

**TEKNIK *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR* UNTUK MENGURANGI KECENDERUNGAN
PERILAKU FANATISME *K-POP* PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS ISLAM
TERPADU**

Anesthesia Putri Susilowati

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email : anesthesia.21051@mhs.unesa.ac.id

Elisabeth Christiana

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Email : elisabethchristiana@unesa.ac.id

Abstrak

Fanatisme *Korean-Pop (K-Pop)* di kalangan remaja menimbulkan dampak yang negatif terutama pada siswa yang tinggal di asrama berbasis Islam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas Teknik *Rational Emotive Behavior* dalam mengurangi kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* melalui layanan konseling kelompok. Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain pra-eksperimen *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian berjumlah 6 siswa yang dipilih berdasarkan rekomendasi wali asrama dan guru BK serta memiliki skor fanatisme tinggi sesuai hasil *pre-test*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan angket fanatisme *K-Pop* yang telah diuji validitas dan reliabilitas serta observasi perilaku. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh subjek mengalami penurunan skor fanatisme dari kategori tinggi menjadi kategori sedang setelah mengikuti 6 sesi konseling dengan Teknik *Rational Emotive Behavior*. Selain perubahan skor, para subjek juga menunjukkan perubahan perilaku di kehidupan nyata seperti adanya peningkatan hafalan Al-Qur'an, aktif dalam kegiatan keagamaan asrama, mematuhi peraturan asrama, serta mampu mengelola emosi dan hubungan sosial dengan teman di asrama menjadi lebih baik. Teknik *Rational Emotive Behavior* dalam konseling kelompok terbukti efektif dalam memberikan bantuan pada siswa untuk mengurangi perilaku fanatisme *K-Pop* dengan mengubah keyakinan irasional menjadi rasional. Teknik *Rational Emotive Behavior* dapat dijadikan sebagai strategi layanan bimbingan dan konseling sekolah di lingkungan sekolah berbasis Islam.

Kata Kunci: Fanatisme *K-Pop*, Teknik *Rational Emotive Behavior*, Konseling Kelompok, Siswa Asrama.

Abstract

Korean-Pop (K-Pop) fanaticism among teenagers has a negative impact, especially on students who live in Islamic-based dormitories. This study aims to determine the effectiveness of the Rational Emotive Behavior Technique in reducing the behavioral tendencies of K-Pop fanaticism through group counseling services. This research approach is quantitative with one group pretest-posttest pre-experienced design. The research subjects were 6 students who were selected based on the recommendation of the dormitory guardian and counseling teacher and had high fanaticism scores from the high categories according to the pre-test results. The result showed that all subjects experienced a decrease in fanaticism scores according to the medium category after attending 6 counseling sessions with Rational Emotive Behavior Technique. In addition to changes scores, the subject also showed changes in real life behavior such as increase in memorizing the Qur'an, being active in dormitory religious activities, complying with dormitory rules, and being manage emotions and social relationships with friends in the dormitory for the better. The Rational Emotive Behavior Technique in group counseling has proven effective in providing assistance to students to reduce K-Pop fanaticism behavior by changing irrational beliefs to rational ones. The Emotive Behavior Technique can be used as a strategy for school guidance and counseling services in an Islamic-based school environment.

Keywords: *K-Pop fanaticism, Rational Emotive Behavior Technique, Group Counseling, Drom students.*

PENDAHULUAN

Dalam beberapa tahun terakhir, budaya populer Korea Selatan atau yang dikenal dengan istilah *Hallyu Wave* mengalami ekspansi masif di seluruh dunia termasuk Indonesia. Salah satu bentuk budaya Korea yang paling populer adalah *Korean Pop* atau *K-Pop*. *K-Pop* tidak hanya berkaitan dengan musik namun juga telah menjadi bagian dari kehidupan seperti fashion, bahasa, kebiasaan, hingga gaya interaksi sosial.

