



Contents lists available at [Journal IICET](https://journal.iicet.org)
Jurnal EDUCATIO (Jurnal Pendidikan Indonesia)
ISSN: 2476-9886 (Print) ISSN: 2477-0302 (Electronic)
Journal homepage: <https://jurnal.iicet.org/index.php/jppi>



Pengaruh bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme k-pop pada siswa madrasah aliyah negeri

Sri Rahayu^{*)}, Sri Wahyuni

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Jun 03rd, 2024

Revised Jun 11th, 2024

Accepted Jun 13th, 2024

Keyword:

Bimbingan kelompok

Fanatisme K-Pop

Teknik *rational emotive behaviour*

ABSTRAK

Fanatisme dianggap sebagai perilaku yang cenderung mempertahankan suatu keyakinannya dan biasanya memiliki pemikiran yang irasional. Untuk mengubah pemikiran irasional menjadi rasional maka dapat menerapkan teknik *rational emotive behaviour*. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* dalam mengurangi fanatisme K-Pop. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen* jenis *nonequivalent control group design*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 407 siswa kelas X MAN 2 Langkat dengan sampel 80 siswa, penelitian ini menggunakan teknik sampling purposive untuk memilih siswa yang menunjukkan tingkat fanatisme tinggi berdasarkan hasil angket awal. Dari hasil analisis angket terdapat 20 siswa yang mengalami fanatisme tinggi yang akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis deskriptif sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan angket skala likert fanatisme. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme K-Pop pada siswa kelas X MAN 2 Langkat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknik REB efektif dalam mengurangi fanatisme K-Pop di kalangan siswa. Teknik REB bekerja dengan mengidentifikasi dan menantang pemikiran irasional, serta menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional dan logis.



© 2024 The Authors. Published by IICET.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Sri Rahayu,

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: sri0303202123@uinsu.ac.id

Pendahuluan

Kebudayaan Korea Selatan telah menjadi sangat populer di seluruh dunia seiring berjalannya waktu. K-pop, atau budaya pop Korea, adalah salah satu dari banyaknya aspek budaya Korea yang masuk ke Indonesia. “K-pop,” atau musik pop Korea Selatan, sangat populer di Indonesia, terutama di kalangan generasi muda. Menurut survei IDN Times tahun 2019, 40,7% penggemar K-pop di Indonesia berusia antara 20 dan 25 tahun, 38,1% berusia antara 15 dan 25 tahun, 11,9% berusia di atas 25 tahun, dan 9,3% berusia di bawah 20 tahun. 25. kemungkinan besar berusia antara 10 dan 15 tahun. Di Indonesia, perempuan juga merupakan mayoritas di dunia K-Pop 92.1 (Almaida et al., 2021). Banyaknya penggemar K-Pop diseluruh daerah terutama dikalangan remaja tidak dipungkiri bahwa mereka memiliki kelompok atau komunitas tertentu yang disebut fandom. Fandom merupakan sekumpulan penggemar yang menyukai tokoh idola sama (Amanda et al., 2021, h.87). ARMY dari BTS, E.L.F. dari Super Junior, EXO-L dari EXO, BLINK dari BLACKPINK, dan NCTZEN

Fandom dari NCT adalah beberapa fandom K-Pop yang ada di Indonesia. Komunitas tersebut dibentuk oleh masing-masing kelompok penggemar K-Pop baik itu dalam bentuk forum maupun grup di media sosial seperti *facebook*, *instagram* dan *twitter*.

Penggemar K-Pop yang memiliki rasa cinta dan kagum pada hasil karya idolanya rela mengorbankan waktunya seharian hanya untuk mengetahui setiap aktivitas dan informasi terbaru yang dilakukan oleh idolanya melalui media sosial. Jadi tidak heran jika fandom sering mengupload informasi terbaru yang berkaitan dengan idolanya agar penggemar lainnya juga mengetahui informasi tersebut dengan berharap *feedback* berupa informasi yang belum diketahuinya. Untuk menunjukkan rasa cinta pada idolanya, penggemar K-Pop biasanya mengeskpresikan dengan berbagai cara seperti, menonton video musik k-pop melalui youtube, mendengarkan musik karya idolanya, suka mengikuti kebiasaan yang dilakukan oleh idolanya seperti jika idola tersebut menyukai olahraga basket maka penggemarnya juga akan ikut menyukai hobi tersebut. Menurut santoso, 2009 dalam Khrisnadestya & Prahara (2022) bahwa perilaku meniru tersebut dapat dipengaruhi oleh adanya rasa kagum dan keinginan yang besar untuk menjadi seperti idolanya yang menimbulkan rasa kepuasan sendiri bagi mereka apabila berhasil menjadi seperti tokoh idolanya.

Selain itu, untuk mewujudkan rasa cinta dan kagum mereka pada idolanya, mereka rela membeli dan mengoleksi barang-barang yang berhubungan dengan idola seperti album, poster, dan barang-barang yang terkadang bisa sampai berlebihan. Ini sejalan dengan yang dijelaskan Aprilias & Wiyono (2019) penggemar K-pop rela mengeluarkan uang untuk membeli benda yang berkaitan dengan idolanya seperti album, poster, dan majalah dan bahkan membeli kuota internet untuk mendapatkan update harian tentang idolanya mereka sebuah bentuk apresiasi dan rasa cinta mereka pada idolanya. Jadi tidak heran jika penggemar k-pop dikenal sebagai fans yang setia, namun juga sering dipandang berlebihan dalam pengidolaan. Sudut pandang berlebihan tersebut salah satunya ditujukan pada tindakan konsumtif para pecinta K-pop. Perilaku konsumtif diartikan sebagai konsumsi yang murni didorong oleh kesenangan atau emosi sekilas, bukan oleh pertimbangan yang matang dan logis. Berdasarkan hasil penelitian dari Juwita (2018), menyatakan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan tingkat antusiasme pada idolanya dengan rela mengorbankan uang, waktu, dan tenaga untuk mendukung artis idolanya. sehingga dapat mempengaruhi kehidupan pribadi dan sosial mereka seperti menyebabkan kesulitan dalam mengelola emosi terutama ketika ekspektasi terhadap idolanya tidak terpenuhi

Perilaku-perilaku yang dijelaskan di atas berkaitan dengan karakteristik fanatisme menurut Thorne dan Bruner dalam buku Risman (2022) yang berjudul fanatisme mahasiswa islam yaitu pertama keterlibatan internal (*Internal Involvement*) seperti penggemar k-pop yang cenderung menghabiskan banyak waktu, energi, dan sumber daya untuk mendukung atau mengikuti idolanya dengan kemungkinan mengabaikan tanggung jawab sosial, kebutuhan pribadi, atau nilai-nilai moral demi mendukung idola mereka. Kedua, keterlibatan eksternal yaitu penggemar menunjukkan minatnya pada bidang yang seperti meniru kegiatan yang dilakukan oleh idolanya seperti pada gaya hidup idola mereka mulai dari cara berpakaian, gaya rambut bahkan kebiasaan atau hobi idolanya seperti mengikuti hobi idola k-popnya yang suka membaca buku dan berolahraga sehingga penggemar yang memiliki antusias tinggi terhadap idolanya akan cenderung mengikuti hobi tersebut. Ketiga, dorongan untuk memperoleh barang-barang yang berhubungan dengan idola mereka. Hal ini ditunjukkan dengan kebiasaan membeli dan mengoleksi benda yang berkaitan dengan idola mereka yang tidak jarang dari mereka rela mengeluarkan uangnya hanya untuk membeli barang-barang tersebut.

Aktivitas penggemar k-pop yang berlebihan dapat menimbulkan adanya fanatisme pada diri penggemar. Goddard (2001) dalam Eliani et al., (2018) mendefinisikan fanatisme sebagai suatu keyakinan yang berlebihan pada objek yang diminati sehingga membuat seseorang buta akan kesadarannya dan berperilaku tidak terkontrol serta ingin melakukan apapun untuk mempertahankan suatu keyakinan yang dianutnya. Penggemar K-pop biasanya mempunyai kecenderungan untuk membela apa yang mereka yakini. Perilaku fanatisme dapat menjadikan seseorang berpikir secara irasional yang menyebabkan adanya perilaku fanatisme pada dirinya. Hal ini didukung oleh pernyataan Mubarak (2008) dalam Aprilias & Wiyono (2019) yang mengatakan bahwa pemikiran irasional biasa terjadi pada mereka yang mengidentifikasi diri sebagai fanatik. Penggemar yang fanatik cenderung membanggakan idola mereka secara intens dan bersikeras membela keyakinan mereka dengan keras. Hal ini juga memicu timbulnya tindakan agresif yang diambil oleh beberapa penggemar K-pop terhadap artis atau figur publik lain yang dianggap menciderai atau merugikan idola mereka. Menurut Chung et.al., (2008) Antusiasme penggemar yang ekstrim terhadap idolanya merupakan wujud fanatisme yang timbul dari rasa sayang dan hormat yang mendalam terhadap mereka. Fanatisme sering dikaitkan dengan antusiasme yang berlebihan terhadap subjek fanatisme seseorang (Damasta & Dewi, 2020).

