

Pengenalan dan Psikoedukasi Fenomena *Star Syndrome* pada Kalangan Remaja Akhir di MAN 1 Jombang

Ardelia Nandifa Cantika Putri¹⁾, Binti Fatimatul Zahro²⁾, Fadia Soraya Rochmatillah³⁾, Lika Wahyu Oktavianti⁴⁾, Mahendra Bagas Utama⁵⁾, Tajah Jamilah Kamalat Syah⁶⁾, Ummu Nailassalamah⁷⁾, Wadhuha Fa Ag'na Ghofaro⁸⁾, Wardatul Mufidah⁹⁾

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Fakultas Psikologi, Universitas Darul 'Ulum Jombang

Email :sorayafadia29@gmail.com, ummunailassalamah0406@gmail.com,
likaoktavia027@gmail.com, mahendra02bagas@gmail.com,
ardelianandifacantikaputri@gmail.com, bintifatimatulzahro@gmail.com,
addhuha160104@gmail.com, kamalattajahsyah@gmail.com,
wardatulmufidah888@gmail.com / no.telp: +6285851555233

ABSTRAK

Pada remaja akhir terdapat fase perkembangan yang secara psikis berada pada posisi hanya memikirkan dirinya sendiri, menganggap semua orang tertarik pada dirinya, merasa unik dan tidak terkalahkan. *Star syndrome* merupakan fenomena dimana seorang menganggap dirinya sebagai pusat perhatian, spesial, luar biasa, sehingga menuntut *privilege* atau sesuatu yang lebih. Remaja akhir adalah tahap perkembangan pada remaja dengan rentang usia 17 hingga 21 tahun, transisi dari remaja menuju dewasa. Oleh sebab itu, OSIS MAN 1 Jombang dan pengurusnya yang berjumlah 25 orang menjadi sasaran dalam kegiatan ini karena cenderung populer dan memiliki kekuasaan di lingkungan sekolah. Dengan menggunakan metode psikoedukasi dan diskusi, bertujuan agar dapat meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan kesadaran tentang fenomena *Star Syndrome* serta dampaknya. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan yang cukup terlihat pada pemahaman dari psikoedukasi yang dilakukan. Maka dari itu, kegiatan ini bermanfaat agar dapat mencegah konflik sosial, kesadaran diri siswa, dan menyadari dampak yang ditimbulkan dari *star syndrome*, serta efektifitas yang dapat digunakan.

Kata kunci : *Star Syndrome*, Narsisme, Psikoedukasi, Remaja akhir

ABSTRACT

Late adolescence is a developmental phase characterized by a psychological tendency to be self-centered, perceive oneself as unique and invincible, and assume that others are highly interested in them. Star syndrome refers to a phenomenon in which individuals perceive themselves as the center of attention—special, extraordinary, and thus entitled to certain privileges or elevated treatment. This stage typically occurs between the ages of 17 and 21, marking the transition from adolescence to adulthood. Given this context, the student council (OSIS) members of MAN 1 Jombang, totaling 25 individuals, were selected as participants in this study due to their popularity and perceived authority within the school environment. This study employed psychoeducational and discussion-based methods with the objective of enhancing participants' knowledge and fostering awareness regarding the phenomenon of star syndrome and its potential impacts. The findings indicate a significant improvement in participants' understanding as a result of the psychoeducational interventions. Consequently, the program demonstrated its utility in promoting social awareness, preventing interpersonal conflicts, and increasing students' comprehension of the psychological effects associated with star syndrome, as well as the effectiveness of appropriate preventive strategies.

Keywords: *Star Syndrome*, Narcissism, Psychoeducation, Late Adolescence

1. PENDAHULUAN

Dalam lingkungan sekolah, Organisasi Siswa Intra Sekolah (OSIS) berfungsi sebagai wakil siswa dalam berkomunikasi pada pihak sekolah dan mengelola berbagai kegiatan, sehingga pengurus OSIS kerap kali bersinggungan dengan banyak elemen di sekolah, seperti para guru dan siswa. Oleh karena itu, OSIS dan setiap pengurusnya menjadi bagian yang populer di lingkungan sekolah. Namun, setiap individu yang menjadi bagian dari pengurus OSIS merespon kepopulerannya dengan cara yang berbeda. Pada umumnya, mereka akan termotivasi untuk berperilaku baik agar menjadi panutan siswa lainnya. Akan tetapi, tidak sedikit juga yang merespon kepopuleran tersebut dengan rasa percaya diri yang berlebihan dan menganggap dirinya lebih spesial dibandingkan dengan orang lain, sehingga terkadang muncul sikap sombong dan penyalahgunaan *privelege*. Fenomena seperti ini biasa disebut dengan "*Star Syndrome*". *Star Syndrome* atau Sindrom Bintang adalah sikap dimana seseorang merasa dirinya adalah pusat perhatian, spesial, dan menganggap dirinya memiliki derajat lebih tinggi dibandingkan dengan orang lain.