Menurut *The Korea Foundation* (Zahra, 2019), gelombang budaya korea atau *K-Wave* di seluruh dunia mengalami peningkatan sebesar 22% atau bertambah 89,19 juta orang di 113 negara dari jumlah sebelumnya yakni 73,12 juta penggemar. Menurut *Korean Culture and Information Service* pada tahun 2011, didapatkan hasil bahwa penggemar *K-Pop* 66% berusia 20 tahunan, 18% berusia 30 tahunan, 8% berusia 40 tahunan 6% berusia 50 tahunan, dan 2% berusia 60 tahunan. Di Indonesia sendiri, jumlah penggemar *K-Pop* terbagi menjadi beberapa kelompok usia yakni 10-15 tahun (9,3%), 15-20 tahun (38,1%), 20-25 tahun (40,7%), dan diatas 25 tahun sebanyak 11,9% (Isril & Yulianto, 2024). Artinya remaja berusia 12-20 tahun merupakan kalangan yang paling banyak menjadi penggemar *K-Pop*. Pada masa ini rentan terkena pengaruh eksternal dan pencarian identitas.

Keterlibatan remaja dalam budaya *K-Pop* kini tidak hanya sebatas menggemari musik atau menonton konser. Tetapi juga menunjukkan kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* yakni perilaku irasional yang berlebihan terhadap idola. Manaji dan Mathori (Larasati et al., 2023) menjelaskan bahwa fanatik merupakan sebuah istilah yang merujuk pada pandangan dan keyakinan terhadap sesuatu yang positif maupun negatif serta tidak memiliki dasar teori yang mengakar kuat dalam diri seseorang sehingga sulit untuk diperbaiki.

Menurut Lia dan Permana (Aulia et al., 2022), seseorang yang memiliki sifat yang fanatik akan cenderung memiliki perilaku yang tidak terkontrol dan tidak irasional karena kurang memperhatikan kesadaran. Penggemar *K-Pop* tersebut biasanya tergabung dalam suatu komunitas yang sama sesuai dengan grup idola yang mereka sukai. Komunitas dan forum khusus yang berisi para penggemar *K-Pop* biasanya dijadikan tempat atau wadah untuk *sharing* informasi satu sama lain, komunitas atau forum penggemar *K-Pop* disebut dengan *Fandom*. *Fandom* terdiri atas dua kata yakni *fan* yang berasal dari kata *fanatic* dan *-dom* yang berasal dari kata *kingdom* atau *freedom* (Wulandari & Aji, 2022).

Meskipun fanatisme memberikan dampak yang positif namun fanatisme juga memberikan dampak negatif. Beberapa dampak negatif dari fanatisme tersebut

diantaranya : 1) perselisihan dengan kelompok atau golongan lainnya ; 2) agresi verbal ; 3) konsumtif ; 4) memberikan pengaruh terhadap cara berpikir, menghadapi dan memutuskan sesuatu, serta cara mencerna informasi ; 5) sikap anarkis dan kekerasan ; 6) memiliki ambisi yang tinggi terhadap sesuatu (Hayati et al., 2022). Dari beberapa dampak negatif tersebut dikhawatirkan akan memberikan pengaruh buruk bagi perkembangan siswa yang berada dalam masa remaja dimana masa tersebut merupakan masa pencarian jati diri.

Di berbagai daerah di Indonesia telah ditemukan kasus nyata dari perilaku fanatisme. Dilansir dari CNN Indonesia pada 2021 terjadi konflik antar basis penggemar di media sosial antara penggemar BTS dan Blackpink yang saling menyerang secara verbal dan membuat tagar saling menghina sehingga menjadi *trending topic* nasional. Kemudian Kompas pada tahun 2022 menyebutkan kasus tentang keterlibatan remaja dalam tindakan kriminal seperti pada kasus siswi SMP di Surabaya yang menggadaikan handphone temannya demi membeli merchandise *K-Pop*. Dalam Saputri dkk (Saputri et al., 2022) terdapat kasus pemujaan ekstrem terhadap idola seperti kasus remaja yang lebih percaya pada lirik lagu dan nasihat idolanya daripada ajaran agama atau orang tuanya. Kemudian pada tahun 2024, CNN Indonesia mengabarkan bahwa terjadi kisruh *fansite* di acara *Golden Disc Award* di Jakarta pada tahun 2024 yang melakukan tindakan kekerasan dan aksi anarkis dari oknum terhadap penonton lain dan petugas keamanan.