Terdapat tiga tingkatan fanatisme menurut maltby et.al.. (2004) dalam melakukan pengidolaan terhadap selebriti yaitu 1) *entertainment-sosial* (tingkat rendah), pada level ini keikutsertaan sang penggemar dengan idolanya hanya sebatas untuk menghibur dan mengisi kekosongan waktu yang dimiliki. Mereka suka pada idolanya hanya dari sisi sikap, bakat, attitude, dan beberapa kegiatan yang dilakukan oleh sang idola. Pada

tingkat ini, penggemar k-pop juga tetap senang berbagi cerita tentang idolanya kepada teman dan orang lain terkait keterkaitan emosi dengan sang idola. 2) *intense-personal* (tingkat sedang), level ini mengindikasikan bahwa sang penggemar memiliki sifat kompulsif serta intensif pada idola dan hampir menginjak level obsesif. Sudah timbul dalam diri penggemar tersebut sebuah kebutuhan untuk selalu mengikuti berita apapun yang berkaitan dengan idolanya. Tingginya rasa empati yang dimiliki penggemar secara tidak langsung memunculkan ikatan khusus dan rasa memiliki yang dukup tinggi yang berakibat pada timbulnya ilusi dan mampu merasakan apa yang idolanya rasakan. Pada level ini pula bahkan sang penggemar rela mengorbankan uangnya untuk membeli segala sesuatu yang berkaitan dengan idolanya seperti membeli dan mengoleksi album dan foto. 3) *Borderline pathological* yaitu level paling tinggi yang bisa dilihat dari sikap penggemar dengan rela melakukan apapun demi idolanya bahkan jikapun melanggar hukum, mereka sudah benar-benar mempunyai fantasi dan khayalan seakan-akan cenderung memiliki pemikiran yang delusif yang sudah tidak bisa dikontrol. (dalam Hidayati, 2023)

Berdasarkan ketiga tingkatan fantatisme dalam pengidolaan, tingkat fanatisme pada pengidolaan selebriti berupa K-Pop yang dilakukan pada siswa kelas X MAN 2 Langkat termasuk dalam level atau tingkat rendah dan sedang. Perilaku fanatisme pada tingkat rendah yang ditunjukkan dengan mengorbankan waktunya untuk mengetahui informasi dan aktivitas yang dilakukan oleh idola k-pop nya melalui media sosial sebagai mengisi waktu kekosongan mereka, lebih memilih meluangkan waktu nya hanya untuk menonton dan mendengarkan video musik idola k-pop sebagai hiburan, suka bertukar informasi dengan penggemar k-pop lainnya serta suka menirukan kegiatan yang dilakukan oleh idolanya karena adanya rasa kagum. Perilaku yang ditunjukkan siswa kelas X Pada tingkat fanatisme sedang adalah dengan suka membeli dan mengoleksi benda yang berkaitan dengan idolanya dengan jumlah yang banyak seperti mengoleksi *photocard* dan stiker dengan wajah idolanya yang ditempelkan pada dinding kamar, suka berbicara bahasa korea walaupun hanya beberapa kata, berkeinginan untuk menonton konser idola K-pop nya dan bahkan tidak segan membela idolanya apabila ada yang menjelek-jelekkan idola mereka. Dapat disimpulkan bahwa tingkat fanatisme yang dimaksud dalam penelitian ini merupakan pada tingkat yang tidak dikatakan sebagai tingkat ekstrem seperti dengan melakukan apapun demi idolanya hingga melanggar hukum dan bahkan tidak memperdulikan diri nya sendiri.

Walaupun begitu, perilaku fanatisme pada tingkat rendah dan sedang jika dibiarkan semakin lama akan berdampak negatif dan berpengaruh bagi kehidupan dan proses pembelajaran siswa di sekolah. Dampak negatif yang ditimbulkan yaitu menjadikan siswa bersikap boros dengan membeli berbagai barang atau produk yang berkaitan dengan idolanya. Selain itu, siswa juga cenderung mengorbankan waktu belajar dan aktivitas lainnya demi mengikuti idolanya sehingga berpengaruh terhadap pembelajaran di sekolah seperti kurang fokus dan konsentrasi yang mengakibatkan gangguan dalam pembelajaran siswa karena teralihihkan oleh obsesi terhadap K-Pop yang dapat merugikan perkembangan akademis dan keseimbangan kehidupan siswa secara keseluruhan.

Dengan begitu, dampak negatif tersebut perlu diubah menjadi sesuatu yang lebih positif. Maka salah satu tindakan yang dilakukan guru BK adalah dengan mengubah perilaku siswa dengan cara menerapkan teknik *Rational Emotive Behaviour*. Dalam pandangan *Ellis dan Dryden* yang dikutip oleh Fitriani et al., (2016), tujuan dari teknik *rational emotive behaviour* adalah untuk membantu mengubah pemikiran mereka yang tidak logis dan menimbulkan masalah dengan proses berpikir yang lebih rasional. teknik *rational emotive behaviour* dalam penelitian ini diimplementasikan dalam setting bimbingan kelompok yang bertujuan sebagai upaya memberikan bimbingan melalui skenario, prosedur, dan kegiatan kelompok, biasanya melibatkan delapan hingga sepuluh anggota kelompok. Tujuan bimbingan kelompok adalah membantu setiap anggota kelompok mengembangkan kesadaran diri, penerimaan diri, pengarahan diri, dan pemahaman diri guna mencapai perkembangan yang optimal (Hartanti, 2022). Melalui bimbingan kelompok, siswa dapat belajar untuk mengenali dan menanggapi pemikiran irasional, serta mengembangkan pemikiran yang lebih rasional dan seimbang. Pendekatan ini juga memungkinkan adanya dukungan sosial yang positif, sehingga siswa dapat merasa lebih terhubung dan memahami bahwa pemikiran irasional yang mendasari fanatisme dapat diubah melalui kolaborasi dan upaya bersama dalam konteks bimbingan kelompok. Metode bimbingan kelompok yang digunakan dalam penelitian ini melibatkan diskusi kelompok untuk mengatasi masalah yang sama yang dihadapi siswa, khususnya yang berkaitan dengan perilaku penggemar K-Pop. Siswa akan memiliki kesempatan untuk menawarkan solusi mereka sendiri terhadap masalah dalam kegiatan kelompok.

Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami bagaimana bimbingan kelompok dengan teknik REB dapat mengurangi fanatisme K-Pop di kalangan siswa. Temuan dari penelitian terdahulu mendukung bahwa pemikiran irasional dapat diubah menjadi rasional melalui intervensi yang tepat, dan teknik REB dalam bimbingan kelompok menawarkan pendekatan yang efektif untuk mencapai tujuan ini. Selain itu, data survei menunjukkan prevalensi dan distribusi demografis penggemar K-Pop di Indonesia, yang relevan dengan konteks penelitian ini.

