



## HUBUNGAN PARASOCIAL RELATIONSHIP, SENSE OF BELONGING DENGAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PENGGEMAR K-POP GEN Z JAWA BARAT

Karmila Apriani<sup>1</sup>, Rifqi Farisan Akbar<sup>2</sup>, Pratidina Ekanesia<sup>3</sup>

Universitas Indonesia Membangun<sup>1,2,3</sup>

e-mail: [karmilaanii@student.inaba.ac.id](mailto:karmilaanii@student.inaba.ac.id)<sup>1</sup>, [rifqi.farisan@inaba.ac.id](mailto:rifqi.farisan@inaba.ac.id)<sup>2</sup>,  
[pratidina.ekanesia@inaba.ac.id](mailto:pratidina.ekanesia@inaba.ac.id)<sup>3</sup>

Diterima: 09/06/2026; Direvisi: 21/06/2026; Diterbitkan: 02/07/2026

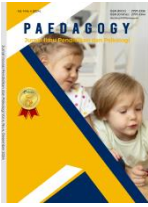
### ABSTRAK

Perkembangan budaya digital dan globalisasi budaya populer telah memberikan ruang bagi penggemar K-Pop Generasi Z untuk membangun hubungan emosional, identitas sosial, serta keterikatan dalam komunitas penggemar. Namun, keterlibatan yang intens dalam budaya penggemar juga dapat memberikan pengaruh terhadap kondisi psikologis individu, khususnya dalam aspek *psychological well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *parasocial relationship* (PSR) dan *sense of belonging* (SOB) terhadap *psychological well-being* (PWB) pada penggemar K-Pop Generasi Z di Jawa Barat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional *cross-sectional*. Partisipan penelitian berjumlah 107 individu berusia 18–29 tahun yang aktif mengikuti komunitas penggemar K-Pop secara daring. Data penelitian dikumpulkan menggunakan *Celebrity Attitude Scale* (CAS), *Sense of Belonging Instrument* (SOBI), dan *Scales of Psychological Well-Being* (SPWB). Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda untuk mengetahui kontribusi variabel independen terhadap *psychological well-being*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *parasocial relationship* dan *sense of belonging* memiliki hubungan positif serta berkontribusi terhadap *psychological well-being* penggemar K-Pop Generasi Z. *Sense of belonging* ditemukan memiliki peran yang lebih dominan dibandingkan *parasocial relationship* dalam menjelaskan *psychological well-being* individu. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin kuat keterikatan emosional terhadap figur idola dan semakin tinggi rasa memiliki terhadap komunitas, maka semakin baik kondisi kesejahteraan psikologis penggemar. Penelitian ini mendukung Social Identity Theory serta memberikan implikasi bagi pengembangan komunitas penggemar yang lebih inklusif dan mampu mendukung kesejahteraan psikologis anggotanya.

**Kata Kunci:** *Parasocial Relationship, Sense Of Belonging, Psychological Well-Being, K-Pop, Generasi Z*

### ABSTRACT

The development of digital culture and the globalization of popular culture have provided opportunities for Generation Z K-Pop fans to develop emotional connections, social identities, and attachment within fan communities. However, intensive involvement in fan culture may also influence individuals' psychological conditions, particularly their psychological well-being. This study aims to analyze the relationship between parasocial relationship (PSR) and sense of belonging (SOB) on psychological well-being (PWB) among Generation Z K-Pop fans in West Java. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional correlational design. The participants consisted of 107 individuals aged 18–29 years who actively participated in online K-Pop fan communities. Data were collected using the Celebrity Attitude Scale (CAS), Sense of Belonging Instrument (SOBI), and Scales of Psychological Well-Being



(SPWB). Data analysis was conducted using multiple linear regression to examine the contribution of independent variables to psychological well-being. The results showed that parasocial relationship and sense of belonging had positive relationships and contributed to the psychological well-being of Generation Z K-Pop fans. Sense of belonging was found to have a more dominant role than parasocial relationship in explaining individuals' psychological well-being. These findings indicate that stronger emotional attachment to idol figures and a higher sense of belonging within communities are associated with better psychological well-being among fans. This study supports Social Identity Theory and provides implications for developing more inclusive fan communities that are able to promote and maintain the psychological well-being of their members.

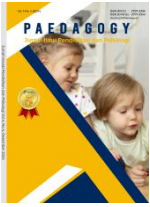
**Keywords:** *Parasocial Relationship, Sense Of Belonging, Psychological Well-Being, K-Pop, Generation Z*

## PENDAHULUAN

Globalisasi budaya dan perkembangan teknologi digital telah mengubah pola konsumsi hiburan masyarakat, termasuk munculnya Korean Wave (Hallyu) sebagai fenomena budaya global yang berkembang secara luas di berbagai negara. Salah satu bentuk ekspresi utama Korean Wave adalah Korean Pop (K-Pop) yang tidak hanya berfungsi sebagai produk hiburan, tetapi juga berkembang menjadi ruang interaksi sosial, pembentukan identitas, dan keterlibatan emosional bagi para penggemarnya. Di Indonesia, fandom K-Pop telah mengalami perkembangan signifikan melalui berbagai aktivitas digital seperti komunitas daring, diskusi media sosial, hingga partisipasi dalam kegiatan kolektif penggemar. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa fandom tidak lagi dapat dipahami hanya sebagai aktivitas konsumsi budaya, melainkan sebagai lingkungan sosial yang dapat memengaruhi pengalaman psikologis individu (Fitria, 2022). Aktivitas fandom K-Pop di Indonesia bahkan menunjukkan adanya bentuk partisipasi sosial dan identitas digital yang semakin kompleks melalui keterlibatan penggemar dalam berbagai aktivitas komunitas (Witarti et al., 2026).