Fenomena ini juga terjadi di SMAIT (Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu) Al Uswah Tuban yang merupakan salah satu sekolah swasta Islam berbasis *boarding school* atau asrama di Tuban. SMAIT Al Uswah Tuban merupakan sekolah yang fokus dalam melahirkan generasi tahfidz Al-Qur'an sehingga memiliki basis agama yang kuat. Asrama SMAIT Al-Uswah Tuban memiliki beberapa aturan yang harus ditaati oleh santriwan dan santriwati yakni : 1) Wajib mengikuti kegiatan sholat ibadah wajib 5 waktu serta Tahajud di Masjid, 2) Kajian wajib dilakukan pada pukul 16.00-17.30 di masjid, 3) Penggunaan barang elektronik (laptop) hanya pada saat jam pelajaran di sekolah dan dikumpulkan paling lambat pukul 16.00, 4) barang-barang yang tidak diperbolehkan dibawa di asrama seperti foto, album bergambar, komik, buku non islami, dan novel, 5) tidak diperbolehkan membawa barang yang mengandung logo atau simbol yang tidak terdapat unsur alami, 6) wajib menyelesaikan minimal 8 Juz sebagai syarat kelulusan. Berdasarkan hasil wawancara dengan wali asrama dan guru BK terdapat beberapa permasalahan yang dialami siswi asrama diantaranya telat dan tidak ikut sholat wajib berjamaah, kajian sore,

dan sholat tahajud, catatan pencapaian hafalan Al-Qur'an tidak mengalami peningkatan, penggunaan barang elektronik tidak sesuai dengan waktu penggunaan yang sudah ditentukan, menutup diri dan sulit untuk berinteraksi dengan teman di asrama, dan membawa barang yang tidak diperbolehkan oleh aturan yakni membawa barang berupa foto dan album dari idola mereka selama 1 tahun atau 2 semester. Wali asrama menyebutkan bahwa permasalahan tersebut terjadi di kalangan siswa kelas 10 yang baru menjadi siswa sekolah pesantren atau pondok yang berjumlah 6 orang.

Diketahui dari hasil wawancara dengan 6 siswi yang mengalami permasalahan dan observasi yang dilakukan oleh penulis dapat diketahui bahwa mereka merupakan penggemar *K-Pop*. 6 siswi yang mengalami permasalahan tersebut menyebutkan bahwa beberapa masalah yang dialami tersebut dikarenakan karena rasa kecintaan mereka pada idola mereka yakni idola *K-Pop*. 6 siswi tersebut beranggapan bahwa hal yang mereka lakukan adalah bentuk untuk mengurangi kebosanan dan mendapatkan hiburan selama di asrama. Dari hasil wawancara juga diketahui bahwa hal yang mendasari mereka sangat menyukai idola *K-Pop* adalah visual yang menawan dan bakat yang dimiliki idolanya. Selain itu, selera musik juga mempengaruhi mereka dalam menyukai *K-Pop*, lirik lagu dari banyak lagu *K-Pop* tidak hanya tentang cinta tetapi juga tentang motivasi dan semangat hidup. Dalam kehidupan sehari-hari di asrama, 6 siswa tersebut juga merasa dikucilkan lingkungan sekitarnya karena banyak orang merasa bahwa *K-Pop* tidak baik dan tidak pantas untuk menyukai idola *K-Pop* (tidak sejalan dengan agama Islam) sehingga seringkali mereka bertengkar dengan orang-orang yang menghina dan menjelekkan idola mereka. Di kehidupan bersosial media yang dilakukan di asrama, mereka juga mengikuti kegiatan idolanya dan bergabung dengan basis penggemar dengan menggunakan laptop diluar jam pemakaian atau meminjam *handphone* milik penjaga kantin. Beberapa permasalahan yang dialami oleh 6 siswi tersebut merupakan kecenderungan perilaku fanatisme terhadap *K-Pop* yang jika tidak ditangani secara cepat akan menimbulkan dampak yang negatif bagi kehidupan mereka di asrama.

Pihak sekolah sendiri sudah melakukan upaya yakni dengan melakukan penyitaan terhadap barang-barang yang dilarang tetapi para siswa tersebut masih mengulangi dan membawa kembali barang-barang yang dilarang tersebut ke dalam asrama. Pihak sekolah juga memberikan teguran apabila para siswa tersebut malas-malasan dalam melakukan kegiatan asrama dan diketahui menggunakan barang elektronik di luar jam penggunaan ataupun meminjam *handphone* milik penjaga kantin. Akan tetapi meski sudah dilakukan penyitaan dan

teguran, para siswa tersebut masih melanggar dan melakukan hal tersebut berulang kali. Hal ini tentu saja membuat pihak sekolah resah.

