

PENGARUH KETERHUBUNGAN SOSIAL TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA PENGGEMAR K-POP

Askhiya Najwa Syahida¹, Gladis Corinna Marsha², Rizqi Amalia Aprianty³

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin^{1,2,3}

e-mail : askhiyasyahida@gmail.com¹, gladiscorinna@umbjm.ac.id²,
rizqiamalia@umbjm.ac.id³

Diterima: 3/8/2026; Direvisi: 12/8/2026; Diterbitkan: 22/8/2026

ABSTRAK

Keterhubungan sosial menjadi salah satu aspek penting dalam memahami kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop karena aktivitas fandom menyediakan ruang bagi individu untuk berinteraksi dan membangun keterikatan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada penggemar K-Pop di Banjarmasin. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang melibatkan 100 penggemar K-Pop yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan skala keterhubungan sosial dan skala kesejahteraan psikologis, kemudian dianalisis menggunakan JASP versi 0.97.1 melalui uji korelasi *Pearson* dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis dengan nilai $r = 0,69$ dan $p < 0,01$. Hasil regresi menunjukkan nilai $R^2 = 0,47$, yang berarti keterhubungan sosial menjelaskan 47% variasi kesejahteraan psikologis dalam model penelitian. Temuan tersebut menunjukkan bahwa penggemar K-Pop dengan keterhubungan sosial yang lebih tinggi cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi. Hasil penelitian menegaskan pentingnya dimensi sosial dalam memahami kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop, sekaligus menunjukkan adanya faktor lain di luar model yang turut berkaitan dengan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci: *Kesejahteraan Psikologis, Keterhubungan Sosial, Penggemar K-Pop*

ABSTRACT

Social connectedness is an important aspect in understanding the psychological well-being of K-Pop fans because fandom activities provide opportunities for individuals to interact and develop social bonds. This study aimed to examine the relationship between social connectedness and psychological well-being among K-Pop fans in Banjarmasin. A quantitative approach with a correlational design was employed, involving 100 K-Pop fans selected using *purposive sampling*. Data were collected using social connectedness and psychological well-being scales and analyzed using JASP version 0.97.1 through the *Pearson* correlation test and simple linear regression. The results indicated a positive and significant relationship between social connectedness and psychological well-being, with $r = 0.69$ and $p < 0.01$. The regression analysis yielded an R^2 value of 0.47, indicating that social connectedness accounted for 47% of the variance in psychological well-being within the research model. These findings indicate that K-Pop fans with higher levels of social connectedness tend to have higher levels of psychological well-being. The findings emphasize the importance of the social dimension in understanding the psychological well-being of K-Pop fans, while also indicating that other factors beyond the research model are associated with variations in psychological well-being.

Keywords: *Psychological Well-Being, Social Connectedness, K-Pop Fans*

PENDAHULUAN

K-Pop telah berkembang menjadi fenomena budaya populer global yang tidak hanya melibatkan konsumsi musik, tetapi juga membentuk komunitas penggemar dengan pola interaksi sosial yang semakin beragam. Perkembangan tersebut memungkinkan penggemar membangun hubungan dengan individu lain yang memiliki ketertarikan serupa melalui berbagai ruang interaksi, baik secara daring maupun luring. Popularitas K-Pop juga berkaitan dengan perubahan pola kehidupan sosial dan budaya generasi muda, termasuk mahasiswa yang menjadikan K-Pop sebagai bagian dari aktivitas dan ekspresi keseharian (Yusifzai, 2021; Maghfirah et al., 2022). Dengan demikian, fenomena K-Pop perlu dipahami tidak hanya sebagai bentuk hiburan, tetapi juga sebagai lingkungan sosial yang memungkinkan terbentuknya identitas, interaksi, dan pengalaman psikologis pada penggemarnya.

Keterlibatan seseorang dalam fandom K-Pop dapat memberikan pengalaman yang bersifat positif sekaligus menghadirkan dinamika psikologis yang kompleks. Aktivitas sebagai penggemar dapat memberikan kesempatan untuk memperoleh kesenangan, mengekspresikan ketertarikan, dan membangun hubungan dengan orang lain yang memiliki minat serupa (Aristyawati & Wulanyani, 2023). Namun, keterlibatan yang intens juga dapat disertai keterikatan emosional yang kuat terhadap idola dan bentuk *celebrity worship* tertentu, sebagaimana terlihat dalam kajian mengenai dinamika psikologis *fangirl* K-Pop (Almaida et al., 2021). Selain itu, identitas fandom dan fanatisme dapat memengaruhi cara penggemar memandang kelompoknya serta berinteraksi dengan kelompok lain (Handoko et al., 2024), sementara konflik antarfandom di media sosial dapat muncul melalui fenomena *fanwar* (Pohan & Gustiana, 2023). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman dalam fandom merupakan fenomena sosial-psikologis yang tidak dapat dipahami hanya berdasarkan intensitas kegemaran terhadap K-Pop.

