semakin populer dan mudah diakses oleh remaja di seluruh dunia (A. C. , & H. D. J. North, 2021). Secara keseluruhan, faktor-faktor ini saling terkait, menjadikan musik *K-Pop* pilihan yang sangat populer di kalangan remaja.

Secara emosional, musik *K-Pop* dapat meningkatkan *mood* dan memberikan rasa kenyamanan bagi pendengarnya, terutama bagi remaja yang sering kali mencari cara untuk mengatasi *stress* dan kecemasan. Menurut Lee dan Lee (2018), lagu-lagu *K-Pop* sering kali membangkitkan perasaan positif dan dapat membantu mengurangi perasaan kesepian atau *depresi* pada remaja. Selain itu, hubungan sosial juga dipengaruhi oleh kecintaan terhadap *K-Pop*, interaksi antara penggemar dapat memperkuat ikatan sosial

dan menciptakan rasa solidaritas. Hal ini didukung oleh penelitian Sohn dan Jang (2019), yang menunjukkan bahwa penggemar *K-Pop* cenderung memiliki komunitas sosial yang mendukung, baik secara *online* maupun *offline*.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 remaja penggemar musik *K-Pop* di Klaten, ditemukan bahwa seluruh responden memiliki kebiasaan mendengarkan musik *K-Pop* secara rutin. Namun, reaksi mereka terhadap kebiasaan tersebut berbeda-beda: 5 orang menyatakan bahwa mendengarkan musik *K-Pop* membantu mengalihkan perhatian mereka dari masalah yang sedang dihadapi, 4 orang merasa bahwa kondisi emosional mereka menjadi lebih baik, dan 1 orang tidak merasakan adanya perubahan secara emosional. Temuan ini menimbulkan pertanyaan "apakah kebiasaan mendengarkan musik *K-Pop* benar-benar berpengaruh terhadap kesehatan mental para penggemarnya, khususnya di kalangan remaja?" Untuk menjawab pertanyaan tersebut, penelitian ini dilakukan guna mengetahui hubungan antara kebiasaan mendengarkan musik *K-Pop* dengan kesehatan mental remaja penggemarnya di Klaten.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Minimnya studi yang secara spesifik membahas hubungan antara mendengarkan musik *K-Pop* dengan kesehatan mental penggemarnya, khususnya di kalangan remaja di wilayah spesifik seperti di Klaten. Sebagian besar penelitian sebelumnya lebih berfokus pada pengaruh musik secara umum atau manfaat musik *K-Pop* terhadap tingkat stres. Selain itu, penelitian terkait musik *K-Pop* biasanya dilakukan di wilayah perkotaan besar, seperti Surabaya atau Jakarta, sehingga penelitian di daerah seperti Klaten dapat memberikan konteks baru dan memperkaya literatur. Genre musik *K-Pop* memiliki karakteristik unik, seperti *fandom* yang kuat dan koneksi emosional, sehingga pengaruhnya terhadap kesehatan mental penggemar dapat memberikan hasil yang berbeda dibandingkan genre musik lainnya. Oleh karena itu, dalam penelitian kali ini rumusan masalah yang diajukan, yaitu: "Bagaimana Hubungan Mendengar Musik dengan Kesehatan Mental Penggemar *K-Pop* di Kalangan Remaja di Klaten?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan mendengar musik dengan kesehatan mental penggemar musik kpop di kalangan remaja di klaten.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, status sosial dan status ekonomi.
- b. Mengidentifikasi kebiasaan mendengar musik dikalangan remaja di klaten
- c. Mengidentifikasi kesehatan mental pengemar kpop dikalangan remaja di klaten
- d. Menganalisa hubungan antara mendengar musik dengan kesehatan mental penggemar kpop di klaten.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang baru mengenai hubungan antara mendengar musik K-pop dengan kesehatan mental, khususnya di kalangan remaja. Penelitian ini dapat melengkapi teori-teori sebelumnya mengenai terapi musik dan psikologi musik.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Remaja

Memberikan informasi kepada remaja mengenai bagaimana musik dapat digunakan sebagai alat untuk mengelola emosi dan meningkatkan kesehatan mental mereka.