Salah satu pendekatan yang mungkin dapat efektif dalam mengurangi kecenderungan perilaku fanatisme yang terjadi pada penggemar *K-Pop* pada kasus di asrama SMAIT Al Uswah Tuban adalah Konseling Rasional Emotif atau *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*. Konseling *Rational Emotive Behavior* merupakan sebuah teknik yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Ellis (Corey, 2013) menjelaskan bahwa manusia mempunyai kecenderungan untuk bahagia, memelihara dirinya sendiri, berpikir dan mengutarakan, mencintai, bergabung dengan manusia lain, dan bertumbuh serta aktualisasi dirinya. Meskipun begitu, manusia juga bisa mempunyai kecenderungan untuk menghancurkan dirinya, intoleransi, menyesali perbuatannya, mencela dirinya, intoleransi, takhayul menghindari pemikiran, lambat, dan menghindari pertumbuhan serta aktualisasi diri. Selain itu, manusia juga memiliki kecenderungan berfokus pada tingkah laku lamanya yang disfungsi dan mencari cara untuk menyabotase dirinya. Ellis dalam Corey (Agusdin et al., 2019) menjelaskan bahwa teknik *Rational Emotive Therapy* memberikan bantuan kepada konseli agar dapat menyelesaikan permasalahan berkaitan dengan kesakitan, kebencian, kehilangan perasaan yang berharga, depresi. W. S Winkel (Bastomi, 2019) berpendapat bahwa REBT memberikan penekanan pada interaksi juga kebersamaan antara berpikir menggunakan akal sehat, memiliki perasaan dan bertindak laku, juga menekankan pada perubahan yang lebih tentang cara dalam berpikir dan berperasaan akibat perubahan tingkah laku dan perasaan. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa Konseling *Rational Emotive Behavior* merupakan teknik yang digunakan untuk dapat menghilangkan cara berpikir yang tidak rasional (irasional) dan tidak sesuai logika (tidak logis) konseli agar dapat diubah menjadi pemikiran yang logis dan rasional sehingga dapat meunculkan perilaku baru yang lebih baik.

Dari uraian yang telah dijelaskan sebelumnya, masalah fanatisme yang terjadi pada siswa SMAIT Al Uswah Tuban yang merupakan penggemar *K-Pop* menjadi suatu hal khusus yang menarik perhatian dari penulis akibat kekhawatiran tentang kecenderungan perilaku fanatisme yang memberikan dampak negatif dalam kegiatan siswa di sekolah dan masih belum teratasi oleh pihak sekolah. Sehingga peneliti merasa tertarik melakukan penelitian berkaitan dengan penggunaan konseling *Rational Emotive Behavior* yang dijelaskan sebagai teknik yang dapat memberikan bantuan terhadap permasalahan berkaitan dengan pemikiran yang tidak logis dan irasional sesuai dengan permasalahan fanatisme

dimana para penggemar *K-Pop* akan memiliki pemikiran yang irasional dan tidak logis sehingga berujung pada perilaku yang menunjukkan aktivitas fanatisme mereka baik di sosial media dan kehidupan nyata. Kegiatan konseling dilakukan dalam bentuk konseling kelompok.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa konseling dengan teknik *Rational Emotive Behavior* dapat mengurangi kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* yang dialami oleh peserta didik di lingkungan Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode eksperimen Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pre test-post test design*. Desain *one group pre test-post test design* digunakan dengan pemberian pre-test sebelum diberikan perlakuan atau layanan Konseling *Rational Emotive Behavior* dan post test setelah diberikan perlakuan layanan Konseling *Rational Emotive Behavior*. Sugiyono (2019) menyebutkan bahwa *one group pre test-post test design* merupakan penelitian eksperimen yang menggunakan satu kelompok sampel dan melakukan pengukuran sebelum juga sesudah diberikan perlakuan pada sampel. Desain ini digunakan untuk mengetahui “Teknik *Rational Emotive Behavior* untuk Mengurangi Kecenderungan Perilaku Fanatisme Penggemar *K-Pop* Pada Siswa Asrama Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu”. Tabel desain penelitian *one group pre test-post test design* sebagai berikut :

$$O_1 \times O_2$$

Gambar 3. 1 Desain Penelitian One group pre test-post test design

(Sumber : Sugiyono, 2019 : 57)

Keterangan :

- O₁** : Pengukuran sebelum intervensi (pre-test)
O₂ : Pengukuran setelah intervensi (post-test)
X : Pemberian perlakuan dengan layanan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior*

Adapun rancangan penelitian dalam proses penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Pertama, peneliti melakukan wawancara bersama guru BK dan wali asrama SMAIT Al-Uswah Tuban untuk terkait dengan siswa yang mengalami permasalahan di asrama. Wawancara dilakukan bersama dengan guru BK dan wali asrama dikarenakan guru BK dan wali asrama yang lebih memahami permasalahan yang terjadi pada siswa.