Perkembangan fandom digital menjadi semakin relevan ketika dikaitkan dengan karakteristik Generasi Z yang tumbuh dalam lingkungan teknologi yang sangat terkoneksi. Generasi Z berada pada fase emerging adulthood yang ditandai dengan proses eksplorasi identitas, pencarian hubungan sosial, serta kebutuhan terhadap penerimaan dari lingkungan sekitar. Pada fase ini, kualitas hubungan sosial dan pengalaman keterhubungan memiliki peran penting dalam membentuk kondisi *psychological well-being* individu. Perubahan sosial dalam masyarakat digital juga turut memengaruhi cara remaja dan dewasa awal membangun identitas serta memahami posisi dirinya dalam kelompok sosial tertentu (Hilalludin et al., 2025). Selain itu, karakteristik penggunaan media sosial pada Generasi Z dapat memberikan dampak terhadap pembentukan karakter, pola interaksi, dan perilaku sosial dalam ruang digital (Pambudi et al., 2023).

*Psychological well-being* (PWB) menjadi salah satu aspek penting dalam memahami kondisi psikologis individu karena berkaitan dengan kemampuan menerima diri, membangun hubungan positif, memiliki tujuan hidup, serta mengembangkan potensi pribadi. Dalam konteks penggemar K-Pop, keterlibatan dalam fandom dapat memberikan pengalaman positif melalui dukungan sosial, rasa terhubung, dan kesempatan untuk mengekspresikan identitas diri. Namun, keterlibatan yang berlebihan juga berpotensi menghadirkan tekanan psikologis, seperti kecemasan sosial, perbandingan sosial, maupun ketergantungan emosional terhadap figur idola. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa fenomena K-Pop dapat memberikan dampak terhadap



perilaku dan kehidupan sosial remaja Indonesia, baik dalam aspek positif maupun negatif (Alhamid, 2022). Oleh karena itu, pemahaman mengenai faktor psikologis yang berkontribusi terhadap kesejahteraan penggemar K-Pop menjadi penting untuk dikaji lebih lanjut.

Salah satu faktor yang berkaitan dengan dinamika psikologis penggemar K-Pop adalah *parasocial relationship* (PSR), yaitu hubungan emosional satu arah antara individu dengan figur media atau selebritas. Hubungan parasosial dapat memberikan pengalaman kedekatan psikologis, dukungan emosional, dan rasa keterhubungan bagi individu yang mengalaminya. Namun, intensitas hubungan tersebut juga dapat berkembang menjadi keterikatan berlebihan apabila individu terlalu bergantung pada figur idola sebagai sumber pemenuhan kebutuhan emosional. Kajian terbaru mengenai *parasocial relationship* menunjukkan bahwa hubungan dengan figur idola memiliki berbagai faktor pembentuk, dampak psikologis, serta variasi pengukuran yang perlu dipahami dalam konteks komunitas penggemar modern (Mahenda & Hutapea, 2025). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa hubungan antara *psychological well-being* dan keterikatan terhadap figur selebritas masih menjadi isu yang kompleks untuk dikaji karena dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis individu (Lestari & Mariyati, 2025).

Selain *parasocial relationship*, *sense of belonging* (SOB) menjadi faktor penting yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis individu dalam komunitas penggemar. *Sense of belonging* menggambarkan kebutuhan individu untuk merasa diterima, dihargai, dan menjadi bagian dari suatu kelompok sosial. Dalam komunitas digital, rasa memiliki terhadap kelompok dapat memperkuat identitas sosial serta memberikan dukungan emosional bagi anggota komunitas. Penelitian mengenai kebutuhan untuk memiliki menunjukkan bahwa keterhubungan sosial memiliki kontribusi terhadap terbentuknya hubungan interpersonal dalam komunitas daring (Eristina & Primanita, 2025). Selain itu, *sense of belonging* dalam lingkungan digital juga terbukti berkaitan dengan keterlibatan pengguna dan keberlanjutan partisipasi dalam suatu komunitas online (Des Christian & Sakaria, 2025).