Salah satu aspek psikologis yang penting dalam memahami pengalaman penggemar K-Pop adalah kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis berkaitan dengan kemampuan individu menjalani kehidupan secara positif, membangun hubungan interpersonal, menerima dirinya, serta memiliki arah dan tujuan dalam kehidupan. Sejumlah penelitian pada penggemar K-Pop telah mengkaji keterkaitan kesejahteraan psikologis dengan keterlibatan terhadap idola, khususnya *celebrity worship* (Azzahra & Ariana, 2021; Nabilla, 2023; Oktavinita & Ambarwati, 2022). Namun, hasil penelitian tidak selalu menunjukkan pola yang sama; Parawangsa et al. (2023), misalnya, menemukan bahwa hubungan antara *psychological well-being* dan *celebrity worship* pada penggemar K-Pop pengguna Twitter tidak signifikan ($\rho = -0,013$; $p = 0,783$). Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis penggemar kemungkinan tidak hanya berkaitan dengan hubungan individu terhadap idola, tetapi juga perlu dipahami melalui faktor sosial yang berada di sekitar penggemar.

Kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop juga dapat berkaitan dengan kondisi sosial dan karakteristik kelompok penggemar. Penelitian Fauziyah et al. (2023) menempatkan *loneliness* dan *psychological well-being* sebagai aspek yang perlu diperhatikan pada penggemar K-Pop remaja. Sementara itu, Dewi et al. (2025) mengkaji perbedaan kesejahteraan psikologis pada penggemar K-Pop dari kelompok generasi yang berbeda, sehingga karakteristik individu menjadi salah satu konteks penting dalam memahami kondisi psikologis penggemar. Kajian mengenai fanatisme pada penggemar K-Pop juga memperlihatkan bahwa keterlibatan dalam fandom memiliki dimensi psikologis yang kompleks (Ningsih & Widyastuti, n.d.). Dengan

demikian, pengalaman psikologis penggemar tidak dapat dilepaskan dari kondisi hubungan sosial, karakteristik individu, serta pola keterlibatan mereka dalam komunitas fandom.

Selain hubungan dengan idola, hubungan penggemar dengan lingkungan sosialnya merupakan aspek yang perlu mendapat perhatian. Keterhubungan sosial atau *social connectedness* mengacu pada pengalaman subjektif individu ketika merasa memiliki kedekatan, penerimaan, dan keterikatan dengan lingkungan sosialnya. Konstruk tersebut memiliki relevansi dengan kesejahteraan psikologis karena pengalaman merasa terhubung dengan orang lain dapat menjadi bagian dari kondisi psikologis yang positif. Rehman et al. (2023) menunjukkan bahwa *social connectedness* berperan dalam model hubungan antara *mindfulness*, *self-esteem*, dan *psychological well-being* pada mahasiswa. Kajian mengenai *social connectedness* juga menunjukkan bahwa keterhubungan sosial merupakan aspek yang berkaitan dengan kondisi kesehatan dan kesejahteraan individu (Karmakar & Sikdar, 2023). Oleh karena itu, keterhubungan sosial menjadi variabel yang relevan untuk dikaji ketika menjelaskan variasi kesejahteraan psikologis.

Dalam konteks fandom K-Pop, keterhubungan sosial dapat terbentuk melalui kesamaan minat, pertukaran pengalaman, komunikasi, serta keterlibatan dalam berbagai aktivitas komunitas. Penggemar memiliki kesempatan untuk menemukan individu lain yang memahami minat dan pengalaman mereka, sehingga fandom dapat menjadi salah satu ruang terbentuknya hubungan sosial. Penelitian Aristyawati dan Wulanyani (2023) menunjukkan bahwa pengalaman menjadi penggemar K-Pop memiliki kaitan dengan aspek *psychological well-being*, sedangkan kajian mengenai *fan-ship* juga memperlihatkan pentingnya aspek psikososial dalam pengalaman penggemar K-Pop (Sivanesan & Mokhtar, 2024). Di sisi lain, hubungan sosial dalam fandom tidak selalu berlangsung secara positif karena identitas kelompok, fanatisme, dan konflik antar-fandom dapat memengaruhi pengalaman interaksi penggemar (Handoko et al., 2024; Pohan & Gustiana, 2023). Dengan demikian, yang penting dikaji bukan hanya keberadaan komunitas penggemar, tetapi juga sejauh mana individu merasakan keterhubungan dengan lingkungan sosial tersebut.

Penelitian terdahulu telah memberikan perhatian terhadap kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop melalui berbagai perspektif, seperti *celebrity worship*, kesepian, fanatisme, dan karakteristik generasi (Azzahra & Ariana, 2021; Fauziyah et al., 2023; Dewi et al., 2025; Nabilla, 2023; Oktavinita & Ambarwati, 2022; Parawangsa et al., 2023). Penelitian mengenai *social connectedness* pada populasi umum juga telah menunjukkan keterkaitannya dengan kesejahteraan psikologis (Rehman et al., 2023), tetapi konteks penggemar K-Pop memiliki karakteristik sosial yang berbeda karena keterhubungan dapat terbentuk melalui identitas dan aktivitas fandom. Kondisi tersebut menunjukkan adanya ruang untuk memperluas kajian dari fokus hubungan penggemar dengan idola menuju pengalaman keterhubungan penggemar dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian, penelitian mengenai hubungan keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada penggemar K-Pop menjadi penting untuk memberikan pemahaman yang lebih spesifik mengenai dimensi sosial dalam pengalaman psikologis fandom.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini berfokus pada hubungan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada penggemar K-Pop di Banjarmasin. Fokus tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa pengalaman menjadi bagian dari komunitas fandom tidak hanya melibatkan keterikatan terhadap idola, tetapi juga pengalaman interpersonal bersama sesama penggemar. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada penggemar K-Pop di Banjarmasin. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian psikologi mengenai