Jika melihat fenomena ini maka sebagian dari kita langsung melihat fenomena, peristiwa, ataupun kondisi serupa yang bernama narsistik. Narsistik atau bisa disebut narsisme sendiri merupakan bagian dari kepribadian dimana narsistik merupakan rasa cinta berlebihan kepada diri sendiri, namun narsistik belum sepenuhnya menjadi patologis apabila masih bisa dikontrol dan dikendalikan sesuai porsinya. Adapun narsistik yang telah menjadi patologis merupakan kondisi dimana si pengidap selalu menuntut segala sesuatunya agar selalu tertuju padanya, mulai dari perhatian, pujian, penghargaan, dan juga pencapaian yang besar yang secara terpusat untuk dirinya seorang tanpa mempedulikan orang lain. Kondisi tersebut biasa disebut sebagai *Narcissistic Personality Disorder (NPD)* atau gangguan kepribadian narsistik.

Fenomena ini mendapatkan nama uniknya sendiri yaitu *star syndrome* menurut data epidemiologi *star syndrome* sendiri sangat rentan dialami oleh remaja sampai dengan dewasa awal dan juga diikuti dengan gangguan narsistik yang sering terjadi pada laki-laki dengan persentase 75%. Hal ini disebabkan karena laki-laki baik secara biologis maupun psikologis lebih unggul daripada wanita, yang menjadikan pria lebih mendominasi di berbagai sektor dan bidang terutama urusan non-domestik atau diluar rumah. Hal ini membuat Sebagian kaum adam merasa selalu diatas angin, sehingga mereka menganggap dirinya pantas mendapatkan penghargaan. Diketahui pula bahwa mereka yang memiliki kelebihan tertentu seperti kecerdasan, kekuasaan, kekayaan, jabatan atau apapun itu memiliki potensi terkena *star syndrome*.

Dengan memusatkan anggota OSIS setingkat SMA sebagai sasaran utama kami berharap agar mereka bisa mampu memahami tentang fenomena *star syndrome* yang tengah memanas di media sosial agar mereka dapat lebih bijaksana untuk memahami apa itu *star syndrome* sebenarnya. Mengingat anggota OSIS secara tidak langsung memiliki sejumlah kecil kekuasaan dan jabatan di sekolah maka menyasarkan mereka sebagai sasaran utama, dianggap sebagai hal yang efektif.

Sebab, permasalahan *star syndrome* pada anggota OSIS dapat memengaruhi hubungan dalam organisasi. Anggota yang menunjukkan *star syndrome* cenderung mendominasi dalam mengambil keputusan, meremehkan orang lain, sulit menerima kritik, mencari perhatian berlebihan, atau menganggap kontribusi anggota lain tidak penting. Pada akhirnya perilaku-perilaku tersebut dapat memicu konflik internal antar anggota. Selain memengaruhi hubungan interpersonal, fenomena ini berdampak jangka panjang pada kepribadian *Narcissistic Personality Disorder (NPD)* apabila tidak segera diberi penanganan.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik Psikoedukasi terkait Fenomena *Star Syndrome*, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja tentang fenomena *Star Syndrome* dan dampaknya, mengembangkan pemahaman yang lebih baik pada remaja tentang fenomena *Star Syndrome*, serta dapat mengembangkan keterampilan pada remaja dalam mengenali dan mengatasi gejala-gejala *Star Syndrome* untuk mencegah munculnya perilaku tersebut pada remaja yang mengikuti OSIS di MAN 1 Jombang.

2. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat dengan topik Psikoedukasi terkait fenomena *Star Syndrome* pada siswa-siswi yang mengikuti kegiatan OSIS di MAN 1 Jombang, dilaksanakan dengan beberapa tahapan yang terstruktur sebagai berikut:

- Tahapan persiapan

- pertimbangan subjek: dalam beberapa konsultasi dengan dosen, menentukan untuk memilih subjek remaja akhir yaitu siswa-siswi yang mengikuti kegiatan OSIS.
- teknik modifikasi perilaku: diawali dengan kegiatan psikoedukasi dan membagi tugas tim untuk berdiskusi secara intens
- pemilihan tempat dan koordinasi perizinan dengan sekolah yang dituju dan serangkaian administrasi lainnya.

- Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan dilaksanakan pada pukul 08.00-selesai di hari Kamis 19 Juni 2025 bertempat di MAN 1 Jombang aula asrama putri. Kegiatan dihadiri peserta osis sebanyak 25 orang yang semuanya berasal dari kelas X dan XI. Kegiatan diawali dengan pemberian

pretest sebelum pemaparan materi, dan akan dilanjut sesi diskusi untuk melihat pemahaman peserta. Adapun kegiatan yang dilaksanakan dimulai dengan sesi pembukaan yang dilakukan oleh seorang staff perwakilan bagian akademik MAN 1 Jombang sebagai sarana untuk mengenalkan kegiatan yang sedang dilakukan. Selanjutnya, proses acara diambil alih oleh tim pelaksana yang bertugas sebagai pemateri yang dipandu oleh host agar membangun *rapport* dengan partisipan. Setelah sesi materi berakhir, host membuka sesi tanya jawab yang dilanjutkan dengan sesi *ice breakings* dan diskusi.

Psikoedukasi dan diskusi diberikan kepada siswa-siswi MAN 1 Jombang tentang Fenomena *Star Syndrome*. Agar mereka bisa mampu memahami tentang fenomena *star syndrome* yang tengah memanas di media sosial agar mereka dapat lebih bijaksana untuk memahami apa itu *star syndrome* sebenarnya. Mengingat anggota OSIS secara tidak langsung memiliki sejumlah kecil kekuasaan dan jabatan di sekolah maka menasarkan mereka sebagai sasaran utama kami anggap sebagai hal yang efektif mencegah tersebarnya fenomena yang berpotensi menjadi kepribadian yang lebih patologis dan permanen.

- Setelah kegiatan selesai, tim pelaksana mengumpulkan data berupa formulir *posttest* dan sesi foto bersama guna pelaporan pada pihak sekolah.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat: Psikoedukasi terkait Fenomena *Star Syndrome* yang dilaksanakan pada siswa-siswi OSIS di MAN 1 Jombang berjalan dengan lancar dan mendapat

respons positif. Yang mana sebagian besar dari mereka terlihat sangat fokus memperhatikan materi yang

disampaikan, dan aktif pada sesi tanya jawab.



Gambar 1. pengisian pretest



Gambar 2. Psikoedukasi

Bahkan mereka secara sama-samar mulai memproses informasi dengan liah dan mengkait-kaitkannya dengan fenomena di sekitar mereka. Oleh karenanya diskusi terbuka dilakukan kepada mereka dengan membagi dua kelompok besar yang akan dipandu setidaknya tiga orang dari tim pelaksana. Selanjutnya diskusi dibuka dengan menanyakan tentang peristiwa di sekitar mereka yang terindikasi *star syndrome*. Para peserta yang sangat

antusias bercerita berbagai hal yang berkaitan dengan *star syndrome* yang menunjukkan bahwa fenomena ini sejatinya sudah ada bahkan tanpa intervensi dari media sosial. Mereka menyimpulkan bahwa banyak yang terindikasi namun kebanyakan hanya menganggap itu hal yang wajar. Lalu pemberian pengertian juga dilakukan, bahwa segala yang mereka sebutkan tidak lain dan tidak bukan hanya dugaan semata.



Gambar 3. Sesi tanya jawab



Gambar 4. Sesi diskusi terbuka

Dalam pemaparan materi, disebutkan beberapa ciri-ciri dari *star syndrome* itu sendiri agar peserta mampu mengidentifikasi tentang adanya indikasi tentang fenomena tersebut di sekitar mereka, namun juga diberikan peringatan bahwa tidak semua ciri-ciri itu bisa digeneralisasi ke kehidupan sehari-hari. Wewenang untuk menetapkan diagnose dan juga statement tentang fenomena *star syndrome* hendaknya dibantu oleh profesional yang berkompeten di bidangnya seperti psikolog dan psikiater. Adapun ciri-ciri yang dapat disampaikan adalah :