Meskipun komunitas penggemar dapat memberikan manfaat psikologis, dinamika fandom juga memiliki sisi lain yang perlu diperhatikan. Keterlibatan intens dalam komunitas dapat menciptakan tekanan sosial, tuntutan untuk mengikuti aktivitas kelompok, serta kecenderungan melakukan evaluasi diri berdasarkan penerimaan komunitas. Pada Generasi Z, kondisi tersebut semakin relevan karena individu berada pada tahap perkembangan yang sering menghadapi ketidakpastian identitas dan tantangan psikologis seperti quarter-life crisis. Penelitian mengenai Generasi Z menunjukkan bahwa dukungan sosial dan kemampuan membangun identitas menjadi aspek penting dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan psikologis (Jannah & Ariyanto, 2025). Selain itu, pendekatan mengenai krisis perkembangan pada Generasi Z menunjukkan bahwa proses pencarian makna dan identitas menjadi bagian penting dalam kesejahteraan psikologis individu (Saraswati, 2026).

Berdasarkan Social Identity Theory, identitas individu terbentuk melalui interaksi antara identitas personal dan identitas sosial yang diperoleh melalui keanggotaan kelompok tertentu (Tajfel & Turner, 1986). Dalam konteks fandom K-Pop, keterikatan terhadap figur idola dapat merepresentasikan identitas personal melalui hubungan parasosial, sedangkan keterlibatan dalam komunitas penggemar merepresentasikan identitas sosial melalui *sense of belonging*. Interaksi kedua aspek tersebut berpotensi memengaruhi *psychological well-being* individu karena berkaitan dengan kebutuhan akan koneksi, penerimaan, dan kebermaknaan sosial. Kajian mengenai identitas sosial pada Generasi Z juga menunjukkan bahwa kelompok sosial memiliki peran dalam membentuk cara individu memahami dirinya dan mempertahankan nilai yang diyakini (Taufiqurrahman, 2025). Namun, penelitian terdahulu masih banyak



membahas *parasocial relationship*, *sense of belonging*, dan *psychological well-being* secara terpisah sehingga hubungan ketiga aspek tersebut dalam konteks fandom K-Pop masih membutuhkan kajian lebih mendalam.

Berdasarkan uraian tersebut, terdapat kesenjangan penelitian yang menunjukkan perlunya analisis lebih lanjut mengenai bagaimana *parasocial relationship* dan *sense of belonging* secara bersama-sama berkontribusi terhadap *psychological well-being* penggemar K-Pop Generasi Z. Sebagian penelitian sebelumnya lebih berfokus pada dampak fandom terhadap perilaku, keterikatan selebritas, atau dinamika komunitas secara terpisah, sementara kajian integratif mengenai hubungan antara keterikatan parasosial, rasa memiliki, dan kesejahteraan psikologis masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki nilai kebaruan melalui pengujian simultan antara *parasocial relationship* dan *sense of belonging* terhadap *psychological well-being* pada penggemar K-Pop Generasi Z di Jawa Barat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *parasocial relationship* (PSR) dan *sense of belonging* (SOB) terhadap *psychological well-being* (PWB) baik secara parsial maupun simultan. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis bagi pengembangan kajian psikologi digital serta memberikan implikasi praktis dalam membangun komunitas penggemar yang lebih sehat dan mendukung kesejahteraan psikologis anggotanya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian korelasional *cross-sectional* yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *parasocial relationship* (PSR), *sense of belonging* (SOB), dan *psychological well-being* (PWB) pada penggemar K-Pop Generasi Z. Populasi dalam penelitian ini adalah penggemar K-Pop berusia 18–29 tahun yang berdomisili di Jawa Barat dan aktif berpartisipasi dalam komunitas fandom daring. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menetapkan kriteria partisipan, yaitu individu yang merupakan penggemar K-Pop, berada pada rentang usia Generasi Z, serta aktif mengikuti aktivitas komunitas fandom minimal satu kali dalam seminggu selama enam bulan terakhir. Berdasarkan proses pengumpulan data, diperoleh sebanyak 107 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen penelitian yang terdiri atas tiga alat ukur, yaitu instrumen untuk mengukur *psychological well-being* (PWB), *parasocial relationship* (PSR), dan *sense of belonging* (SOB). Sebelum digunakan dalam penelitian, seluruh instrumen terlebih dahulu melalui proses pengujian validitas dan reliabilitas untuk memastikan bahwa alat ukur memiliki tingkat kelayakan yang sesuai dalam mengukur variabel penelitian. Data yang diperoleh kemudian dianalisis melalui beberapa tahap, yaitu uji asumsi statistik yang meliputi uji normalitas, uji multikolinearitas, dan uji heteroskedastisitas. Selanjutnya, dilakukan analisis regresi linear berganda untuk mengetahui hubungan serta kontribusi *parasocial relationship* (PSR) dan *sense of belonging* (SOB) terhadap *psychological well-being* (PWB) pada penggemar K-Pop Generasi Z di Jawa Barat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil analisis data penelitian serta pembahasan mengenai temuan empiris terkait hubungan antara *parasocial relationship* (PSR), *sense of belonging* (SOB), dan *psychological well-being* (PWB) pada penggemar K-Pop generasi Z di Jawa Barat. Penyajian hasil dilakukan secara sistematis untuk memberikan gambaran mengenai karakteristik responden, kondisi masing-masing variabel penelitian, serta hasil pengujian statistik yang



digunakan dalam menjawab hipotesis penelitian. Selanjutnya, temuan yang diperoleh dianalisis dan diinterpretasikan dengan mengaitkannya pada konsep teoritis serta hasil penelitian terdahulu yang relevan. Pembahasan difokuskan pada bagaimana keterikatan terhadap figur idola dan rasa memiliki terhadap komunitas fandom berperan dalam membentuk kondisi kesejahteraan psikologis penggemar K-Pop generasi Z. Melalui analisis ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika psikologis dalam pengalaman fandom di era digital.