fandom K-Pop dengan memberikan perhatian pada dimensi relasional dan pengalaman sosial penggemar. Secara praktis, temuan penelitian juga diharapkan dapat menjadi pertimbangan dalam memahami pentingnya lingkungan sosial yang sehat, suportif, dan inklusif bagi penggemar K-Pop.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada penggemar K-Pop di Banjarmasin. Partisipan penelitian berjumlah 100 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria sebagai berikut: berdomisili di Banjarmasin, merupakan penggemar K-Pop, telah mengikuti atau menjadi penggemar K-Pop sekurang-kurangnya tiga bulan, serta masih aktif terlibat dalam aktivitas fandom. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner daring menggunakan Google Forms yang disebarluaskan melalui media sosial dan jaringan komunitas penggemar K-Pop. Sebelum mengisi instrumen, partisipan memperoleh informasi mengenai tujuan penelitian dan pengisian dilakukan secara sukarela sesuai ketentuan penelitian yang berlaku. Data yang terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum memasuki tahap analisis statistik.

Pengukuran kesejahteraan psikologis menggunakan skala yang dikembangkan berdasarkan konsep *psychological well-being* dari Ryff dan Keyes (1995) dan telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Humaidah dan Mulyono (2025). Instrumen tersebut terdiri atas 18 butir yang mencakup enam aspek, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*, dengan format respons empat tingkat. Keterhubungan sosial diukur menggunakan *Social Connectedness Scale-Revised* dari Lee dan Robbins (1995) yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Bagaskara dan Widyastuti (2023), terdiri atas 20 butir dengan enam pilihan respons dan mencakup aspek *connectedness*, *affiliation*, dan *companionship*. Kedua instrumen terlebih dahulu diuji coba untuk memperoleh informasi mengenai kualitas pengukuran sebelum digunakan pada pengumpulan data penelitian; hasil uji coba menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0,67 untuk skala kesejahteraan psikologis dan 0,91 untuk skala keterhubungan sosial. Informasi mengenai validitas butir digunakan sebagai dasar untuk menentukan kelayakan setiap butir instrumen, sedangkan reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi internal instrumen yang digunakan dalam penelitian.

Analisis data dilakukan menggunakan JASP versi 0.97.1 melalui beberapa tahapan analisis statistik. Tahap pertama dilakukan dengan analisis deskriptif untuk memperoleh gambaran distribusi skor dan kategorisasi keterhubungan sosial serta kesejahteraan psikologis. Selanjutnya dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas untuk memastikan terpenuhinya asumsi yang diperlukan sebelum analisis hubungan dan regresi linear sederhana; hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi 0,80, sedangkan pengujian linearitas digunakan untuk memastikan pola hubungan kedua variabel bersifat linear. Setelah asumsi terpenuhi, hubungan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis dianalisis menggunakan korelasi *Pearson*, sedangkan kontribusi statistik keterhubungan sosial terhadap variasi kesejahteraan psikologis dianalisis menggunakan regresi linear sederhana dengan taraf signifikansi 0,05. Karena penelitian menggunakan desain korelasional, hasil analisis ditafsirkan sebagai hubungan dan kontribusi statistik antarkonstruksi, bukan sebagai bukti hubungan sebab-akibat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 100 penggemar K-Pop yang berdomisili di Banjarmasin dan memenuhi kriteria yang telah ditetapkan dalam penelitian. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis untuk menggambarkan karakteristik responden, distribusi skor keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis, serta hubungan antara kedua variabel penelitian. Analisis statistik dilakukan menggunakan JASP versi 0.97.1. Hasil analisis disajikan secara bertahap mulai dari karakteristik responden hingga pengujian hubungan dan regresi antarvariabel.

1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden dianalisis berdasarkan usia, jenis kelamin, dan lama menjadi penggemar K-Pop. Data tersebut digunakan untuk memberikan gambaran mengenai komposisi responden yang berpartisipasi dalam penelitian. Berdasarkan data yang diperoleh, sebagian besar responden berada pada rentang usia 22–40 tahun dan berjenis kelamin perempuan. Distribusi lengkap karakteristik responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	10–13 tahun	1	1
	14–17 tahun	1	1
	18–21 tahun	47	47
	22–40 tahun	50	50
	Tidak mencantumkan usia	1	1
Jenis kelamin	Perempuan	98	98
	Laki-laki	2	2
Lama menjadi penggemar	3 bulan–1 tahun	5	5
	>1 tahun	95	95
Total		100	100

Berdasarkan Tabel 1, responden berjumlah 100 orang dengan distribusi usia yang terdiri atas 1% berusia 10–13 tahun, 1% berusia 14–17 tahun, 47% berusia 18–21 tahun, 50% berusia 22–40 tahun, dan 1% tidak mencantumkan usia. Berdasarkan jenis kelamin, responden perempuan berjumlah 98 orang atau 98%, sedangkan responden laki-laki berjumlah 2 orang atau 2%. Berdasarkan lama menjadi penggemar K-Pop, sebanyak 5 responden atau 5% telah menjadi penggemar selama 3 bulan sampai 1 tahun, sedangkan 95 responden atau 95% telah menjadi penggemar selama lebih dari 1 tahun. Dengan demikian, seluruh responden yang dianalisis berjumlah 100 orang.