2. Setelah dilakukan wawancara dengan guru BK dan wali asrama, selanjutnya peneliti akan melakukan wawancara dan observasi awal bersama siswa yang mengalami permasalahan sesuai hasil wawancara bersama guru BK dan wali asrama.
3. Sebelum melakukan intervensi dengan Teknik *Rational Emotive Behavior*, peneliti melakukan pre-test terlebih dahulu untuk mengukur kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* yang dialami oleh siswa.
4. Hasil pre-test digunakan untuk menentukan sampel penelitian yang akan diberikan intervensi dengan Teknik *Rational Emotive Behavior* dengan bentuk konseling kelompok.
5. Layanan konseling kelompok dengan Teknik *Rational Emotive Behavior* akan dilaksanakan sebanyak 6 kali pertemuan dengan durasi 1 × 45 menit dan dilakukan selama 5 hari.
6. Setelah dilakukan intervensi dengan Teknik *Rational Emotive Behavior*, peneliti akan memberikan post-test kepada siswa yang menjadi sampel penelitian untuk mengukur perubahan setelah intervensi Teknik *Rational Emotive Behavior*.
7. Kemudian, peneliti akan melakukan analisis individu dari hasil yang didapatkan dari awal dilakukan wawancara dan observasi awal sampai pemberian post-test.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X SMAIT Al Uswah Tuban yang menjadi penggemar *K-Pop* serta tergabung dalam basis penggemar (fandom) *K-Pop* dengan jumlah 30 siswi dengan rincian 18 siswi kelas XB-1 dan 12 siswi kelas XB-2. Sedangkan subjek merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Dalam menentukan sampel, peneliti menggunakan *Sampling Purposive*. *Sampling Purposive* merupakan teknik untuk menentukan sampel dengan pertimbangan dan tujuan tertentu. Sampel pada penelitian ini adalah siswa SMAIT Al Uswah Tuban yang memiliki tingkat kecenderungan perilaku fanatisme tinggi dibandingkan siswa lain dan rekomendasi dari wali asrama dengan jumlah 6 siswi (3 siswi kelas XB-1 dan 3 siswi kelas XB-2).

Dalam penelitian ini, pengumpulan data menggunakan skala dan observasi. Dalam penelitian ini, peneliti menyebar instrumen fanatisme yang dimodifikasi oleh Ade Rizka Kosumawardhani (Kosumawardhani & Khairuddin, 2022). Alasan penggunaan instrumen tersebut dikarenakan teori yang digunakan memiliki persamaan yakni teori yang dikembangkan oleh Goddard (2001). Pada instrumen tentang kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* ini terdapat 4 aspek, yaitu : 1) Besarnya minat dan

kecintaan pada jenis kegiatan, 2) Sikap pribadi maupun kelompok terhadap kegiatan tersebut, 3) Lamanya individu menekuni suatu jenis kegiatan, 4) Motivasi yang datang dari keluarga.

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah Uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon adalah uji non parametrik yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan diantara dua sampel dependen yang berkaitan atau berpasangan. Uji Wilcoxon merupakan alternatif untuk menggantikan uji Paired Simple T-test apabila datanya tidak berdistribusi normal. Nantinya Uji Wilcoxon akan menghasilkan data berupa deskriptif statistik, ranking pre-test dan post-test, dan hasil dari uji hipotesis (Astuti et al., 2021).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sampel atau subjek dalam penelitian ini berjumlah 6 orang siswa asrama kelas X Putri Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Al-Uswah Tuban (SMAIT Al-Uswah Tuban). Rata-rata usia sampel adalah 16 tahun dengan rentang usia 16 hingga 17 tahun. Enam siswa tersebut dipilih berdasarkan hasil rekomendasi dari wali asrama dan guru Bimbingan dan Konseling SMAIT Al Uswah Tuban yang mengenal lebih dekat kondisi keseharian siswa di lingkungan asrama dan sekolah.