Dengan demikian, penelitian ini memperkuat literatur yang ada tentang pengaruh fanatisme K-Pop pada perilaku siswa dan menegaskan pentingnya intervensi psikologis seperti teknik REB dalam mengurangi dampak negatif fanatisme. Penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan teoritis tetapi juga implikasi praktis untuk manajemen perilaku siswa dan pengembangan program bimbingan di sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh dari bimbingan kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour* dalam mengurangi tingkat fanatisme K-Pop siswa Kelas X MAN 2 Langkat. Penelitian akan difokuskan untuk mengidentifikasi perubahan pola pikir siswa terkait fanatisme K-Pop setelah mengikuti sesi bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour*.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain eksperimen. Menurut (Sugiyono, 2023), penelitian eksperimen adalah suatu teknik untuk melakukan percobaan dalam menentukan adanya pengaruh suatu perlakuan tertentu terhadap variabel terikat. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan *nonequivalent control group design* karena menggunakan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang akan dijadikan pembandingan. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 407 siswa dengan sampel penelitian 80 siswa yang diambil berdasarkan teknik purposive sampling dengan kriteria: 1) Kelas dan Tingkat Pendidikan. Siswa kelas X di MAN 2 Langkat. Pemilihan ini didasarkan pada tingkat pendidikan yang masih dalam masa remaja awal, di mana perilaku fanatisme terhadap K-Pop lebih mungkin ditemukan dan masih dapat diintervensi dengan teknik bimbingan kelompok; 2) Kategori Fanatisme. Siswa yang memiliki tingkat fanatisme tinggi terhadap K-Pop. Kriteria ini diidentifikasi melalui hasil analisis angket menggunakan skala likert fanatisme. Hanya siswa yang masuk dalam kategori fanatisme tinggi yang dipilih untuk ikut serta dalam penelitian ini; 3) Keaktifan di Fandom K-Pop. Siswa yang aktif dalam komunitas atau fandom K-Pop. Aktivitas ini dapat mencakup keterlibatan dalam forum, grup media sosial, atau partisipasi dalam acara-acara yang berkaitan dengan K-Pop. Kriteria ini membantu memastikan bahwa sampel benar-benar mengalami fanatisme yang signifikan; 4) Kemauan untuk Berpartisipasi. Siswa yang bersedia dan memiliki izin dari orang tua atau wali untuk berpartisipasi dalam kegiatan penelitian, termasuk mengikuti sesi bimbingan kelompok. Kesiediaan untuk berpartisipasi adalah penting untuk memastikan keterlibatan yang aktif dan kooperatif selama penelitian; 5) Kesehatan Mental dan Emosional. Siswa yang secara mental dan emosional stabil untuk mengikuti kegiatan bimbingan kelompok. Penelitian ini menghindari siswa yang mungkin memiliki gangguan mental atau emosional yang berat yang bisa mengganggu atau menghambat proses bimbingan kelompok; 6) Kesetaraan Gender. Meskipun tidak disebutkan secara eksplisit dalam dokumen awal, biasanya dalam penelitian semacam ini, dipertimbangkan juga kesetaraan gender untuk memastikan hasil penelitian tidak bias gender.

Teknik pengumpulan data yang data yang digunakan adalah angket dengan skala likert. Dari hasil analisis angket terdapat 20 siswa yang mengalami fanatisme pada kategori tinggi. Lokasi penelitian ini dilakukan di MAN 2 LANGKAT yang terletak di Jl.T. Amir Hamzah No. 94 Tanjung Pura RT RW Desa/Kelurahan, Pekan TanjungPura, Kecamatan, Kec.tanjung pura kabupaten langkat, provinsi sumatera utara. Pelaksanaan penelitian dilakukan dengan 6 kali pertemuan yang dimulai pada tanggal 30 maret sampai 19 april 2024. Teknik analisis data yang dilakukan pada penelitian ini dilakukan dengan software SPSS 29.0 untuk menguji validitas, realibilitas, uji normalitas, uji homogentias, uji koefisien determinasi dan uji hipotesis parsial (t).

Hasil dan Pembahasan

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu peneliti menyebarkan angket untuk diuji validitas sekaligus untuk mengetahui siswa yang mengalami masalah fanatisme K-Pop.

Uji validitas

Uji validitas digunakan untuk mengevaluasi validitas suatu kuesioner. Angket dalam penelitian ini menggunakan 53 item pernyataan yang akan diuji validitas dengan menggunakan SPSS versi 29. Instrumen penelitian dikatakan valid jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ dan tidak valid jika $r_{hitung} < r_{tabel}$. Pada taraf signifikansi 5%, nilai r_{tabel} pada penelitian ini sebesar 0,220. Dari hasil uji validitas dengan menggunakan SPSS versi 29 terdapat 45 item pernyataan dinyatakan valid dan 8 item pernyataan dinyatakan tidak valid

Uji Reliabilitas

Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1,00. Hasil uji reliabilitas dilakukan dengan bantuan SPSS 29.0 diperoleh nilai *cronbach's alpha* sebesar 0,861. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka semakin tinggi reliabilitasnya. Berdasarkan kriteria tingkat

reliabilitas maka item pernyataan angket fanatisme- K-Pop adalah sangat tinggi/reliabel. Berikut tabel Uji Realibilitas:

Tabel 1 <Uji Realibilitas>

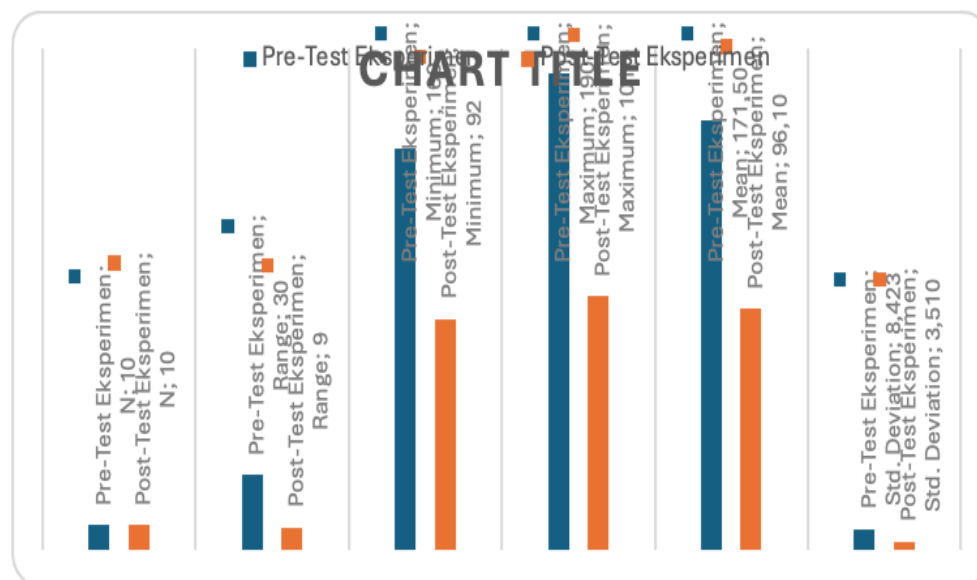
Cronbach's Alpha	N of Items
0.861	45

Deskripsi Data *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen

Hasil perhitungan data *post-test* pada kelompok eksperimen sebelum adanya perlakuan termasuk dalam kategori tinggi pada fanatisme k-pop, sedangkan setelah diberi perlakuan menunjukkan adanya penurunan perilaku fanatisme K-Pop dengan kriteria rendah. Dapat disimpulkan bahwa hasil perhitungan data *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen menunjukkan adanya penurunan fanatisme K-Pop. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji statistik deskripsi dibawah ini :

Tabel 2 <Hasil Uji Descriptive Statistics *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen>

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Eksperimen	10	30	160	190	171.50	8.423
Post-Test Eksperimen	10	9	92	101	96.10	3.510
Valid N (listwise)	10					

Gambar 1 <Grafik Uji Descriptive Statistics *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Eksperimen