## Hasil

Bagian hasil penelitian ini menyajikan temuan empiris mengenai kontribusi *parasocial relationship* (PSR) dan *sense of belonging* (SOB) terhadap *psychological well-being* (PWB) pada penggemar K-Pop generasi Z di Jawa Barat. Penelitian ini melibatkan responden yang telah memenuhi kriteria penelitian dengan jumlah data yang dapat dianalisis sebanyak 107 responden. Penyajian hasil penelitian diawali dengan karakteristik responden untuk memberikan gambaran mengenai profil partisipan penelitian. Selanjutnya, analisis dilanjutkan dengan penyajian statistik deskriptif, pengujian kualitas instrumen, uji asumsi, serta pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear berganda. Seluruh hasil analisis disajikan secara sistematis untuk menjelaskan hubungan antara variabel penelitian.

Karakteristik responden dianalisis berdasarkan beberapa aspek yang berkaitan dengan pengalaman fandom, yaitu usia, lama menjadi penggemar K-Pop, kepemilikan komunitas penggemar, serta platform interaksi yang digunakan. Informasi mengenai karakteristik responden diperlukan untuk memahami konteks sosial dan psikologis partisipan dalam penelitian ini. Gambaran karakteristik responden disajikan pada Tabel 1 berikut.

**Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian**

Karakteristik	Kategori Dominan	Jumlah Responden	Persentase
Usia	18–21 tahun	45	42,1%
Lama menjadi penggemar K-Pop	Lebih dari 6 tahun	63	58,9%
Memiliki komunitas penggemar	Ya	73	68,2%
Platform interaksi utama	Grup chat (WhatsApp/Telegram/Discord)	37	34,6%

Berdasarkan Tabel 1, responden penelitian didominasi oleh kelompok generasi Z usia muda yang berada pada fase perkembangan dewasa awal. Sebagian besar responden juga menunjukkan keterlibatan fandom yang relatif panjang, terlihat dari pengalaman menjadi penggemar K-Pop selama beberapa tahun. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mayoritas partisipan memiliki pengalaman yang cukup dalam membangun keterikatan dengan budaya fandom K-Pop. Selain itu, keterlibatan dalam komunitas penggemar menunjukkan bahwa interaksi sosial menjadi salah satu karakteristik penting dalam kelompok responden penelitian. Platform komunikasi berbasis grup menjadi media utama yang digunakan untuk membangun hubungan dan pertukaran pengalaman antar penggemar. Tahap berikutnya adalah analisis



statistik deskriptif yang bertujuan untuk melihat gambaran umum tingkat masing-masing variabel penelitian. Analisis ini digunakan untuk mengetahui kecenderungan skor responden pada variabel *parasocial relationship*, *sense of belonging*, dan *psychological well-being*. Hasil statistik deskriptif disajikan pada Tabel 2 berikut.

**Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian**

Variabel	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Parasocial Relationship (X1)	24,00	79,00	56,51	10,05
Sense of Belonging (X2)	26,00	72,00	52,53	9,32
Psychological Well-Being (Y)	34,00	102,00	81,36	12,49

Hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa seluruh variabel penelitian memiliki kecenderungan skor rata-rata yang berada pada kategori relatif baik. Variabel *parasocial relationship* menunjukkan adanya keterikatan psikologis responden terhadap figur idola yang cukup kuat. Sementara itu, variabel *sense of belonging* menggambarkan adanya rasa diterima dan menjadi bagian dari lingkungan fandom yang dimiliki responden. Kondisi tersebut sejalan dengan nilai rata-rata *psychological well-being* yang menunjukkan bahwa responden memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang positif. Variasi nilai standar deviasi menunjukkan adanya perbedaan pengalaman individu dalam merasakan hubungan parasosial, rasa memiliki, dan kesejahteraan psikologis.

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, penelitian ini terlebih dahulu melakukan pengujian kualitas instrumen dan asumsi analisis statistik. Pengujian validitas dilakukan untuk memastikan bahwa setiap item mampu mengukur konstruk penelitian, sedangkan reliabilitas digunakan untuk mengetahui konsistensi alat ukur. Hasil pengujian menunjukkan bahwa sebagian besar item penelitian memenuhi kriteria validitas dan seluruh variabel memiliki tingkat reliabilitas yang baik. Selain itu, pengujian asumsi klasik dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan analisis regresi linear berganda. Hasil pengujian menunjukkan bahwa data penelitian memenuhi asumsi normalitas, tidak mengalami masalah multikolinearitas, serta tidak ditemukan gejala heteroskedastisitas.