Sebelum diberikan perlakuan menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior*, 6 siswa tersebut terlebih dahulu mengisi instrumen berupa angket kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* yang diadaptasi penulis dari Ade Rizka Kosumawardhani (2022).

Berdasarkan hasil *pre-test* diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 4. 1 Hasil *pre-test*

Kode Siswa	Inisial	Skor Pre-Test	Kategori
S1	KSA	115	Tinggi
S2	KKU	124	Tinggi
S3	KL	128	Tinggi
S4	TAJ	118	Tinggi
S5	ATN	130	Tinggi
S6	MZ	120	Tinggi

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa 6 subjek berada pada kategori tinggi dalam hal kecenderungan perilaku fanatisme terhadap *K-Pop*. Hal tersebut mengindikasikan bahwa seluruh subjek penelitian memiliki tingkat kecenderungan perilaku fanatisme yang cukup serius dan membutuhkan intervensi yang tepat. Oleh karena itu, teknik *Rational Emotive Behavior* diterapkan untuk membantu mengurangi keyakinan irasional dan perilaku berlebihan yang muncul akibat fanatisme tersebut.

Pelaksanaan konseling menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior* dilaksanakan sebanyak 6 kali yang dirancang secara sistematis untuk membantu subjek mengidentifikasi dan merubah keyakinan irasional terkait dengan kecenderungan perilaku fanatisme *K-pop* dengan pemikiran yang lebih rasional. Setiap sesi berlangsung selama 45 menit dan dilaksanakan secara kelompok dalam periode waktu 1 minggu. Seluruh siswa mengikuti keenam sesi konseling secara lengkap.

- Sesi 1 : Membangun Rapport dan Identifikasi Masalah
- Sesi 2 : Menggali Keyakinan Irasional
- Sesi 3 : Permasalahan Ibadah Wajib
- Sesi 4 : Pelanggaran Aturan Asrama
- Sesi 5 : Motivasi dalam Hafalan Al-Qur'an
- Sesi 6 : Hubungan Sosial dan Evaluasi

Post-test dilakukan setelah keenam siswa mengikuti 6 sesi konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior* untuk mengetahui perubahan dari kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* yang terjadi. Hasil dari *post-test* menunjukkan bahwa ada penurunan skor pada 6 siswa yang sebelumnya berada pada kategori tinggi, kini seluruhnya berada pada kategori sedang. Berikut hasil *post-test* :

Tabel 4. 2 Hasil *post-test*

Kode Siswa	Inisial	Skor Post-Test	Kategori	Jumlah penurunan skor	Keterangan
S1	KSA	102	Sedang	13	Menurun
S2	KKU	107	Sedang	17	Menurun
S3	KL	105	Sedang	23	Menurun
S4	TAJ	109	Sedang	9	Menurun
S5	ATN	111	Sedang	19	Menurun
S6	MZ	103	Sedang	17	Menurun

Dari hasil penelitian yang telah disebutkan diatas, menunjukkan bahwa Teknik *Rational Emotive Behavior* dinilai dapat mengurangi kecenderungan perilaku fanatisme terhadap *K-Pop* yang dialami oleh siswa kelas X putri di Sekolah Atas Islam Terpadu Al-Uswah Tuban (SMAIT Al-Uswah Tuban). Hasil dari *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan setelah keenam siswa mengikuti 6 kali sesi konseling juga menunjukkan adanya penurunan skor yang signifikan yakni dari kategori tinggi menjadi kategori sedang.

Perubahan dari siswa bukan hanya berdasarkan skor *pre-test* dan *post-test* tetapi juga berdasarkan dari perilaku nyata mereka di lingkungan asrama seperti siswa mulai mengurangi konsumsi konten *K-Pop* secara berlebihan dan tidak lagi membawa merchandise *K-Pop* yang melanggar peraturan asrama, aktif dalam kegiatan

keagamaan di asrama, serta menunjukkan adanya peningkatan dalam hafalan Al-Qur'an, dan hubungan sosial dengan teman di asrama. Dengan demikian, keberhasilan konseling Teknik *Rational Emotive Behavior* dalam mengubah pola pikir (kognitif), perasaan (emotif), dan tingkah laku (perilaku) siswa secara menyeluruh.