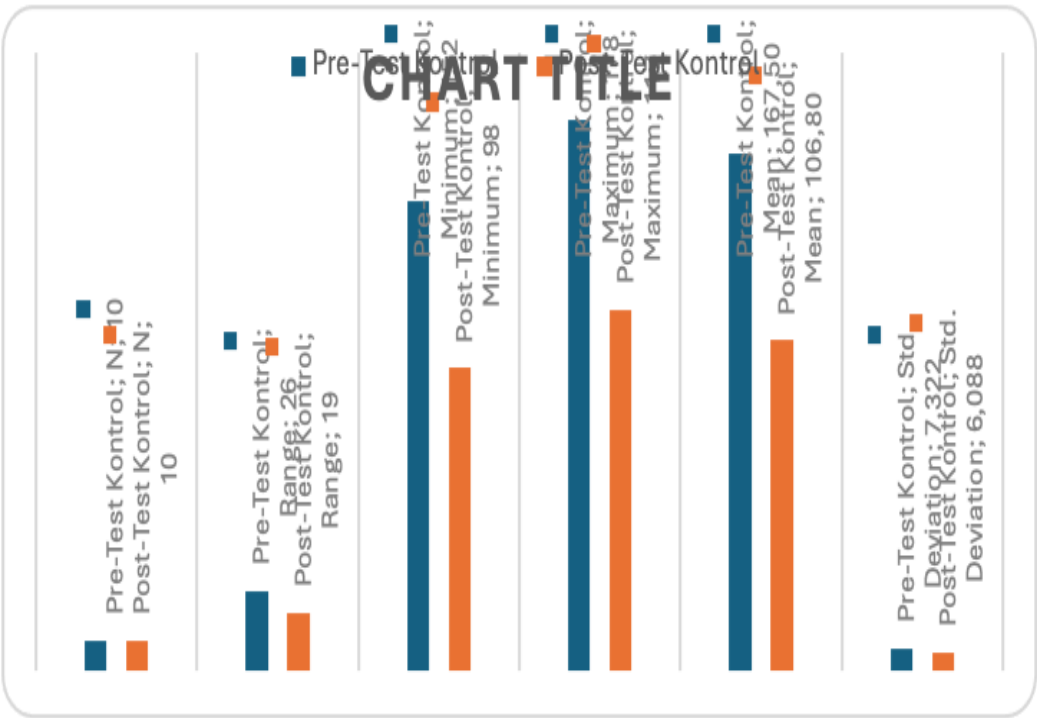
Berdasarkan hasil uji statistik deskripsi diatas, menunjukkan bahwa kelompok eksperimen mengalami penurunan perilaku fanatisme K-Pop. Hal ini diketahui dari hasil rata-rata (*mean*) skor *pre-test* kelompok eksperimen dengan rata-rata (*mean*) skor *post-test*. Nilai rata-rata *pre-test* pada kelompok eksperimen adalah 171,50 sedangkan rata-rata nilai *post-test* adalah 96,10.

Deskripsi Data *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol

Hasil perhitungan data *post-test* pada kelompok kontrol sebelum adanya perlakuan termasuk dalam kategori tinggi pada fanatisme k-pop. sedangkan setelah diberi perlakuan menunjukkan adanya penurunan perilaku fanatisme K-Pop dengan kriteria rendah dan sedang. Dapat disimpulkan bahwa hasil perhitungan data *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol menunjukkan adanya penurunan fanatisme K-Pop. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil uji statistik deskripsi dibawah ini :

Tabel 3 <Hasil Uji Descriptive Statistics *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol>

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Kontrol	10	26	152	178	167.50	7.322
Post-Test Kontrol	10	19	98	117	106.80	6.088
Valid N (listwise)	10					



Gambar 2 <Grafik Uji Descriptive Statistics *Pre-Test* dan *Post-Test* Kelompok Kontrol>

Berdasarkan hasil uji statistik deskripsi diatas, menunjukkan bahwa kelompok kontrol mengalami penurunan perilaku fanatisme K-Pop. Hal ini diketahui dari hasil rata-rata (*mean*) skor *pre-test* kelompok kontrol dengan rata-rata (*mean*) skor *post-test*. Nilai rata-rata *pre-test* pada kelompok kontrol adalah 167,50 sedangkan rata-rata nilai *post-test* adalah 106,80

Penting untuk menganalisis data penelitian terlebih dahulu menggunakan uji homogenitas dan normalitas sebelum menguji hipotesis. Berikut persyaratan tes yang digunakan dalam penelitian ini:

Uji normalitas

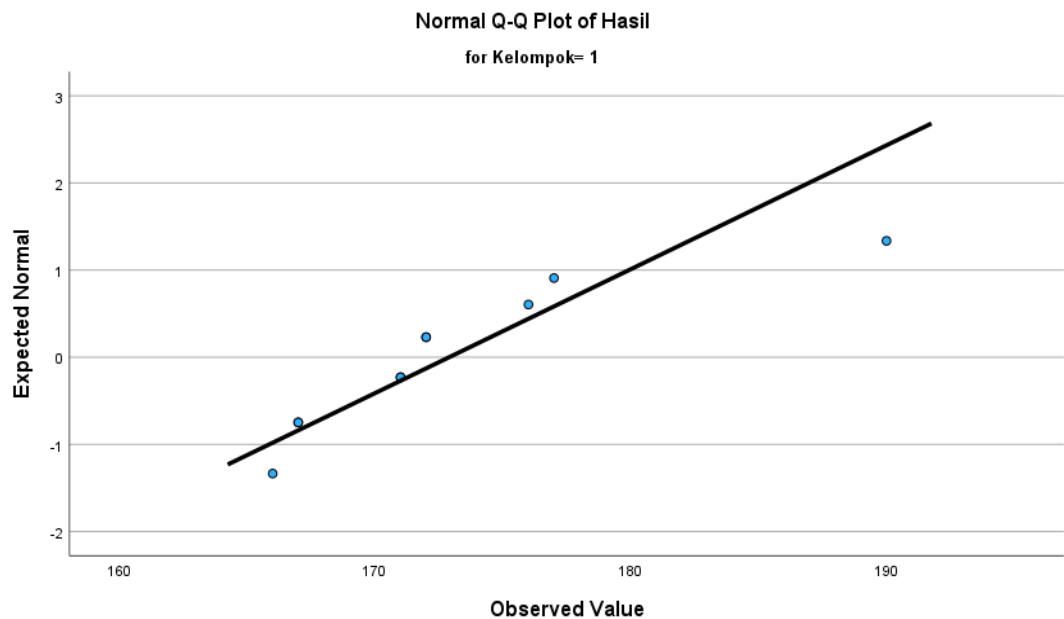
Pengujian ini dilakukan pada hasil data *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Metode *Kolmogorov-Smirnov* digunakan untuk uji normalitas dalam penelitian ini, dan dianalisis menggunakan SPSS 29 pada tingkat signifikansi 0,05. Data tersebut tergolong berdistribusi normal jika signifikansinya lebih besar dari 0,05, dan berdistribusi tidak normal jika signifikansinya kurang dari 0,05.

Tabel 4 <Hasil Uji Normalitas>

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov ^a		
		Statistic	df	Sig.
Hasil	Pre-Test Eksperimen	.251	10	.074
	Post- Test Eksperimen	.206	10	.200*
	Pre-Test Kontrol	.299	10	.012
	Post-Test Kontrol	.148	10	.200*

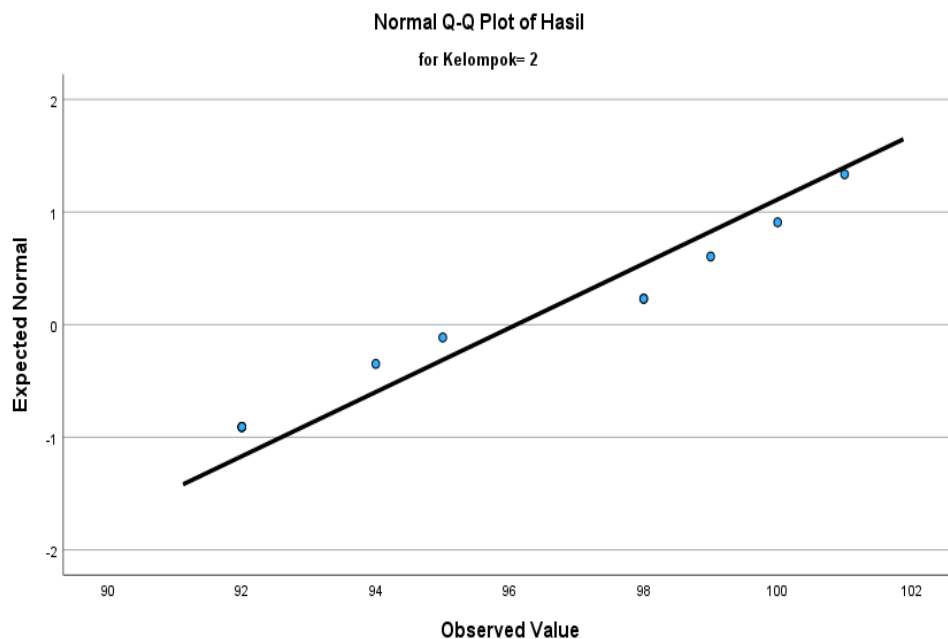
Dari hasil uji normalitas data *pre-test* dan *post-test* pada kedua kelompok dengan menggunakan uji *non-parametrik kolmogrov-smirnov* pada tabel diatas menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen nilai signifikansi data *pre-test* adalah 0,074 dan nilai signifikansi data *post-test* adalah 0,200, sedangkan pada kelompok kontrol nilai signifikansi data *pre-test* adalah 0,012 dan nilai signifikansi data *post-test* adalah 0,200. Nilai signifikansi kedua kelompok lebih besar dari 0,05. Maka data yang dihasilkan dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdistribusi normal.