Setelah seluruh persyaratan analisis terpenuhi, dilakukan pengujian hipotesis menggunakan regresi linear berganda untuk mengetahui kontribusi variabel independen terhadap variabel dependen. Hasil analisis menunjukkan bahwa *parasocial relationship* memiliki arah hubungan positif terhadap *psychological well-being*. Artinya, peningkatan keterikatan emosional dengan figur idola cenderung diikuti oleh peningkatan kesejahteraan psikologis penggemar. Selain itu, *sense of belonging* juga menunjukkan hubungan positif dengan *psychological well-being*, dengan kontribusi yang lebih besar dibandingkan variabel lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa rasa memiliki terhadap komunitas fandom menjadi faktor yang lebih dominan dalam menjelaskan kondisi kesejahteraan psikologis responden.

Pengujian secara simultan menunjukkan bahwa kombinasi antara *parasocial relationship* dan *sense of belonging* mampu memberikan kontribusi terhadap variasi *psychological well-being*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel independen secara bersama-sama memiliki peran dalam menjelaskan kondisi psikologis penggemar K-Pop generasi Z. Besarnya kontribusi kedua variabel menunjukkan bahwa faktor hubungan sosial, baik melalui hubungan parasosial dengan idola maupun hubungan sosial nyata dalam komunitas fandom, berkaitan dengan kesejahteraan psikologis individu. Meskipun demikian,



masih terdapat faktor lain di luar model penelitian yang dapat memengaruhi *psychological well-being*. Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa pengalaman fandom memiliki keterkaitan dengan aspek psikologis penggemar melalui mekanisme hubungan interpersonal dan rasa keterhubungan sosial.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *parasocial relationship* (PSR) dan *sense of belonging* (SOB) secara simultan berkontribusi terhadap *psychological well-being* (PWB) pada penggemar K-Pop generasi Z di Jawa Barat. Temuan ini menunjukkan bahwa pengalaman menjadi bagian dari fandom tidak hanya berkaitan dengan aktivitas hiburan, tetapi juga memiliki dimensi psikologis yang berkaitan dengan kebutuhan keterhubungan sosial dan penerimaan diri. Pada fase *emerging adulthood*, individu masih berada pada tahap pencarian identitas, pengembangan relasi sosial, serta pembentukan tujuan hidup sehingga lingkungan sosial maupun simbolik memiliki peran penting dalam perkembangan psikologis (Papatungan, 2023). Dalam konteks fandom K-Pop, figur idola dan komunitas penggemar dapat menjadi ruang alternatif bagi individu untuk memperoleh dukungan emosional, motivasi, serta pengalaman sosial yang bermakna. Hal ini memperkuat pandangan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya dipengaruhi oleh hubungan interpersonal secara langsung, tetapi juga dapat terbentuk melalui keterikatan simbolik dan identitas sosial yang berkembang dalam komunitas tertentu. Sejalan dengan itu, dukungan sosial yang dirasakan (*perceived social support*) dari lingkungan sekitar, termasuk dari komunitas maya, memiliki peranan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja (Ekanesia et al., 2024).

Kontribusi positif *parasocial relationship* terhadap PWB menunjukkan bahwa hubungan emosional dengan figur idola dapat memberikan fungsi psikologis tertentu bagi penggemar. Hubungan parasosial memungkinkan individu memperoleh pengalaman afektif seperti rasa dekat, kenyamanan, inspirasi, dan motivasi meskipun hubungan tersebut bersifat satu arah. Temuan ini sejalan dengan penelitian Wijaya dan Rahayu (2025) yang menunjukkan bahwa keterlibatan emosional dengan selebritas pada penggemar K-Pop memiliki keterkaitan dengan kondisi kesejahteraan psikologis individu. Namun, hubungan dengan figur idola perlu dipahami dalam batas yang adaptif karena keterikatan yang terlalu intens dapat berpotensi berkembang menjadi pemujaan selebritas yang kurang sehat. Penelitian Tansy dan Kurniawati (2023) menunjukkan bahwa *celebrity worship syndrome* pada penggemar K-Pop dapat berhubungan dengan kondisi *psychological well-being*, sehingga menunjukkan bahwa kualitas keterikatan terhadap idola menjadi faktor penting dalam menentukan dampak psikologis yang muncul.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa meskipun PSR memberikan kontribusi positif, pengaruhnya lebih kecil dibandingkan SOB terhadap PWB. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hubungan emosional dengan idola dapat menjadi faktor pendukung, tetapi pengalaman sosial nyata dalam komunitas fandom memiliki peran yang lebih besar dalam membentuk kesejahteraan psikologis. Dalam perspektif identitas sosial, individu memperoleh rasa kebermaknaan ketika dirinya merasa menjadi bagian dari kelompok yang memiliki nilai dan pengalaman bersama. Hal ini didukung oleh penelitian Jati dan Andayani (2023) yang menjelaskan bahwa *psychological sense of community* dapat meningkatkan kesejahteraan sosial melalui rasa keterhubungan dan partisipasi dalam kelompok. Dengan demikian, fandom K-Pop tidak hanya menjadi ruang konsumsi budaya, tetapi juga menjadi komunitas sosial yang memberikan kesempatan bagi individu untuk membangun identitas dan hubungan