Selain itu, penurunan skor yang dialami oleh masing-masing subjek juga dapat ditinjau berdasarkan indikator kecenderungan perilaku fanatisme terhadap *K-Pop* menurut Goddard yakni : 1) besarnya suatu minat dan kecintaan pada suatu jenis kegiatan, 2) sikap pribadi maupun kelompok terhadap kegiatan tersebut, 3) lamanya individu menekuni suatu jenis kegiatan, 4) motivasi yang datang dari keluarga. Setiap subjek menunjukkan perubahan dalam satu atau lebih indikator tersebut. Subjek ATN dan KL mengalami penurunan pada indikator besarnya suatu minat dan kecintaan pada suatu jenis kegiatan, dimana mereka mulai mengurangi intensitas menonton dan mengikuti kegiatan idola secara berlebihan. Subjek KKU dan TAJ menunjukkan penurunan pada indikator sikap pribadi maupun kelompok terhadap kegiatan tersebut, sikap mereka yang sebelumnya membela idola secara berlebihan berubah menjadi lebih netral dan proporsional serta lebih taat terhadap aturan di asrama. Subjek MZ menunjukkan perubahan pada indikator lamanya individu menekuni suatu jenis kegiatan, MZ berhasil melepas ketertarikan terhadap kebiasaan sebagai penggemar lama termasuk menghindari konten *K-Pop* yang awalnya dikonsumsi secara rutin. Dan Subjek KSA mengalami perubahan pada indikator motivasi yang datang dari keluarga, dimana KSA awalnya merasa bahwa karena keluarganya tidak memperlakukannya dia membawa merchandise *K-Pop* kemudian menyerahkan kembali kepada orang tuanya karena hal tersebut dapat melanggar aturan asrama.

Untuk menjawab hipotesis penelitian, penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Berikut ini hasil uji Wilcoxon :

Tabel 4. 3 Tabel rank Uji Wilcoxon

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test - Pre-test	Negative Ranks	6 ^a	3.50	21.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

a. Post-test < Pre-test
b. Post-test > Pre-test
c. Post-test = Pre-test

Interpretasi dari hasil tabel rank diatas adalah bahwa dari 6 sampel penelitian mengalami penurunan dari pre-test ke post-test dengan rata-rata sebesar 3,50 dan total ranking 21,00. Kemudian dari 6 sampel penelitian tersebut tidak ada yang mengalami peningkatan dari skor pre-test ke post-test.

Test Statistics^a

	Post-test - Pre-test
Z	-2.207 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Berdasarkan hasil tes statistik diatas, nilai signifikansi menunjukkan hasil 0,027. Hal tersebut dapat diartikan bahwa hipotesis penelitian yang menyebutkan bahwa Teknik *Rational Emotive Behavior* dapat mengurangi kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* yang terjadi pada siswa asrama Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu dapat diterima karena nilai signifikansinya <0,05.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa Teknik *Rational Emotive Behavior* merupakan teknik yang aplikatif dan efektif dalam menangani perilaku fanatisme *K-Pop* pada siswa khususnya yang berada di lingkungan asrama Islam. Konselor sekolah atau guru BK dapat menjadikan Teknik *Rational Emotive Behavior* sebagai solusi untuk menangani berbagai macam permasalahan perilaku menyimpang yang diakibatkan oleh pemikiran irasional termasuk salah satunya adalah perilaku fanatisme *K-Pop* yang dipengaruhi budaya populer *Korean Wave*.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Teknik *Rational Emotive Behavior* terbukti dapat mengurangi kecenderungan perilaku fanatisme *K-Pop* pada siswa kelas X di Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya penurunan skor fanatisme dari kategori tinggi menjadi kategori sedang setelah mengikuti 6 sesi konseling.

Perubahan positif tidak hanya tampak pada skor post-test tetapi juga terlihat dari perilaku di kehidupan nyata yang ditunjukkan oleh siswa. Perubahan perilaku tersebut diantaranya adanya peningkatan keterlibatan keguanaan keagamaan, hafalan Al-Qur'an yang meningkat, menaati peraturan asrama, kemampuan mengelola emosi, dan hubungan sosial dengan teman di asrama. Teknik *Rational Eotive Behavior* terbukti mampu memberikan bantuan kepada siswa untuk mengenali dan mengubah keyakinan irasionalnya menjadi rasional sehingga akan memberi dampak pada turunnnya perilaku fanatik berlebihan yang memberikan kerugian secara akademik, sosial maupun spiritual.