Selain menggunakan uji *kolmogorov smirnow*, uji normalitas suatu data dapat juga dilakukan melalui grafik normal Q-Q Plot dengan bantuan program SPSS 29.0. Kriteria sebuah data residual berdistribusi normal atau tidak dengan pendekatan normal Q-Q Plot yang dapat dilakukan dengan melihat sebaran titik-titik yang ada pada gambar. Apabila sebaran titik-titik tersebut mendekati pada garis diagonal maka dapat dikatakan bahwa data residual berdistribusi normal, namun apabila sebaran titik-titik tersebut menjauhi garis maka data tersebut tidak berdistribusi normal, sebagaimana yang disajikan pada gambar berikut ini:



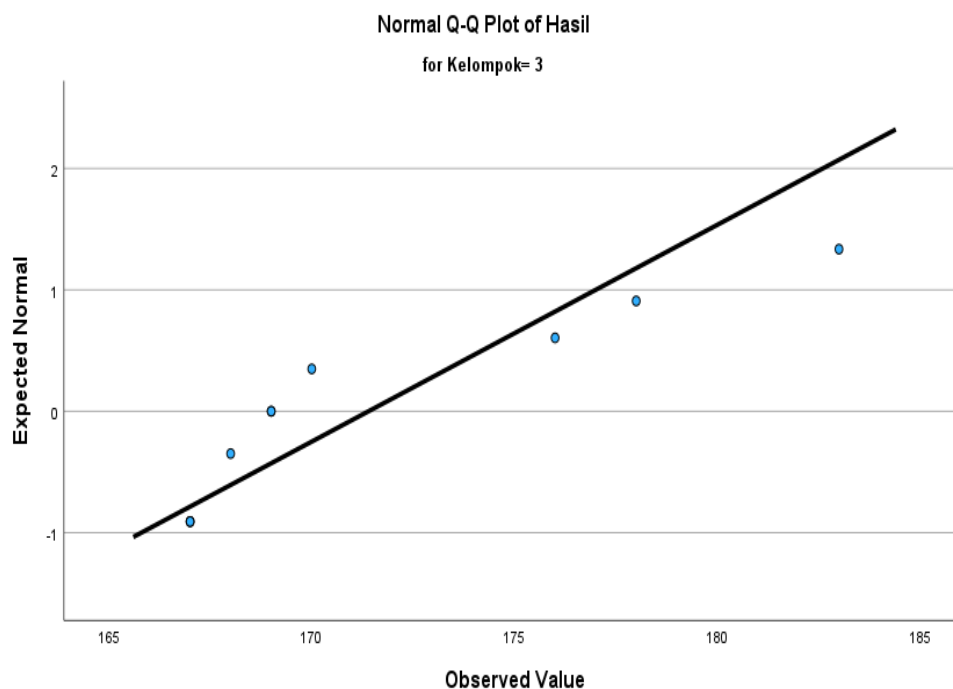
Gambar 3 <Grafik Normal Q-Q Plot *Pre-Test* Kelas Eksperimen>

Grafik yang ditampilkan adalah **Normal Q-Q Plot** (Quantile-Quantile Plot) yang digunakan untuk membandingkan distribusi data yang diamati dengan distribusi normal. Dalam grafik ini, terlihat bahwa sebagian besar titik-titik mendekati garis lurus, namun ada beberapa penyimpangan. Ini mengindikasikan bahwa data mungkin mendekati distribusi normal, tetapi tidak sepenuhnya normal.



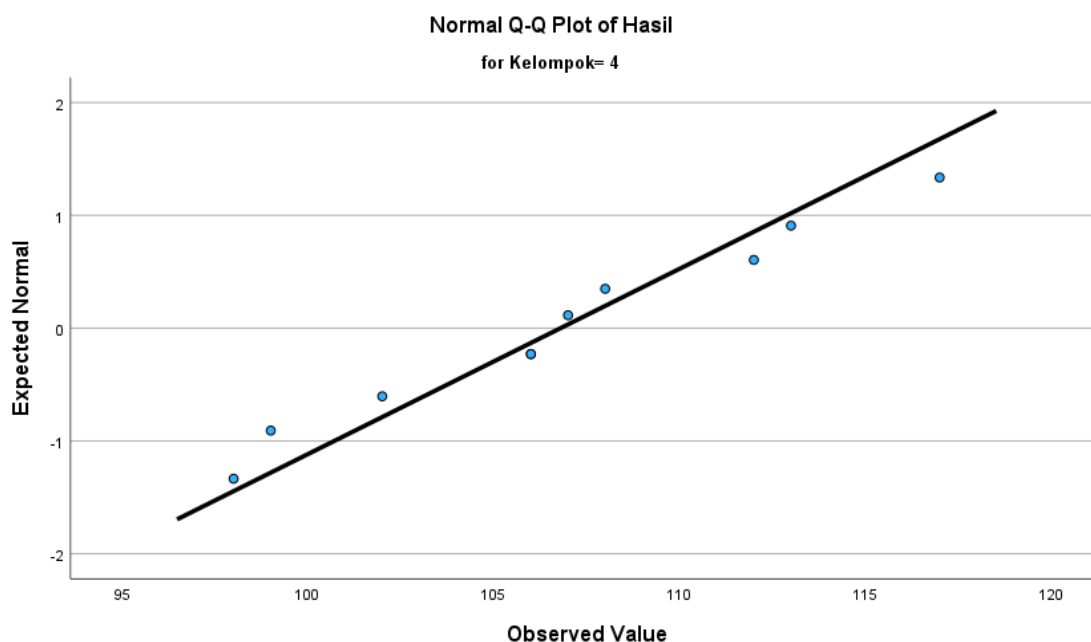
Gambar 4 <Grafik Normal Q-Q Plot *Post-Test* Kelas Eksperimen>

Grafik yang ditampilkan adalah **Normal Q-Q Plot** (Quantile-Quantile Plot) yang digunakan untuk membandingkan distribusi data yang diamati dengan distribusi normal. Dalam grafik ini, terlihat bahwa sebagian besar titik-titik mendekati garis lurus, namun ada beberapa penyimpangan. Ini mengindikasikan bahwa data kelompok ini mendekati distribusi normal, tetapi tidak sepenuhnya normal. Secara keseluruhan, grafik ini menunjukkan bahwa data kelompok 2 lebih mendekati distribusi normal dibandingkan dengan data kelompok 1 pada grafik sebelumnya.



Gambar 5 <Grafik Normal Q-Q Plot *Pre-Test* Kelas Kontrol>

Grafik yang ditampilkan adalah sebuah plot Q-Q (Quantile-Quantile) normal. Grafik ini digunakan untuk menilai apakah data mengikuti distribusi normal. Pada grafik ini, beberapa titik biru menyimpang dari garis diagonal, menunjukkan bahwa data mungkin tidak sepenuhnya mengikuti distribusi normal.



Gambar 6 <Grafik Normal Q-Q Plot *Post-Test* Kelas Kontrol>

Grafik yang ditampilkan adalah plot Q-Q (Quantile-Quantile) normal untuk Kelompok 4. Grafik ini digunakan untuk memeriksa apakah data mengikuti distribusi normal. Pada grafik ini, titik-titik biru tampak cukup dekat dengan garis diagonal, yang menunjukkan bahwa data untuk Kelompok 4 ini cenderung mengikuti distribusi normal. Namun, beberapa titik yang sedikit menyimpang dari garis menunjukkan adanya sedikit ketidaksesuaian dengan distribusi normal.