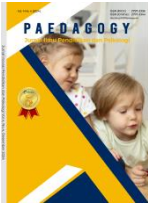


interpersonal. Identitas sosial yang kuat dalam sebuah komunitas, seperti yang terlihat pada fandom, erat kaitannya dengan keterlibatan individu dan rasa memiliki terhadap kelompok tersebut (Jauhary & Akbar, 2026).

Dominannya kontribusi SOB terhadap PWB dapat dijelaskan melalui peran komunitas fandom sebagai sumber dukungan sosial dan validasi psikologis. Interaksi antaranggota fandom melalui grup komunikasi, media sosial, maupun komunitas penggemar memungkinkan individu memperoleh rasa diterima, dipahami, dan memiliki kelompok sosial yang sama. Fenomena ini sejalan dengan penelitian Maharani et al. (2025) yang menjelaskan bahwa gelombang budaya Korea dan perkembangan fandom K-Pop di media sosial membentuk ruang interaksi sosial yang memperkuat keterlibatan komunitas penggemar. Selain itu, aktivitas fandom seperti berbagi informasi, mengikuti kegiatan komunitas, hingga konsumsi simbolik terhadap produk budaya menunjukkan bahwa identitas penggemar dapat berkembang melalui pengalaman kolektif (Hidayati & Harahap, 2024; Anindya et al., 2026). Oleh karena itu, rasa memiliki terhadap komunitas menjadi mekanisme penting yang mengubah keterlibatan fandom menjadi pengalaman psikologis yang lebih positif. Rasa memiliki terhadap komunitas menjadi mekanisme penting yang mengubah keterlibatan fandom menjadi pengalaman psikologis yang lebih positif, didukung oleh temuan bahwa dukungan sosial yang sehat dapat mengurangi perasaan kesepian dan disregulasi emosi pada remaja (Sastri & Saskia, 2025).

Hubungan antara SOB dan PWB juga dapat dipahami melalui konsep dukungan sosial yang berperan dalam menjaga keseimbangan emosional individu. Individu yang memiliki rasa menjadi bagian dari kelompok cenderung memperoleh sumber daya sosial berupa dukungan, empati, serta kesempatan berbagi pengalaman yang dapat membantu menghadapi tekanan psikologis. Penelitian Dania dan Hartati (2025) menunjukkan bahwa *sense of belonging* memiliki hubungan dengan *psychological well-being* karena rasa diterima dalam lingkungan sosial dapat meningkatkan kenyamanan psikologis individu. Hal tersebut diperkuat oleh Hasanah et al. (2024) yang menemukan bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan kondisi regulasi emosi pada individu usia muda. Selain itu, Putri et al. (2023) menjelaskan bahwa dukungan sosial dan kemampuan regulasi emosi berperan dalam meningkatkan kemampuan individu menghadapi tantangan sehingga memperkuat fungsi adaptif psikologis. Dukungan sosial dari berbagai sumber, seperti keluarga dan komunitas, juga terbukti menjadi faktor signifikan dalam mengurangi burnout dan meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses belajar (Firdaus & Fikri, 2025).

Keterlibatan dalam fandom K-Pop juga perlu dipahami sebagai fenomena sosial yang memiliki dua sisi. Pada tingkat tertentu, fandom dapat menjadi ruang positif untuk memperoleh dukungan sosial, mengembangkan relasi, serta membangun identitas diri, tetapi keterlibatan yang berlebihan dapat membawa konsekuensi psikologis tertentu. Penelitian Handoko et al. (2024) menunjukkan bahwa fanatisme penggemar K-Pop berkaitan dengan identitas fandom, karakteristik individu, serta kecenderungan pemujaan selebritas. Temuan tersebut menunjukkan bahwa manfaat psikologis dari fandom sangat bergantung pada pola keterlibatan individu dalam komunitas maupun hubungan dengan figur idola. Dengan demikian, hubungan parasosial dan keterlibatan fandom yang sehat perlu berjalan secara seimbang dengan interaksi sosial nyata agar memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan psikologis. Keseimbangan ini penting karena aspek psikologis seperti efikasi diri dan motivasi, yang juga dipengaruhi oleh lingkungan sosial, berperan krusial dalam kinerja dan kesejahteraan individu secara umum (Muttaqin et al., 2023).