2. Kategorisasi Keterhubungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis

Setelah karakteristik responden diperoleh, analisis dilanjutkan dengan mengelompokkan skor masing-masing variabel penelitian ke dalam kategori tinggi, sedang, dan rendah. Kategorisasi dilakukan untuk mengetahui distribusi responden berdasarkan tingkat keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Variabel keterhubungan sosial dikategorikan berdasarkan skor yang diperoleh dari instrumen *Social Connectedness Scale-Revised*. Variabel kesejahteraan psikologis dikategorikan berdasarkan skor instrumen kesejahteraan psikologis yang digunakan dalam penelitian. Distribusi kedua variabel tersebut ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Kategorisasi Keterhubungan Sosial dan Kesejahteraan Psikologis

Variabel	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Keterhubungan sosial	Tinggi	12	12
	Sedang	72	72
	Rendah	16	16
Total		100	100
Kesejahteraan psikologis	Tinggi	17	17
	Sedang	71	71
	Rendah	12	12
Total		100	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada variabel keterhubungan sosial terdapat 12 responden atau 12% dalam kategori tinggi, 72 responden atau 72% dalam kategori sedang, dan 16 responden atau 16% dalam kategori rendah. Pada variabel kesejahteraan psikologis, terdapat 17 responden atau 17% dalam kategori tinggi, 71 responden atau 71% dalam kategori sedang, dan 12 responden atau 12% dalam kategori rendah. Jumlah responden pada masing-masing variabel adalah 100 orang. Distribusi tersebut selanjutnya digunakan sebagai bagian dari analisis statistik terhadap hubungan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis.

3. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan sebelum pengujian hubungan antarvariabel. Pengujian dilakukan terhadap data penelitian menggunakan metode Kolmogorov–Smirnov. Kriteria pengujian menggunakan nilai signifikansi sebesar 0,05. Hasil uji normalitas data penelitian disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Uji	Statistik	Sig.	Keterangan
Kolmogorov–Smirnov	0,06	0,80	Normal

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji Kolmogorov–Smirnov menunjukkan nilai statistik sebesar 0,06 dengan nilai signifikansi sebesar 0,80. Nilai signifikansi tersebut lebih besar daripada 0,05. Dengan demikian, data yang dianalisis memenuhi kriteria normalitas yang digunakan dalam penelitian. Hasil pengujian ini menjadi dasar untuk melanjutkan analisis statistik parametrik pada tahap berikutnya.

4. Uji Korelasi

Setelah uji normalitas dilakukan, analisis dilanjutkan dengan uji korelasi *Pearson* untuk mengetahui hubungan antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Pengujian dilakukan menggunakan taraf signifikansi 0,05. Nilai koefisien korelasi dan signifikansi hasil pengujian digunakan untuk menunjukkan arah dan tingkat hubungan kedua variabel. Hasil uji korelasi *Pearson* disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi *Pearson*

Variabel	Keterhubungan Sosial	Kesejahteraan Psikologis
Keterhubungan sosial	1,00	0,69**
Kesejahteraan psikologis	0,69**	1,00

Sig. (2-tailed)	—	< 0,01
N	100	100

Berdasarkan Tabel 4, diperoleh koefisien korelasi antara keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis sebesar $r = 0,69$ dengan nilai signifikansi $p < 0,01$. Jumlah data yang dianalisis dalam pengujian korelasi adalah 100 responden. Nilai koefisien korelasi menunjukkan hubungan dengan arah positif antara kedua variabel. Hasil pengujian tersebut selanjutnya digunakan dalam analisis regresi linear sederhana.

5. Uji Regresi Linear Sederhana

Uji regresi linear sederhana dilakukan untuk mengetahui kontribusi statistik keterhubungan sosial terhadap variasi kesejahteraan psikologis. Analisis dilakukan dengan menempatkan keterhubungan sosial sebagai variabel prediktor dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel kriterium. Hasil analisis mencakup nilai R , $R Square$, koefisien regresi, serta tingkat signifikansi model. Hasil uji regresi linear sederhana disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model	R	R ²	B	β	Sig.
Keterhubungan sosial → kesejahteraan psikologis	0,69	0,47	5,61	0,69	< 0,01

Berdasarkan Tabel 5, nilai R yang diperoleh sebesar 0,69 dan nilai $R Square$ sebesar 0,47. Koefisien regresi tidak terstandar (B) sebesar 5,61, sedangkan koefisien regresi terstandar (β) sebesar 0,69. Nilai signifikansi model diperoleh sebesar $p < 0,01$. Hasil tersebut merupakan keluaran analisis regresi linear sederhana antara keterhubungan sosial sebagai variabel prediktor dan kesejahteraan psikologis sebagai variabel kriterium.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *social connectedness* berpengaruh positif terhadap *psychological well-being* pada penggemar K-Pop di Banjarmasin. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin kuat persepsi individu mengenai keterhubungan, penerimaan, dan kedekatannya dengan lingkungan sosial, semakin baik pula kondisi kesejahteraan psikologis yang dirasakan. Secara konseptual, hubungan tersebut dapat dipahami karena keterhubungan sosial memberikan kesempatan kepada individu untuk memperoleh dukungan, membangun relasi interpersonal, serta merasakan bahwa dirinya menjadi bagian dari lingkungan sosial yang bermakna. Pemaknaan ini sejalan dengan konsep *psychological well-being* Ryff (1989), khususnya pada aspek hubungan positif dengan orang lain, penerimaan diri, penguasaan lingkungan, dan tujuan hidup, karena relasi sosial yang bermakna dapat menjadi salah satu konteks yang mendukung perkembangan fungsi psikologis individu. Dengan demikian, pengaruh positif yang ditemukan dalam penelitian ini tidak hanya menunjukkan adanya hubungan statistik antarkonstruksi, tetapi juga memperlihatkan bahwa kualitas keterhubungan dengan lingkungan sosial memiliki relevansi terhadap pengalaman kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop.