1. Memiliki kepercayaan diri yang sangat tinggi, sehingga harus tampil sempurna dan menuntut kesempurnaan dari orang lain
2. Mudah bereaksi negative terhadap kritikan walaupun kritikan tersebut bersifat positif
3. Arogan dan juga sulit berempati dengan orang lain. Cenderung merendahkan orang lain yang dirasa tidak memberi manfaat pada dirinya
4. Haus akan pujian dan akan melakukan segalanya demi mendapatkan yang lebih
5. Merasa diri paling hebat sehingga dia pantas untuk mendapatkan sesuatu yang lebih termasuk perlakuan istimewa (privilege)

Star syndrome tidak muncul begitu saja. Sama halnya dengan gangguan kepribadian narsistik ada beberapa faktor yang patut dielaah lebih lanjut seperti pola asuh anak yang cenderung otoriter ataupun permisif nyatanya mampu memicu *star syndrome*. Hal ini disebabkan kurangnya apresiasi dan pengakuan dari orang tua atas prestasi yang telah didapatkan anak sehingga memicu mereka untuk mencari pengakuan dari dunia luar. Lingkungan yang tidak suportif juga menjadi pemicu khusus untuk seseorang mengembangkan

mekanisme pertahanan egonya dengan mengambil format proyeksi dalam hal ini *star syndrome* itu sendiri.

Materi dalam psikoedukasi juga menekankan bahwa *star syndrome* yang dilakukan oleh remaja akhir memiliki berbagai dampak yang mampu mempengaruhi kehidupan mereka baik itu secara positif maupun negatif. Oleh karenanya kami menghimbau bahwa *star syndrome* ataupun narsistik yang hanya digunakan untuk ajang mencari kepuasan dan juga kepopuleran hanya akan menjadi akhir yang menyakitkan. Adapun beberapa dampak negatif dari *star syndrome* : Cepat merasa puas akan sebuah pencapaian yang belum seberapa. Hal ini menyebabkan seseorang merasa sombong dan meremehkan usaha-usaha kedepannya menganggap pencapaian mereka yang paling hebat dari yang lain. Haus akan pujian dan juga perhatian dari orang lain. Hal ini membuat kita bekerja ataupun berkarya hanya berdasar sanjungan dan hasil akhir sehingga hasil yang keluar biasanya bersifat politis. Serta kesulitan bersosialisasi karena hanya mau berteman dengan mereka yang selevel dengan dirinya ataupun yang dirasa menguntungkan buatnya

Selain itu, *star syndrome* bermanfaat untuk alasan pertahanan ego dan juga untuk menghadapi seseorang narsistik atau *star syndrome*. Sama seperti pedang bermata dua, pemateri turut menjelaskan bagaimana cara memanfaatkan sisi lain *star syndrome* tanpa harus merusak kepribadian. Beberapa manfaat dari *star syndrome* itu sendiri adalah: Bila sesuai porsinya *star syndrome* bisa menjadi ajang *branding* konsep diri kepada keluarga ataupun kolega, sehingga bisa mempromosikan diri lebih baik dan terbuka pada peluang baru dimasa depan, membangkitkan kepercayaan diri dan ajang unjuk gigi tentang kebolehan dan kemampuan, sebagai sarana eksplorasi dunia baru yang lebih unik, terutama mereka yang menekuni bidang diplomasi

dan komunikasi. Lalu, pengembangan media dan juga sarana kreatifitas akan ide dan potensi yang baru, serta menjadi pemahaman utama untuk menghadapi dan juga menangani seorang yang sama-sama menerapkan star syndrome, narsistik, dan NPD

Tentunya intervensi dari profesional sangat diperlukan untuk mengungkap hal tersebut. Bukan hanya itu ada seorang peserta yang bertanya tentang penanganan *star syndrome* yang sudah sampai NPD. Lantas kami memberikan pengertian bahwa respon dari lingkungan sekitar mampu untuk menekan dan juga memutus rantai NPD. Hal yang paling mendasar adalah menyarankan mereka menemui profesional, namun kenyataannya kecerdasan dan kelihaihan pelaku NPD mampu membuat orang lain terkecoh bahkan menganggap mereka sehat, ditambah lagi dengan kurangnya tenaga profesional di negara kita telah membuat

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan memberikan pengalaman berharga, baik bagi tim pelaksana maupun bagi peserta yang terlibat. Sosialisasi mengenai *star syndrome* ternyata disambut dengan antusias oleh para anggota OSIS MAN 1 Jombang. Mereka tidak hanya mendengarkan, tetapi juga aktif berdiskusi dan mengaitkan materi dengan kejadian nyata di lingkungan mereka.