Berdasarkan keseluruhan temuan, penelitian ini memperlihatkan bahwa fandom K-Pop dapat menjadi konteks sosial yang berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis generasi Z melalui kombinasi hubungan parasosial dan rasa memiliki terhadap komunitas. Dukungan dari keluarga dan kemampuan regulasi emosi juga merupakan faktor eksternal dan internal yang turut memengaruhi PWB, sebagaimana disoroti dalam penelitian tentang pekerja (Samillah et al., 2026) Meskipun demikian, hasil penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Desain penelitian yang bersifat potong lintang (*cross-sectional*) menyebabkan hubungan antarvariabel belum dapat dijelaskan secara kausal. Selain itu, adanya item instrumen PWB yang tidak valid serta keterbatasan karakteristik sampel membuat generalisasi hasil penelitian perlu dilakukan secara hati-hati. Nilai kontribusi model penelitian juga menunjukkan bahwa masih terdapat faktor lain yang dapat menjelaskan PWB, seperti dukungan keluarga, regulasi emosi, resiliensi, maupun faktor kepribadian. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk mempertimbangkan variabel psikologis lain serta mengkaji aspek positif dan negatif fandom secara lebih mendalam agar memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *parasocial relationship* dan *sense of belonging* berperan dalam menjelaskan *psychological well-being* pada generasi Z penggemar K-Pop. Di antara kedua variabel tersebut, *sense of belonging* merupakan faktor yang memberikan kontribusi lebih besar terhadap kesejahteraan psikologis dibandingkan *parasocial relationship*. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis penggemar tidak hanya dipengaruhi oleh kedekatan emosional dengan figur idola, tetapi juga oleh rasa memiliki dan keterhubungan yang terbentuk dalam komunitas fandom. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk menganalisis keterkaitan *parasocial relationship* dan *sense of belonging* terhadap *psychological well-being* pada generasi Z penggemar K-Pop telah tercapai. Temuan ini mengindikasikan bahwa komunitas fandom berpotensi menjadi ruang sosial yang mendukung perkembangan psikologis apabila mampu membangun interaksi yang positif, inklusif, dan suportif. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal, melibatkan sampel yang lebih beragam, serta mengkaji variabel lain, seperti dukungan sosial, regulasi emosi, resiliensi, atau kepribadian, agar diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *psychological well-being* penggemar K-Pop.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alhamid, H. A. (2022). Dampak K-Pop terhadap perilaku remaja di Indonesia. *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains dan Sosial Humaniora*, 1(01).  
<https://journal.forikami.com/index.php/nusantara/article/view/185>
- Anindya, A. R., Zaidan, D. N., Pradani, F. P., Syfa, S. N., & Suryana, A. (2026). Bentuk konsumsi simbolik pada mahasiswa penggemar anime dan manga: Studi kasus komunitas Jakarta Japan Lunatic Club (JJLC) UNJ. *Janaru Saja: Jurnal Program Studi Sastra Jepang*, 15(1), 14–28.  
<https://ojs.unikom.ac.id/index.php/janarusaja/article/view/19805>
- Dania, N. R., & Hartati, N. (2025). Hubungan antara sense of belonging dengan psychological well-being pada nelayan kecil. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4), 1280–1290. <https://doi.org/10.63822/scg75k98>



- Des Christian, T., & Sakaria, S. (2025). Analisis pengaruh e-service quality, sense of belonging dan user satisfaction terhadap intention to use aplikasi Discord. *TeknoIS: Jurnal Ilmiah Teknologi Informasi dan Sains*, 15(1), 51–61. <https://doi.org/10.36350/jbs.v15i1.287>
- Ekanesia, P., Sastri, P. D., & Hermansyah, A. (2024). Profil perceived social support dan hubungannya dengan kesehatan mental remaja. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 22(1), 1–9. <https://doi.org/10.47007/jpsi.v22i01.361>
- Firdaus, N. A. F., & Fikri, A. (2025). Hubungan antara perceived social support dan school burnout dengan student engagement pada siswa-siswi SMP X. *Jurnal Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian, dan Inovasi*, 5(4). <https://doi.org/10.59818/jpi.v5i4.179>
- Eristina, T., & Primanita, R. Y. (2025). Kontribusi need to belong terhadap online friendship pada remaja komunitas game online. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, 8(3), 2391–2402. <https://jurnal.uns.ac.id/SHES/article/view/108850>
- Fitria, K. (2022). Sebuah kajian etnografi digital pada keterlibatan fandom K-pop dengan isu sosial di media sosial. *Versi Cetak*, 6(2), 458–469. <https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/view/16299>
- 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*, 11(1), 55–74. <https://doi.org/10.24854/jpu714>
- Hasanah, P. N., Rahmah, A. P. N., & Effendi, A. (2024). Hubungan dukungan sosial dengan disregulasi emosi pada remaja. *Jurnal Keperawatan 'Aisyiyah*, 11(2), 119–127. <https://doi.org/10.33867/zc4y3d44>
- Hidayati, S., & Harahap, S. (2024). Analisis perilaku sosial masyarakat perkotaan dalam pembelian merchandise pada kalangan remaja K-pop di Kota Medan. *Jurnal Noken: Ilmu-Ilmu Sosial*, 10(2), 321–336. <https://doi.org/10.33506/jn.v10i2.3734>
- Hilalludin, H., Suciowati, S. N., Sugari, D., & Maryani, E. D. (2025). Dinamika perubahan sosial masyarakat digital dan dampaknya terhadap identitas remaja. *SciNusa: Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 1(03), 01–14. <https://www.risetpendikia.com/index.php/jurnal-scinusa/article/view/57>
- Jannah, N. A. I., & Ariyanto, M. S. (2025). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap quarter life crisis pada Generasi-Z. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 5(1), 449–460. <https://doi.org/10.56799/peshum.v5i1.12757>
- Jati, N. M. K. P., & Andayani, L. A. P. (2023). Psychological sense of community to improve social well-being in student organization members. *Jurnal Psikologi Tabula Rasa*, 18(2), 117–125. <https://repository.ubaya.ac.id/45628/>
- Jauhary, Z. A. S. H., & Akbar, R. F. (2026). The relationship between social identity and individual involvement in the community toward a sense of community: My Day Indonesia fandom. *International Journal of Marketing & Human Resource Research*, 7(1). <https://doi.org/10.47747/ijmhrr.v7i1.3317>
- Lestari, P. W. W., & Mariyati, L. I. (2025). Pengaruh psychological well-being dan loneliness terhadap celebrity worship pada fans K-pop. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, dan Konseling Islam*, 8(2), 971–998. <https://jurnal.pabki.org/index.php/alisyraq/article/view/903>
- Mahenda, M., & Hutapea, B. (2025). A systematic scoping review of parasocial relationships with idols: Antecedents, impacts, and measurement. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(04), 429–440.