Temuan penelitian juga memperlihatkan bahwa tingkat *psychological well-being* penggemar K-Pop di Banjarmasin berada pada kategori sedang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa responden secara umum telah memiliki kapasitas psikologis yang cukup dalam menjalankan fungsi kehidupan, tetapi kondisi tersebut belum sepenuhnya berkembang secara

optimal. Hasil ini dapat dipahami dalam konteks pengalaman penggemar K-Pop yang tidak selalu bersifat negatif maupun positif, karena keterlibatan dalam fandom dapat memberikan pengalaman emosional, sosial, dan psikologis yang beragam. Sivanesan dan Mokhtar (2024) menunjukkan adanya keterkaitan *fan-ship* dengan berbagai hasil psikososial pada penggemar K-Pop, sedangkan Sabila et al. (2026) secara khusus membahas keterikatan emosional mahasiswa terhadap idol K-Pop dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis dan kecemasan. Temuan tersebut memberikan dasar bahwa keterlibatan terhadap K-Pop dapat menjadi bagian dari pengalaman psikologis individu, tetapi tingkat manfaat psikologis yang dirasakan tetap dapat berbeda antarindividu bergantung pada kualitas interaksi dan pengalaman sosial yang menyertainya. Hasil serupa juga dapat dipahami melalui penelitian Khalda dan Dwarawati (2026) yang mengkaji perilaku prososial dan *psychological well-being* pada penggemar K-Pop, serta Desembriyanti et al. (2026) yang menempatkan *psychological well-being* sebagai bagian penting dalam pengalaman Generasi Z penggemar K-Pop NCT (*NCTzen*).

Pada sisi lain, tingkat *social connectedness* responden yang juga berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar penggemar K-Pop di Banjarmasin telah memiliki keterhubungan sosial yang cukup, tetapi belum mencapai kondisi yang optimal. Keterhubungan sosial tidak semata-mata ditentukan oleh jumlah interaksi, melainkan berkaitan dengan sejauh mana individu mempersepsikan dirinya diterima, terhubung, dan memiliki tempat dalam jaringan sosialnya. Bagaskara dan Widyastuti (2023), melalui adaptasi *Social Connectedness Scale-Revised* dalam bahasa Indonesia, memberikan dasar pengukuran terhadap persepsi keterhubungan sosial individu sehingga konstruk tersebut dapat dipahami sebagai pengalaman subjektif mengenai kedekatan dengan lingkungan sosial. Dalam konteks yang lebih luas, Oberle et al. (2024) menunjukkan bahwa profil *social connectedness* berkaitan dengan *mental well-being* dari waktu ke waktu, sedangkan Weziak-Bialowolska et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan prospektif antara keterhubungan sosial dan kesehatan mental. Oleh karena itu, kategori sedang dalam penelitian ini dapat dimaknai bahwa responden telah memiliki sumber keterhubungan sosial, tetapi intensitas dan kualitas pengalaman tersebut masih memiliki ruang untuk berkembang.

Pengaruh positif *social connectedness* terhadap *psychological well-being* dalam penelitian ini semakin dapat dipahami melalui mekanisme rasa memiliki dan dukungan sosial. Individu yang merasa menjadi bagian dari suatu kelompok memperoleh kesempatan lebih besar untuk membangun relasi yang bermakna, menerima respons sosial, dan memperoleh dukungan ketika menghadapi persoalan. Romeo et al. (2024) menegaskan pentingnya *belonging* bagi kesejahteraan mahasiswa, sehingga rasa menjadi bagian dari lingkungan sosial dapat dipandang sebagai salah satu kondisi yang mendukung *well-being*. Temuan Tang et al. (2025) juga memperlihatkan bahwa *social connectedness* berkaitan dengan *psychological well-being*, dengan dukungan sosial berperan dalam mekanisme yang melibatkan kesepian dan stres yang dirasakan. Sejalan dengan itu, Setyawati et al. (2022) menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis pada remaja. Rangkaian temuan tersebut memperkuat interpretasi bahwa hubungan sosial yang dirasakan bermakna dapat menjadi sumber psikologis yang membantu individu mempertahankan kondisi kesejahteraan, bukan sekadar meningkatkan frekuensi interaksi sosial.