Melalui pendekatan psikoedukasi dan diskusi terbuka, peserta menjadi lebih memahami apa itu *star syndrome*, bagaimana ciri-cirinya, serta dampak positif dan negatif yang mungkin muncul. Dalam materi juga menekankan bahwa *star syndrome* tidak selalu harus dianggap buruk, karena jika dikelola dengan baik, justru bisa menjadi peluang untuk mengenali dan mengembangkan potensi diri. Namun, kesadaran untuk tidak berlebihan tetap menjadi hal yang penting.

Besar harapan dari kegiatan ini bisa memberikan manfaat nyata, terutama dalam

pengidap NPD bebas berkeliaran bahkan memegang kekuasaan. Oleh karenanya lingkunganlah yang efektif menghukumnya seperti tidak memberikan ruang untuk tampil, pengucilan sampai juga memutus kontak komunikasi.

Dari hasil pada sesi diskusi tersebut, dengan melihat data pada *pretest - posttest*, menunjukkan adanya peningkatan yang cukup terlihat pada pemahaman tentang Fenomena *Star Syndrome*. Yang mana turut membuktikan bahwa adanya psikoedukasi juga dapat mempengaruhi informasi dan pemikiran siswa. Hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa Psikoedukasi merupakan pengembangan dan pemberian informasi dalam bentuk pendidikan masyarakat mengenai informasi yang berkaitan dengan psikologi populer atau sederhana atau informasi lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikososial masyarakat (Stuart, 2013).

membantu remaja mengenali batas antara kepercayaan diri yang sehat dan sikap merasa paling unggul. Lebih dari itu, kami juga belajar bahwa pendekatan edukatif yang terbuka dan ramah dapat menjadi langkah awal yang efektif dalam mencegah berkembangnya perilaku negatif di lingkungan sekolah.

5. REFERENSI

- Rori, C. A., Naharia, M., Kaumbur, G. E. (2022). Analisis Kecenderungan Perilaku Star Syndrome Pengguna Tiktok Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Manado. *Psikopedia*, 3(1), 26. <https://ejurnal.unima.ac.id/index.php/psikopedia/article/view/5640/3917>
- Pasenrigading, A. R., Thohirah, M. D., Siswanti, D. N., Daud, M. (2025). Psikoedukasi “Tumbuh Ceria” untuk Meningkatkan Perilaku Sosial Positif Anak Usia Dini. *Socius*, 2(10), 253. <https://ojs.daarulhuda.or.id/index.php/Socius/article/view/1378>

- Wiyati (2010) Psikoedukasi Mengenai Quarter Life Crisis., Pinisi Journal of Art, Humanity and Social Study., Vol. 2 No. 6, 2022
- Alfianto, A.G, Apriyanto, F., Diana M (2019). Pengaruh Psikoedukasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Stigma Gangguan Jiwa Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Widyagama Husada Malang. *JI-KES: Jurnal Ilmu Kesehatan.*, Vol.2 No.2, 2019. <https://www.researchgate.net/profile/Ahmad-Alfianto/publication>
- Hardika J, Noviekayati, IGAA, Saragih S (2019). Hubungan Self-Esteem dan Kesepian dengan Kecenderungan Gangguan Kepribadian Narsistik pada Remaja Pengguna Media Sosial Instagram, Magister Psikologi Profesi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya., Vol.14 no.1, 2019 <https://journal.umg.ac.id/index.php/psikosains/article/view/928>
- Saidah, Rohmah, A. (2021). Narsisme dan Implikasinya Terhadap Gangguan Kepribadian Narsistik Perspektif Al Qur'an, Institut Agama Islam (IAIN) Kediri. *QOF: Jurnal Al-Qur'an dan Tafsir*, Vol.5 No.2, 2021
- Anugrah, G.R.P, Rakhmaditya D,N., (2023) Analisis Remaja yang Memiliki Perilaku Narsistik, Universitas Negeri Malang. *Jurnal Flourishing*, 3(7), 2023, 293-303
- Febriani, Rika. 2021 Sigmund Freud vs Carl Jung: Sebuah Pertikaian Intelektual antarmazhab Psikoanalisis. Penerbit Anak Hebat
- Ardani, T,A,dkk. 2007 Psikologi Klinis. Hal.222, Penerbit Graha Ilmu Yogyakarta
- Artikel Terjebak Popularitas: Mengurai Fenomena Star Syndrom dan Cara Mengatasinya, 2025 <https://www.kompasiana.com> Diakses tanggal 20 Mei 2025.