Saran

Berdasarkan hasil dan implikasi penelitian, berikut ini beberapa saran yang dapat diajukan :

1. Untuk Sekolah dan Guru BK

Sekolah perlu menyediakan ruang dialog dan pembinaan yang edukatif agar siswa dapat mengekspresikan minat atau kegemarannya secara sehat dan tetap sesuai dengan nilai-nilai sekolah. Sekolah dapat bekerja sama dengan guru BK untuk melakukan deteksi dini terhadap perilaku yang berpotensi menjadi irasional. Guru BK diharapkan dapat menerapkan teknik *Rational Emotive Behavior* dalam layanan konseling kelompok secara berkala kepada siswa yang menunjukkan perilaku fanatisme atau obsesi terhadap idola yang mengganggu kegiatan akademik, spiritual, maupun sosial.

2. Untuk Orang Tua

1) Orang Tua diharapkan dapat menjalin komunikasi yang lebih terbuka dengan anak serta memberikan pendampingan dalam penggunaan media sosial dan konsumsi hiburan. Orang tua juga disarankan untuk memahami bahwa kegemaran anak tidak selalu buruk selama diarahkan dengan baik.

3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memperluas cakupan penelitian dengan melibatkan subjek yang lebih beragam dan variabel yang lebih kompleks seperti hubungan fanatisme dengan kontrol diri, kecemasan sosial, atau hubungan orang tua-anak agar diperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

Aulia, D., Miftahuddin, M., Istiqomah, I., Zatrachadi, M. F., & Darmawati, D. (2022). Pengaruh Fanatisme Korean Pop Terhadap Perilaku

Imitasi Remaja (Studi Komunitas Purple Army Pekanbaru). *Jurnal Administrasi Pendidikan Dan Konseling Pendidikan*, 3. <https://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/JAPKP/article/view/16380/745>

Bastomi, H. (2018). *Konseling Rational Emotif Behaviour Therapy (Rebt)-Islami (Sebuah Pendekatan Integrasi Keilmuan)*. *Konseling Edukasi : Journal of Guidance and Counseling*, 2.

Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi* (K. E (ed.); Cetakan Ke). Refika Aditama.

Damasta, G. A., & Dewi, D. K. (2020). *Hubungan Antara Fanatisme Dengan Perilaku Konsumtif Pada Fans JKT 4 Di Surabaya*.

Handoko, A., & Ali, M. (2021). Hubungan Fanatisme Suporter Sepakbola Terhadap Agresi Gubernur Cup di Provinsi Jambi. *Jurnal Pion*, 1.

Hayati, S. D. Y., Prabowo, A., & Hijrianti, U. R. (2022). Kebijakan dan fanatisme pada penggemar K-Pop. *Cognicia*, 10.

Isril, T. L., & Yulianto, A. (2024). Moderasi Jenis Kelamin Dan Usia Pada Pengaruh Celebrity Worship Terhadap Subjective Well-Being Penggemar K-Pop. *Sebatik*, 28(1), 114-123. <https://doi.org/10.46984/sebatik.v28i1.2459>

Kosumawardani, A. R., & Khairuddin. (2022). Gambaran Perilaku Fanatisme Pada Remaja Putri Pecinta K-Pop Di Kota Medan. *Jurnal Social Library*.

Larasati, A. W., Kharisma, C. G., Nanda, M., Hutamam, S., & Oknanda, M. D. (2023). *Fnnatisme Suporter Sepak Bola Terhadap Perilaku Agresi*. 1(1), 1-7.

Sugiyono. (2020a). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.); Kedua). ALFABETA.

Sugiyono. (2020b). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. In Sutopo (Ed.), *METODE PENELITIAN KUANTITATIF, KUALITATIF, DAN R&D* (Kedua, p. 126). ALFABETA.

Wulandari, S., & Aji, R. I. (2022). Kajian Terhadap Fandom K-Pop (Army & Exo L) Dalam Mengonsumsi Dan Memaknai Teks Budaya AJIAN TERHADAP FANDOM K-POP (ARMY & EXO-L) SEBAGAI AUDIENS MEDIA DALAM MENGONSUMSI DAN MEMAKNAI TEKS BUDAYA. *Prosiding SNADES 2022*.

Zahra, S. (2019). Penggemar Budaya K-Pop (Studi
Mengenai Ideologi Penggemar Budaya K-Pop
Pada Fandom iKONIC di Kota Surabaya).
Repository Unair.
<https://repository.unair.ac.id/87550/>