Terlihat jelas dari keempat gambar di atas bahwa titik-titik tersebut berada dekat garis diagonal, menunjukkan kumpulan data *pre-test* dan *post-test* terdistribusi normal pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Uji Homogenitas

Pada penelitian ini uji homogenitas dilakukan dengan menggunakan uji Levene dengan bantuan SPSS 29 pada taraf signifikansi 0,05. Berikut hasil uji homogenitas dengan SPSS 29:

Tabel 5 <Hasil Uji Homogenitas>

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Post-Tes	Based on Mean	1.480	1	18	0.239
	Based on Median	1.454	1	18	0.244
	Based on Median and with adjusted df	1.454	1	11.360	0.252
	Based on trimmed mean	1.479	1	18	0.240

Hasil uji Levene pada data *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan uji Levene menunjukkan bahwa nilai signifikansi rata-rata *post-test* kedua kelompok adalah 0,239 yang dimana lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, dapat dikatakan terdapat homogenitas atau kemiripan antara varians populasi yang diambil siswa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Rational Emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme K-Pop

Hipotesis digunakan untuk melihat adanya pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour*. Pada penelitian ini yang akan diuji kebenarannya adalah sebagai berikut, yaitu H_a : Terdapat pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Rational Emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme k-pop

Untuk menguji hipotesis tersebut, peneliti melakukan uji regresi linier sederhana dengan menggunakan SPSS 29.0. Temuan uji regresi menunjukkan sejauh mana variabel independen mempengaruhi variabel dependen. Hasil uji regresi linier dasar variabel independen dan dependen disajikan pada tabel di bawah ini:

Tabel 6 <Uji Regresi Linier Sederhana (Uji T) >

Coefficients ^a						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	148.946	13.381		11.131	0.000
	Pre-Test Eksperimen	-0.306	0.077	-0.813	-3.954	0.004

a. Dependent Variable: Post-Test Eksperimen

Dari tabel diatas diketahui nilai t_{hitung} variabel bebas adalah -3,954 Sedangkan nilai t_{tabel} yang digunakan adalah 1,70329. Dapat diartikan bahwa nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ yang menunjukkan penelitian ini memiliki pengaruh yang signifikan dimana sebelum diberi perlakuan, kelompok eksperimen mengalami kriteria tinggi pada perilaku fanatisme K-Pop, namun setelah diberi perlakuan kelompok eksperimen mengalami penurunan fanatisme. Maka dari itu nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan nilai signifikansi $0,004 < 0,05$ yang dimana dapat dinyatakan bahwa adanya pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* dalam mengurangi fanatisme K-Pop pada siswa.

Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Rational Emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme k-pop dapat dilihat dari tabel uji koefisien determinasi dibawah ini:

Tabel 7. Model Summary>

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.813 ^a	0.662	0.619	2.166

a. Predictors: (Constant), Post-Eksperimen

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi diketahui bahwa koefisien r square pada variabel independen sebesar 0,662 atau 66,2%. Maka dapat disimpulkan bahwa besarnya presentasi pengaruh bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme k-pop pada siswa kelas X MAN 2 Langkat

sebesar 66,2% yang dapat dikategorikan sebagai pengaruh sedang. Pengaruh pada kategori sedang disebabkan karena pada saat pengisian angket siswa tidak mengisi secara sungguh-sungguh.

Untuk mengetahui tinggi dan rendahnya hubungan pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dikategorikan berdasarkan nilai koefisien korelasi (*R Square*) dari *guilford empirical rules* berikut ini:

Tabel 8 <Nilai Koefisien Korelasi (*R Square*) >

Nilai Koefisien Korelasi	Kriteria
0,00 x < 0,20	Pengaruh sangat rendah
0,20 x < 0,40	Pengaruh rendah
0,40 x < 0,70	Pengaruh cukup
0,70 x < 0,90	Pengaruh tinggi
0,90 x < 1,00	Pengaruh sangat tinggi

Berdasarkan hasil uraian diatas dapat diketahui dari hasil perhitungan data *pre-test* yang dilakukan pada siswa kelas X MAN 2 LANGKAT, diketahui bahwa dari 80 sampel penelitian terdapat 20 siswa penggemar K-Pop dengan tingkat fanatisme tinggi. Dari 20 siswa yang mengalami masalah fanatisme K-Pop pada tingkat tinggi akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing berjumlah 10 siswa. Kelompok eksperimen merupakan kelompok yang diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Pada penelitian ini kelompok eksperimen saja yang akan diberi perlakuan dengan menerapkan bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* untuk mengatasi permasalahan fanatisme yang dialami sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan.

Fanatisme K-Pop menjadi isu yang dibahas dalam penelitian ini. Fanatisme merupakan suatu perilaku atau keyakinan yang menunjukkan adanya ketertarikan terhadap sesuatu secara berlebihan. Hal ini sejalan dengan definisi fanatisme Goddard (2001) dalam Eliani et al., (2018) yang mendefinikan fanatisme sebagai suatu keyakinan yang berlebihan pada objek yang diminati sehingga membuat seseorang buta akan kesadarannya dan berperilaku tidak terkontrol serta ingin melakukan apapun untuk mempertahankan suatu keyakinan yang dianutnya. Pada umumnya penggemar k-pop dikenal sebagai penggemar yang fanatik pada idolanya, terbukti dari penggemar EXO-L terhadap idola mereka yang dengan rela melakukan apa pun untuk mendapatkan merchandise idola mereka. Mereka mencari dan mengumpulkan segala macam barang mulai dari poster, CD asli, mug, *t-shirt* dan pin. Bagi mereka memiliki barang tersebut memberikan kepuasan bagi diri sendiri. Maka dari itu tidak heran jika para penggemar K-Pop sering dipandang berlebihan dalam mengidolakan K-Pop (Rahma & Fauzi, 2023). Dalam penelitian ini terdapat 3 karakteristik fanatisme menurut thorne dan bruner dalam buku Risman (2022) yang berjudul fanatisme mahasiswa islam yaitu keterlibatan internal dengan memfokuskan waktu, tenaga dan uang, keterlibatan eksternal adanya motivasi untuk menjadi idolanya dan terakhir keinginan untuk memperoleh benda yang berkaitan dengan idola

Dengan demikian, untuk mengurangi permasalahan mengenai fanatisme K-Pop pada siswa disekolah maka yang dapat dilakukan guru BK adalah dengan menerapkan teknik *rational emotive behaviour* melalui bimbingan kelompok. Teknik *Rational Emotive Behavioral* (REB) adalah metode yang mengubah pemikiran irasional menjadi rasional. Menurut Albert Ellis dan Windy Dryden (2007). menambahkan istilah perilaku pada metode ini karena menurutnya perasaan dan pikiran selalu berdampak pada perilaku yang tidak rasional (Fitriani et al., 2016).

Pada saat melakukan bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* di sekolah awalnya para siswa masih terlihat bingung dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dikarenakan baru pertama kalinya dilakukan kegiatan tersebut disekolah. Namun mereka memiliki rasa antusias dalam mengikuti kegiatan bimbingan kelompok langkah demi langkah meskipun masih kebingungan. Kegiatan yang berkaitan dengan bimbingan kelompok pada setiap pertemuan dapat dianggap berjalan lancar dengan cara ini. Menurut prayitno (1995) dalam buku prosedur kelompok dalam konseling Putri (2021) tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok dibagi menjadi empat tahap, yaitu tahap awal, transisi, kegiatan, dan kesimpulan. Dengan adanya tahapan dalam bimbingan kelompok dapat membantu kegiatan tersebut berjalan dengan lancar. Menurut prayitno (2004) dalam Hasanah et al., (2022) tujuan layanan bimbingan kelompok adalah membantu siswa menjadi lebih mahir secara sosial terutama dalam komunikasi kelompok dan antarpribadi.

Langkah pertama yang dilakukan peneliti dalam pelaksanaan bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* adalah dengan mengenali masalah fanatisme yang dihadapi siswa. Dalam penelitian ini permasalahan fanatisme pada siswa kelas X MAN 2 Langkat ditunjukkan dengan adanya rasa kagum dan cinta pada idolanya sehingga rela mengorbankan waktu untuk mencari informasi dan kegiatan yang dilakukan oleh idolanya melalui media sosial. Hal tersebut dilakukan sebagai bentuk kesetiaan mereka pada idolanya bahwa mereka menganggap idolanya, selain itu juga beberapa dari mereka lebih memilih meluangkan waktu sehari-hari hanya

untuk menonton dan mendengarkan video musik idola k-pop daripada belajar, suka bertukar informasi dengan penggemar k-pop lainnya serta suka menirukan kegiatan yang dilakukan oleh idolanya karena adanya rasa kagum. Beberapa dari mereka juga ada yang suka membeli dan mengoleksi benda yang berkaitan dengan idolanya dengan jumlah banyak seperti mengoleksi dan membeli *photocard* ataupun stiker dengan wajah idolanya yang ditempelkan pada dinding kamar. Hal ini didukung oleh teori thorne dan bruner mengenai karakteristik fanatisme salah satunya adalah kesediaan mengeluarkan uang untuk produk yang berhubungan dengan idolanya. (Risman, 2022). Karena cintanya pada idola mereka yang berasal dari korea selatan tidak jarang dari mereka ada yang suka berbicara bahasa korea saat berkomunikasi dengan teman sesama K-Popers walaupun hanya beberapa kata dan berkeinginan untuk menonton konser idola K-pop nya baik secara langsung maupun online dan bahkan tidak segan membela idolanya apabila ada yang menjelek-jelekkan idola mereka. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Eliani et al., 2018) yang menyatakan bahwa Penggemar K-pop yang menunjukkan perilaku fanatik akan berusaha membela idolanya sebagai bentuk kesetiaan kepada mereka. jadi tidak heran jika penggemar k-pop sering mendapat intimidasi dari orang lain yang tidak menyukai k-pop (Ratnasari et al., 2021, h. 89). Perilaku yang diceritakan oleh penggemar k-pop pada saat kegiatan bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk dari perilaku fanatisme namun pada tingkat rendah dan sedang. Tingkat fanatisme dalam penelitian ini tidak merupakan fanatisme dalam tingkat ekstrem yang rela melakukan apapun demi idolanya hingga melanggar hukum dan bahkan tidak memperdulikan diri nya sendiri.