Mekanisme tersebut juga dapat dijelaskan melalui peran kesepian sebagai salah satu kondisi yang berpotensi menghubungkan pengalaman sosial dengan kesejahteraan psikologis. Ketika individu memiliki hubungan sosial yang lebih kuat, peluang untuk merasakan keterasingan atau kekurangan hubungan interpersonal yang bermakna dapat menjadi lebih

kecil. Tsang et al. (2022) menunjukkan bahwa kesepian berperan dalam hubungan antara interaksi tatap muka maupun interaksi virtual dan *psychological well-being*, sehingga bentuk interaksi sosial perlu dipahami bukan hanya berdasarkan keberadaannya, tetapi juga berdasarkan pengalaman psikologis yang menyertainya. Temuan Tranggono et al. (2022) mengenai kesejahteraan psikologis dan kesepian pada mahasiswa rantau juga memperlihatkan pentingnya kondisi sosial dalam memahami pengalaman kesejahteraan psikologis. Dalam konteks penelitian ini, keterhubungan sosial penggemar K-Pop dapat menjadi salah satu sumber yang membantu individu memperoleh rasa diterima dan memiliki kelompok, sehingga secara teoritis dapat menciptakan kondisi sosial yang lebih mendukung kesejahteraan psikologis.

Konteks fandom K-Pop memberikan penjelasan yang lebih spesifik mengenai bagaimana keterhubungan sosial dapat terbentuk. Penggemar dapat berinteraksi dengan individu lain yang memiliki ketertarikan serupa melalui percakapan, pertukaran informasi, aktivitas komunitas, maupun interaksi melalui media digital, sehingga kesamaan minat dapat menjadi titik awal terbentuknya relasi sosial. Dalam konteks masyarakat yang semakin terdigitalisasi, Aprianis (2025) membahas dinamika interaksi sosial pada era digital dan dampak media sosial terhadap kehidupan masyarakat urban, yang relevan untuk memahami bahwa ruang sosial penggemar tidak lagi terbatas pada pertemuan secara langsung. Pada komunitas K-Pop, interaksi tersebut dapat berkembang dari sekadar berbagi ketertarikan terhadap idol menjadi hubungan interpersonal yang memberikan dukungan emosional dan rasa kebersamaan. Arizabal dan Yabut (2025) secara lebih spesifik menunjukkan peran *social connectedness* dalam hubungan antara identitas fandom K-Pop dan kesehatan mental, sehingga temuan penelitian ini semakin relevan karena menunjukkan bahwa keterhubungan sosial merupakan aspek penting dalam memahami pengalaman psikologis anggota fandom. Dengan demikian, fandom dapat dipahami bukan hanya sebagai ruang konsumsi budaya populer, tetapi juga sebagai lingkungan sosial yang berpotensi menyediakan pengalaman kebersamaan dan keterikatan interpersonal.

Temuan penelitian ini juga memperluas pemahaman bahwa kesejahteraan penggemar K-Pop tidak semata-mata dapat dijelaskan melalui konsep *celebrity worship*, fanatisme, atau intensitas keterikatan terhadap idol. Fokus pada *social connectedness* menunjukkan bahwa aspek relasional antarpenggemar dapat menjadi bagian penting dalam menjelaskan variasi *psychological well-being*. Sivanesan dan Mokhtar (2024) memberikan bukti mengenai hubungan *fanship* dengan hasil psikososial pada penggemar K-Pop, sementara Arizabal dan Yabut (2025) memperlihatkan relevansi *social connectedness* dalam konteks identitas fandom dan kesehatan mental. Penelitian Sabila et al. (2026) dan Desembriyanti et al. (2026) juga memperlihatkan bahwa pengalaman penggemar K-Pop dapat dikaji dari perspektif kesejahteraan psikologis, sehingga penelitian ini melanjutkan arah kajian tersebut dengan menempatkan keterhubungan sosial sebagai faktor yang secara langsung diuji terhadap *psychological well-being*. Dari perspektif psikologi sosial, Pratiwi dan Irwan (2026) juga menempatkan kesejahteraan psikologis dalam keterkaitannya dengan nilai sosial dan budaya, sehingga kesejahteraan individu tidak dapat dilepaskan sepenuhnya dari lingkungan sosial tempat individu membangun makna dan relasi. Dengan demikian, kontribusi penelitian ini terletak pada penegasan bahwa pengalaman menjadi penggemar K-Pop dapat memiliki dimensi sosial yang relevan terhadap kesejahteraan psikologis, khususnya dalam konteks komunitas penggemar di Banjarmasin.

Secara keseluruhan, hasil penelitian memperlihatkan bahwa *social connectedness* dapat dipandang sebagai salah satu faktor yang berkontribusi terhadap *psychological well-being*