b. Bagi Orang tua

Membantu orang tua memahami pentingnya musik dalam mendukung kesehatan mental remaja sehingga mereka dapat mengarahkan penggunaan musik dengan cara yang positif.

c. Bagi Fandom/ Komunitas Kpop

Menyediakan wawasan bagi komunitas musik setempat untuk mempromosikan musik yang relevan dan mendukung kesehatan mental remaja.

d. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi perawat mengenai bagaimana musik, khususnya genre K-Pop, dapat memengaruhi emosi, suasana hati, dan kesehatan mental remaja. Pemahaman ini membantu perawat untuk lebih empati dan personal dalam merespons kebutuhan psikologis pasien.

e. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini bisa menjadi dasar untuk merancang intervensi psikologis berbasis musik, seperti terapi musik untuk membantu remaja mengelola emosi mereka.

f. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat membandingkan dampak mendengarkan musik K-Pop dengan genre musik lain, atau antara fandom K-Pop di lokasi berbeda untuk melihat apakah terdapat variasi regional dalam pengaruhnya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| Penulis dan tahun | Judul | Metode | Hasil | Perbedaan |
|--------------------------------|--|---|--|--|
| (Amelia et al., 2020) | Hubungan Mendengarkan Musik dengan Tingkat Depresi pada Remaja di Jakarta | Desain: Literature review berdasarkan pencarian dari database EBSCO, ProQuest, dan Google Scholar. Teknik Sampling: Purposive sampling Variabel: Efektivitas terapi musik pasien. Instrumen: Artikel ilmiah. Analisis Data: Literatur review dari artikel yang ditemukan. | Dari literatur review yang dilakukan dari 10 hasil artikel EBSCO, ProQuest, dan Google Scholar. bahwa terapi musik efektif untuk penurunan tingkat depresi terhadap tingkat depresi. | Pada penelitian ini menggunakan metode non-eksperimental berdasarkan jurnal terdahulu. Sedangkan dalam penelitian saya menggunakan metode korelasi untuk melihat hubungan antara dua variabel., |
| (Wahyuning sih et al., 2022) | Pengaruh Terapi Musik Korean Pop terhadap Tingkat Stres Siswa SMKN 1 Kabupaten Tangerang | Metode : Penelitian ini menggunakan desain <i>Quasi Eksperimental</i> dengan rancangan <i>control group pre-test post-test</i> . Teknik Sampling : <i>total sampling</i> Variabel: Terapi musik K-Pop dan tingkat stres. Instrumen: Kuesioner DASS-42 Analisis Data: <i>Analisa univariat</i> dan <i>bivariat</i> menggunakan <i>uji Wilcoxon Rank Test</i> | Terapi musik K-Pop signifikan menurunkan tingkat stres ($p=0.000$) pada siswa SMKN 1 Tangerang | Pada penelitian ini memiliki kelompok kontrol, sehingga dapat membandingkan antara variable yang diteliti, sedangkan dalam penelitian saya menggunakan metode korelasi untuk melihat hubungan antara dua variable. |
| (Herna Alifiani, et al., 2023) | <i>The effectiveness of korean pop music therapy on</i> | Desain: <i>Pre-Eksperimental</i> dengan pendekatan <i>One-Group Pretest-Posttest Design</i> . | Terapi musik Korean Pop efektif dalam menurunkan tingkat stres | Pada penelitian ini menggunakan <i>Uji Paired Sample T-Test</i> untuk membandingkan tingkat stres sebelum |

| Penulis dan tahun | Judul | Metode | Hasil | Perbedaan |
|--------------------------|---|---|---------------------------|---|
| | <i>the stress levels of adolescents at SMAN 2 Kota Serang in 2023</i> | Teknik Sampling: <i>Purposive sampling</i> , Variabel: Terapi musik Korean Pop dan tingkat stress pada murid SMAN 2 kota Serang. Instrumen: Kuesioner DASS-42 Analisis Data: <i>uji statistik Paired Sample T-Test</i> . | remaja secara signifikan. | dan sesudah terapi musik. Sedangkan pada penelitian saya menggunakan <i>Uji Korelasi Pearson/Spearman</i> atau <i>Regresi Linear Sederhana</i> untuk melihat hubungan antara kebiasaan mendengarkan musik K-Pop dan kesehatan mental. |