Perilaku pengidolaan pada k-pop pada tingkat rendah dan sedang jika dibiarkan akan dapat menimbulkan tingkat fanatisme pada kategori ekstrem. Maka dari itu untuk mengurangi perilaku tersebut maka dapat dilakukan dengan menerapkan teknik *rational emotive behaviour*. Setelah mengenali bentuk permasalahan yang dialami oleh anggota kelompok, selanjutnya peneliti menganalisis permasalahan tersebut dengan menerapkan konsep A-B-C yang ada dalam teknik *rational emotive behaviour*. Teori A-B-C digunakan untuk menangani konseli yang mempunyai pemikiran irasional. Teori A-B-C ini bertujuan untuk mencari tahu penyebab atau pemicu munculnya pemikiran irasional (Ridwan, 2021). Pemicu adanya pemikiran irasional pada penggemar k-pop adalah karena adanya rasa kagum dan cinta yang tinggi pada idolanya sehingga mereka dengan sukarela mengorbankan waktu, uang dan tenaganya hanya untuk idola mereka. Menurut survei Kumparan (2017), penggemar rela menghabiskan waktu satu hingga lima jam hanya untuk mengetahui apa yang dilakukan idolanya, sehingga apa yang dilakukannya dianggap sebagai bentuk perilaku fanatik (Fatimah et al., 2021).

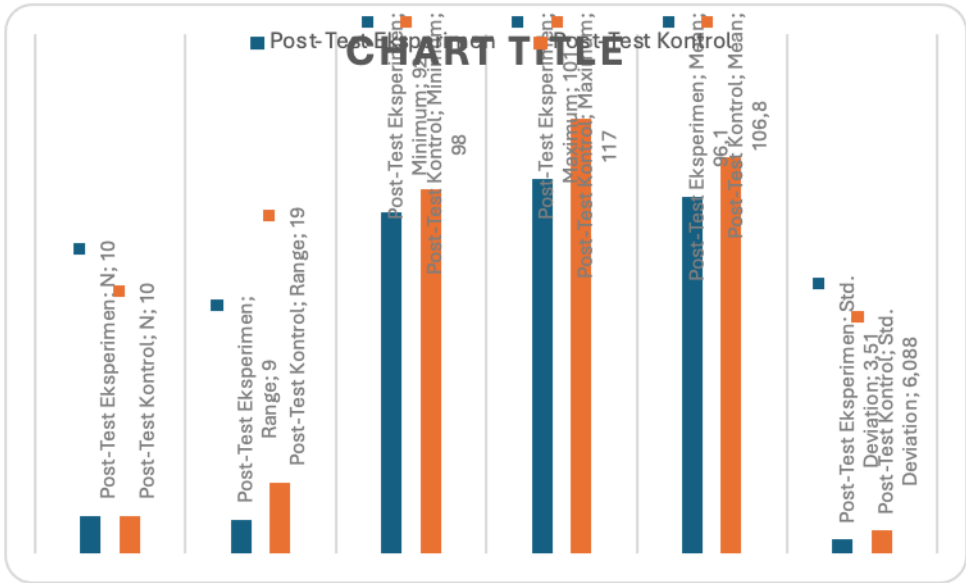
perilaku yang irasional pada diri siswa harus diubah dengan mengarahkan siswa untuk berpikir secara rasional melalui pertanyaan-pertanyaan yang menentang seperti menanyakan dampak positif dan negatif yang didapat dari perilaku fanatik terhadap idola dan pertanyaan-pertanyaan yang menentang kelogisan pikiran irasional mereka. Seseorang yang memiliki perilaku fanatik tidak mudah untuk diubah begitu saja, mereka akan mempertahankan keyakinan dan pemikiran mereka yang sebenarnya irasional. Hal ini sesuai dengan pernyataan goddard (dalam Eliani et al., 2018) menyatakan bahwa seseorang yang fanatik akan cenderung mempertahankan keyakinannya. Pernyataan tersebut benar adanya karena pada saat proses pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* Mereka secara konsisten tidak setuju dan menentang temuan peneliti. Mereka mengutarakan pendapatnya masing-masing demi mempertahankan suatu keyakinannya terhadap idola k-pop mereka. Namun seiring berjalannya waktu perlahan mereka menyadari bahwa pemikiran mereka selama ini irasional dan menganggap tidak ada manfaatnya jika dipertahankan.

Setelah mereka menyadari bawa pemikiran mereka selama ini irasional maka tahap selanjutnya peneliti mengarahkan anggota kelompoknya untuk membentuk suatu pemikiran yang rasional dengan memberikan masukan serta nasihat kepada masing-masing anggota kelompok agar pikirannya lebih terbuka. Mereka menyadari bahwa perilaku mereka jika dilakukan secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif bagi diri sendiri seperti bersikap boros, ketika disekolah menjadi tidak fokus dan konsentrasi karena memikirkan idola k-popnya bahkan mendapatkan sikap intimidasi dari orang sekitar jika sering berdebat karena idolanya.

Setelah selesai melakukan bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* pada kelompok eksperimen hingga pertemuan ke lima. Selanjutnya pada pertemuan keenam peneliti memberikan *post-test* kepada kedua kelompok. Kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan dan kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan dibandingkan tingkat fanatismenya. Hasil *post-test* menunjukan bahwa kedua kelompok mengalami penurunan pada tingkat fanatisme. Untuk melihat penurunan perilaku fanatisme k-pop siswa pada kedua kelompok yang mendapat perlakuan melalui bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan maka dapat dilihat dari tabel *descriptive statistic* dan grafik *post-test* pada kelompok eksperimen dan kontrol dibawah ini:

Tabel 9 <Hasil Uji Descriptive Statistics *Post-Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol>

Kelompok	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Post-Test Eksperimen	10	9	92	101	96.1	3.51
Post-Test Kontrol	10	19	98	117	106.8	6.088



Gambar 7 <Grafik Uji Descriptive Statistics *Post-Test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol>

Dari hasil uji *descriptive statistics post-tets* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol menunjukkan bahwa kelompok eksperimen lebih banyak mengalami penurunan pada perilaku fanatisme dibandingkan kelompok kontrol hal itu dilihat dari nilai rata-rata (mean) pada kelompok eksperimen adalah 96,10 dan kelompok kontrol adalah 106,80. Dengan demikian untuk mengetahui adanya pengaruh bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* maka dapat dilakukan uji hipotesis parsial (t). Dalam penelitian ini variabel bebas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat dimana sebelum diberi perlakuan. Kelompok eksperimen mengalami kriteria tinggi pada perilaku fanatisme K-Pop sebelum diberi perlakuan, namun setelah diberi perlakuan kelompok eksperimen mengalami tingkat penurunan. Maka dari itu nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan nilai signifikansi $0,004 < 0,05$ yang dimana menunjukkan bahwa adanya pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* dalam mengurangi fanatisme K-Pop pada siswa. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* dalam mengurangi fanatisme K-Pop pada siswa dapat dilihat dari hasil perhitungan uji koefisien determinasi. Diketahui bahwa koefisien korelasi (*R square*) pada variabel Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Rational Emotive behaviour* sebesar 0,662 atau 66%. Dapat disimpulkan bahwa besarnya presentase pengaruh variabel Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Rational Emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme K-Pop pada siswa kelas X MAN 2 Langkat sebesar 66%.