penggemar K-Pop, tetapi temuan ini tidak berarti bahwa keterhubungan sosial merupakan satu-satunya faktor yang menentukan kesejahteraan psikologis. Hubungan tersebut perlu ditempatkan dalam kerangka yang lebih luas karena pengalaman psikologis penggemar juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik individu, kualitas dukungan sosial, pengalaman dalam fandom, serta kondisi sosial dan emosional lainnya. Keterbatasan penelitian ini terutama berkaitan dengan jumlah dan karakteristik responden serta penggunaan satu variabel independen, sehingga generalisasi hasil kepada seluruh penggemar K-Pop perlu dilakukan secara hati-hati. Selain itu, Wicaksono dan Utami (2026) menunjukkan bahwa kesehatan mental dapat dipahami melalui perspektif biopsikososial yang melibatkan lebih dari satu dimensi, sehingga penelitian mendatang dapat mengembangkan model dengan memasukkan variabel lain yang relevan. Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan dukungan sosial, kesepian, identitas fandom, *celebrity worship*, perilaku prososial, harga diri, atau faktor psikologis lainnya serta menggunakan sampel yang lebih besar dan beragam. Dengan arah tersebut, penelitian mengenai penggemar K-Pop tidak hanya dapat menjelaskan apakah keterhubungan sosial berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis, tetapi juga dapat mengungkap mekanisme psikologis dan sosial yang menjelaskan bagaimana pengaruh tersebut terbentuk.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterhubungan sosial memiliki hubungan positif dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis pada penggemar K-Pop di Banjarmasin. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman merasa diterima, memiliki keterikatan dengan lingkungan sosial, dan menjadi bagian dari komunitas memiliki relevansi dalam memahami kondisi psikologis penggemar K-Pop. Dengan demikian, kesejahteraan psikologis dalam konteks fandom tidak hanya berkaitan dengan keterlibatan individu terhadap idola atau aktivitas penggemar, tetapi juga dengan pengalaman relasional yang terbentuk bersama sesama anggota komunitas. Meskipun demikian, hubungan yang ditemukan tidak dapat ditafsirkan sebagai hubungan sebab-akibat karena penelitian menggunakan desain korelasional. Oleh karena itu, keterhubungan sosial dapat dipandang sebagai salah satu aspek yang relevan dalam memahami variasi kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop, tanpa mengesampingkan keberadaan faktor psikologis dan sosial lainnya.

Implikasi penelitian menunjukkan pentingnya membangun lingkungan fandom yang inklusif, saling menghargai, dan mendukung agar interaksi antarpenggemar dapat berlangsung secara positif. Penggemar dapat mengembangkan relasi sosial yang sehat dengan sesama anggota komunitas, sedangkan pengelola fandom dapat menciptakan ruang interaksi yang lebih terbuka dan nyaman bagi anggotanya. Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas kajian dengan melibatkan variabel lain, seperti dukungan sosial, kesepian, identitas kelompok, *celebrity worship*, perilaku prososial, dan intensitas keterlibatan dalam fandom, serta menggunakan karakteristik sampel yang lebih beragam. Penggunaan desain longitudinal atau model analisis yang melibatkan beberapa variabel juga dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika keterhubungan sosial dan kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop. Dengan pengembangan tersebut, penelitian mengenai fandom K-Pop diharapkan tidak hanya memperhatikan aspek keterlibatan terhadap idola, tetapi juga semakin mampu menjelaskan peran lingkungan sosial dalam membentuk pengalaman psikologis penggemar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprianis, S. A. A. (2025). Dinamika interaksi sosial di era digital: Dampak media sosial terhadap kehidupan masyarakat urban. *Jurnal Kajian Sosiologi Indonesia*, 1(1), 1–7. <https://ojs.nexusjurnal.com/index.php/jksi/article/view/11>
- Aristyawati, A. A. I. V., & Wulanyani, N. M. S. (2023). Joy being a fans: Analisis faktor yang mempengaruhi psychological well-being pada Kpopers Indonesia. *Journals of Ners Community*, 13(1), 116–122. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3363239>
- Arizabal, J. J. R., & Yabut, H. J. (2025). The mediating effect of social connectedness in the relationship between K-Pop fandom identity and mental health. *SAGE Open*, 15(3), 21582440251369989. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/21582440251369989>
- 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://e-journal.unair.ac.id/BRPKM/article/view/24729>
- Bagaskara, R. S., & Widyastuti, T. (2023). Adaptasi social connectedness scale-revised edisi bahasa Indonesia. *Jurnal Psikologi*, 19(2), 106–116. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/21124>
- Desembriyanti, S., Merida, S. C., & Supriyadi, T. (2026). Psychological well-being pada Generasi Z penggemar K-Pop NCT (NCTzen). *Orbit: Jurnal Ilmu Multidisiplin Nusantara*, 2(4), 206–219. <https://www.inovanpublisher.org/orbit/article/view/351>
- Dewi, K., Hafnidar., & Musni, R. (2025). Perbedaan kesejahteraan psikologis pada penggemar KPop generasi Y, Z, dan Alpha. *Insight: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(2), 409–422. <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index>
- Fauziyah, L. N., Widiyana, H. S., & Widyowati, A. (2023). Loneliness and psychological well-being among adolescents K-pop fans. *EMPATHY: Jurnal Fakultas Psikologi*, 6(2), 159–170. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/author/view/8089104>
- Gumelar, S. A., Almada, R., & Laksmiwati, A. A. (2021). Dinamika psikologis fangirl K-Pop. *Cognicia*, 9(1), 17–24. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v9i1.15059>
- Handoko, F. A., Rahaju, S., & Siaputra, I. B. (2024). Fanatisme penggemar K-pop Indonesia: Identitas fandom, tipe kepribadian dan pemujaan selebritas pada penggemar K-pop. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 11(1), 55–74. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4204647>
- Karmakar, S., & Sikdar, D. P. (2023). Social connectedness and health issues. *TIJER - International Research Journal*, 10(5), 400–407. https://doi.org/10.1007/978-981-287-082-7_46
- Khalda, F., & Dwarawati, D. (2026, February). Pengaruh perilaku prososial terhadap psychological well-being penggemar K-Pop. In *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 6(1), 107–116. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v6i1.21980>
- Maghfirah, A. S., Anggrainika, V., & Sinaga, Y. D. S. B. (2022). Pengaruh budaya K-Pop terhadap kehidupan mahasiswa Universitas Diponegoro. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*, 3(2), 250–258. <https://jst.publikasiindonesia.id/index.php/jist/article/view/346>
- Nabilla, P. (2023). Hubungan celebrity worship dan psychological well-being pada penggemar K-pop di Jabodetabek. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 5(2), 300–314. 10.33024/jpm.v5i2.10705