<https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/37267>

- Maharani, C., Juliansyah, V., & Purnama, D. T. (2025). The phenomenon of the Korean wave and the euphoria of K-pop fandom in social media. *JSSH: Jurnal Sains Sosial dan Humaniora*. <https://jurnalnasional.ump.ac.id/index.php/JSSH/article/view/21384>
- Muttaqin, R., Indrianti, R. P., Siddiq, A. M., Wijaya, F., Jaya, R. C., & Abdulrahman, A. S. (2023). Improving employee performance: The role of self-efficacy and motivation. *Jurnal Kajian Manajemen Bisnis*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.24036/jkmb.12260000>
- Pambudi, R., Budiman, A., Rahayu, A. W., Sukanto, A. N. R., & Hendrayani, Y. (2023). Dampak etika siber jejaring sosial pada pembentukan karakter pada Generasi Z. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 4(3), 289–300. <https://jurnal.syntaximperatif.co.id/index.php/syntax-imperatif/article/view/262>
- Paputungan, F. (2023). Developmental characteristics of early adulthood. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 47–56. <https://doi.org/10.47918/jeac.v3i1.1139>
- Putri, A., Darmayanti, N., & Menanti, A. (2023). Pengaruh regulasi emosi dan dukungan sosial keluarga terhadap resiliensi akademik siswa. *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health*, 4(1). <https://journal.iain-manado.ac.id/index.php/JIVA/article/view/2528>
- Samillah, E., Nuradina, K., & Bernadus, B. (2026). The role of emotional regulation and family support on the psychological well-being of working mothers at PT XYZ. *Ranah Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development*, 8(2), 1064–1078. <https://doi.org/10.38035/rrj.v8i2.2003>
- Sastri, P. D., & Saskia, N. N. (2025). Hubungan antara social support dan loneliness dengan disregulasi emosi pada remaja pelaku self-harm di Sekolah Menengah Kejuruan X Kota Bandung. *Jurnal Paedagogy*, 12(1). <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i2.6231>
- Saraswati, A. (2026). Peran terapi naratif dalam mengatasi quarter-life crisis pada mahasiswa Generasi Z: Studi pustaka. In *Proceedings National Conference Sinesia* (Vol. 2, No. 1, pp. 772–783). <https://doi.org/10.69836/ncrcs-sinesia.v2i1.225>
- Tansy, S., & Kurniawati, M. (2023). Pengaruh celebrity worship syndrome terhadap psychological well-being Army BTS. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 3(6), 5796–5805. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/6548>
- Taufiqurrahman, M. (2025). Generasi Z dan resistensi terhadap Pancasila: Dekonstruksi narasi krisis berdasarkan social identity theory. *PROGRESSA: Journal of Islamic Religious Instruction*, 9(1), 77–86. <https://doi.org/10.32616/pgr.v9.1.520.77-86>
- Wijaya, P. P., & Rahayu, M. N. M. (2025). Psychological well-being dan celebrity worship (intense-personal) penggemar K-pop. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 9(2), 191–201. <https://doi.org/10.32492/idea.v9i2.9205>
- Witarti, D. I., Putri, S. R., & Ariyani, P. F. (2026). Aktivitas nasionalisme digital: Studi netnografi fandom K-pop di Indonesia. *Komuniti: Jurnal Komunikasi dan Teknologi Informasi*, 18(1), 1–28. <https://journals2.ums.ac.id/komuniti/article/view/13303>