Dari hasil pelaksanaan bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* diketahui bahwa siswa mengalami penurunan tingkat fanatisme k-pop. Sehingga dapat dikatakan penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* berhasil dan berpengaruh untuk mengurangi fanatisme k-pop. Dengan adanya pengaruh keberhasilan ini maka penelitian yang dilakukan oleh peneliti terdahulu dengan penerapan bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* untuk mengurangi fanatisme k-pop dapat dipercaya. Adapun penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh penelitian terdahulu yang dapat dijadikan pembandingan dalam penelitian ini yaitu 1) penelitian Katrina (2024) melakukan penelitian yang berjudul Perilaku Agresif Verbal Pada *K-Popers*: Studi Kasus Pada Mahasiswa di Universitas Negeri Makasar. Hasil penelitian adalah menunjukkan bahwa penerapan konseling *behavior* dengan teknik *self control* pada mahasiswa yang fanatik terhadap tokoh idolanya dapat mengalami perubahan pada dirinya seperti lebih menghargai pendapat orang lain, tidak membenci idol dan fandom lain, mampu untuk tidak merespon jika orang lain merendahkan idolnya, tidak suka membanding- bandingkan dengan merendahkan atau menghina, tidak mudah untuk

memberikan tuduhan-tuduhan pada orang lain, dapat mengurangi atau menahan umpatan-umpatan jika sedang marah serta tidak bersikap sarkastik. 2) Penelitian Apriliyas & Wiyono (2019) yang berjudul Keefektifan Konseling *Rational Emotive Behaviour* Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mengurangi Tingkat Fanatisme terhadap Idola pada Siswa Penggemar K-Pop. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa konseling *rational emotive behaviour* teknik *cognitive disputation* mampu mengurangi tingkat fanatisme terhadap idola *K-Pop*. 3) Penelitian Faizah & Syakur (2023) dengan judul *Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Mengubah Perilaku Fanatik *Korean Pop* Pada Santri. Hasil dari penelitian tersebut diketahui bahwa *Rational Emotive Behaviour Therapy* yakni teknik kognitif mampu membuat konseli mengurangi kebiasaan sikap fanatiknya. Seperti menghayal, histeris, berteriak, menghamburkan uang dan melalaikan tugas. Sehingga konseli dapat hidup dengan sehat dan efektif.

Dengan demikian terbukti bahwa bimbingan kelompok teknik *rational emotive behaviour* dapat membantu mengurangi fanatisme k-pop. hal ini sejalan dengan pendapat Ellis dan Dyden *rational emotive behaviour* mampu membantu mengatasi permasalahan individu untuk mengubah pikiran irasional terhadap idola k-pop menjadi pemikiran yang rasional. Sebagaimana yang dikatakan oleh mubarak (2008) yaitu orang yang memiliki fanatisme pada dirinya akan cenderung memiliki pemikiran yang rasional (Apriliyas & Wiyono, 2019). Dapat dipahami antara perilaku fanatik dengan *rational emotive behaviour* memiliki keterkaitan yang kuat untuk dapat mengubah perilaku fanatisme pada diri seseorang. Individu yang memiliki perilaku fanatisme harus diubah pemikirannya menjadi rasional, dengan bantuan *rational emotive behaviour*.

Simpulan

Penelitian ini mengungkapkan bahwa penggunaan bimbingan kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour* memiliki dampak positif dalam mengurangi fanatisme K-Pop di antara siswa kelas X MAN 2 Langkat. Analisis data menunjukkan penurunan signifikan dalam tingkat fanatisme pada kelompok eksperimen dibandingkan dengan kelompok kontrol. Uji hipotesis parsial menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari bimbingan kelompok tersebut, dengan nilai signifikansi yang lebih rendah dari 0,05. Selain itu, uji koefisien determinasi menunjukkan bahwa pengaruh bimbingan kelompok tersebut sebesar 66%, termasuk dalam kategori sedang.

Dari hasil penelitian ini, terdapat beberapa implikasi praktis. Sekolah dapat mempertimbangkan untuk mengintegrasikan teknik *rational emotive behaviour* dalam kegiatan seminar atau penyuluhan, sementara guru BK dapat meningkatkan kegiatan bimbingan kelompok atau berbagi informasi kepada siswa untuk mengubah perilaku fanatisme menjadi lebih positif. Siswa juga diharapkan untuk lebih aktif mengikuti kegiatan bimbingan kelompok untuk memperluas pemahaman tentang teknik tersebut dan mengurangi pemikiran irasional terhadap fanatisme. Peneliti di masa depan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya, serta mengembangkan teknik-teknik konseling lainnya yang dapat mengurangi fanatisme K-Pop.

Referensi

- Almaida, R., Gumelar, S. A., & Laksmiwati, A. A. (2021). Dinamika Psikologis Fangirl K-Pop. *Cognicia*, 9(1), 17–24.
- Amanda, N.A.J. (2022). Analisis Fenomena Fandom K-Pop dalam Kajian Hubungan Parasosial: Literatur Review. *Jurnal Psimawa*, 5(2), 86–90.
- Apriliyas, N., & Wiyono, B. D. (2019). Keefektifan Konseling *Rational Emotive Behaviour* Teknik *Cognitive Disputation* Untuk Mengurangi Tingkat Fanatisme Terhadap Idola Pada Siswa Penggemar K-Pop. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 5(1), 12–20.
- Damasta, G. A., & Dewi, D. K. (2020). Hubungan antara fanatisme dengan perilaku konsumtif pada fans JKT48 Di Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(4), 13–18.
- Eliani, J., Yuniardi, M. S., & Masturah, A. N. (2018). Fanatisme Dan Perilaku Agresif Verbal Di Media Sosial Pada Penggemar Idola K- Pop. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1).
- Faizah, Q., & Syakur, M. (2023). *Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Mengubah Perilaku Fanatik *Korean Pop* Pada Santri. *Konseling At- Tawazun: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(1), 1–17.
- Fatimah, N., Noviekayati, I. G. A. A., & Rina, A. P. (2021). Perilaku Celebrity Worship pada remaja komunitas Nctzens di Indonesia ditinjau dari loneliness. *Sukma: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(2), 122–135.
- Fitriani, N., Wahyuni, E., & Marjo, H. K. (2016). Penerapan Teknik Dispute *Cognitive* Dalam Rebt Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Mahasiswa (Single Subject Research terhadap mahasiswa Program Studi Psikologi Angkatan 2014 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta). *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 73–80.
- Hartanti, J. (2022). *Bimbingan kelompok*. Ud Duta Sablon.

-
- Hasanah, I., Sa'idah, I., Fakhriyani, D. V., & Aisa, A. (2022). *Bimbingan Kelompok: Teori dan Praktik*. Duta Media Publishing.
- Hidayati, I. A., & Sari, L.K. (2023). Hubungan Kontrol Diri dengan Celebrity Worship Pada Mahasiswa Penggemar K-Pop. *Pyscho Idea*, 21(2), 153-165.
- Juwita, S. H. (2018). Tingkat Fanatisme Penggemar K-Pop Dan Kemampuan Mengelola Emosi Pada Komunitas EXO-L Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(7), 273–286.
- Katrina, S. D. (2024). Perilaku Agresi Verbal Pada K-Popers: Studi Kasus Pada Mahasiswa Di Univeristas Negeri Makasar. *Journal Humanity And Social Studies*, 4(1), 151–165.
- Khrisnadestya, S. I., & Prahara, S. A. (2022). Celebrity Worship Dan Perilaku Imitasi Pada Idola K-Pop. *Jurnal Riset Psikologi*, 5(4), 134–143.
- Putri, A. C. (2021). *Prosedur Kelompok Dalam Konseling*. Mira Buana Media.
- Rahma, M. D., & Fauzi, A. M. (2023). Fanatisme Remaja Penggemar Musik Populer Korea (K-Pop) Pada Budaya K-Pop Dalam Komunitas Exo-L Di Surabaya. *Paradigma*, 12(1), 130–140.
- Ratnasari, I., Mayasari, & Ema. (2021) Motivasi dan Kontrol Diri Pada Remaja Penggemar K-Pop (K-Popers). *Jurnal Komunikatio*, 7(2), 2442-3882.
- Ridwan, A. (2021). *Pendekatan Bimbingan Konseling Di Sekolah..* Zamron Pressido.
- Risman, K. (2022). *Fanatisme Mahasiswa Islam*. Rena Cipta Mandiri.
- Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif dan R & D.*. Alfabeta.