- Ningsih, I. R., & Widyastuti. (n.d.). The impact of fanaticism on psychological well being among K-Pop fans in Sidoarjo. *UMSIDA Preprints Server*. <https://doi.org/10.21070/ups.10152>
- Oberle, E., Ji, X. R., Alkawaja, M., Molyneux, T. M., Kerai, S., Thomson, K. C., ... & Gadermann, A. M. (2024). Connections matter: Adolescent social connectedness profiles and mental well-being over time. *Journal of Adolescence*, 96(1), 31–48. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/jad.12250>
- Oktavinita, P. A., & Ambarwati, K. D. (2022). Psychological well-being on celebrity worship levels in early adult Korean pop (K-pop) fans. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 16(2), 93–110. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v16i2.2094>
- Parawangsa, K. I., Hasanah, M., & Sholichah, I. F. (2023, January). The relationship between psychological well-being with celebrity worship in K-Pop fans using Twitter. In *Journal Universitas Muhammadiyah Gresik Engineering, Social Science, and Health International Conference (UMGESHC)*, 2(1), 127–137. <https://journal.umg.ac.id/index.php/umgeshc/article/view/5114>
- Pohan, S., & Gustiana, Z. N. (2023). Fenomena fanwar dan fanatisme antar fandom K-Pop di media sosial Twitter. *SEMAR: Jurnal Sosial dan Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 10–16. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/3770920>
- Pratiwi, R. G., & Irwan, I. (2026). Konstruksi kesejahteraan psikologis masyarakat melalui nilai-nilai budaya lokal: Perspektif psikologi sosial dan sosiologi budaya. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 20(1), 57–70. <https://journal.binadarma.ac.id/index.php/jurnalpsyche/article/view/4207>
- Rehman, A. U., You, X., Wang, Z., & Kong, F. (2023). The link between mindfulness and psychological well-being among university students: The mediating role of social connectedness and self-esteem. *Current Psychology*, 42(14), 11772–11781. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02428-6>
- Romeo, I., Stanislaw, H., McCreary, J., & Hawley, M. (2024). The importance of belonging for well-being in college students. *PLOS Mental Health*, 1(1), e0000057. <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000057>
- Sabila, A., Revana, S., Munawaroh, L., Pratiwi, H., & Fitriana, A. (2026). Keterikatan emosional mahasiswa terhadap idol K-Pop: Kajian kesejahteraan psikologis dan tingkat kecemasan. *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial dan Politik*, 3(2), 226–239. <https://doi.org/10.62383/sosial.v3i2.3202>
- Setyawati, I., Fahiroh, S. A., & Poerwanto, A. (2022). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di UPT PRSMP Surabaya. *Archetype: Jurnal Ilmiah Psikologi dan Terapan*, 5(1). <https://journal.um-surabaya.ac.id/Archetype/article/view/13835>
- Sivanesan, N. N., & Mokhtar, D. (2024). The association of fanship in psychosocial outcomes among K-Pop fans. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development*. <https://doi.org/10.6007/ijarped/v13-i1/20550>
- Tang, L., Zhang, C., & Cui, Y. (2025). The association between social connectedness and psychological well-being among international students: Social support moderates the mediating effects of loneliness and perceived stress. *Psychology in the Schools*, 62(5), 1434–1452. <https://doi.org/10.1002/pits.23405>



- Tranggono, A., Florentina, T., & Aditya, A. M. (2022). Kesejahteraan psikologis terhadap kesepian pada mahasiswa rantau. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 203–209. <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1958>
- Tsang, V. H. L., Tse, D. C. K., Chu, L., Fung, H. H., Mai, C., & Zhang, H. (2022). The mediating role of loneliness on relations between face-to-face and virtual interactions and psychological well-being across age: A 21-day diary study. *International Journal of Behavioral Development*, 46(6), 500–509. <https://doi.org/10.1177/01650254221132775>
- Weziak-Bialowolska, D., Bialowolski, P., Lee, M. T., Chen, Y., VanderWeele, T. J., & McNeely, E. (2022). Prospective associations between social connectedness and mental health: Evidence from a longitudinal survey and health insurance claims data. *International Journal of Public Health*, 67. <https://doi.org/10.3389/ijph.2022.1604710>
- Wicaksono, B. R., & Utami, M. S. (2026). Leisure tourism sebagai mekanisme biopsikososial dalam promosi kesehatan mental: Kajian konseptual global dengan ilustrasi Indonesia. *Altasia Jurnal Pariwisata Indonesia*, 8(2), 330–341. <https://journal.uib.ac.id/index.php/altasia/article/view/12041>
- Yusifzai, T. (2021). *Why K-Pop is so popular worldwide*. Chartmetric. <https://hmc.chartmetric.com/why-is-k-pop-popular/>