

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Bab III berisi pembahasan mengenai metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini. Adapun perincian dari Bab III terdiri dari desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data.

#### **3.1 Desain Penelitian**

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Pendekatan kuantitatif dipilih untuk menggambarkan tren atau kecenderungan kesepian mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling FIP UPI angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022 yang aktif menggunakan media sosial.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif karena penelitian ini tidak bertujuan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan suatu tren “apa adanya” dari suatu variabel, gejala atau keadaan. Desain yang digunakan adalah survei *cross-sectional*, yaitu survei pada sampel untuk mewakili keseluruhan populasi dan dilakukan pada satu waktu, tidak berkelanjutan (Creswell, 2012).

#### **3.2 Partisipan Penelitian**

Partisipan penelitian adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia dengan jumlah 359 mahasiswa. Penentuan partisipan penelitian didasarkan pada hasil studi pendahuluan terhadap 87 mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling dari empat angkatan aktif (2019, 2020, 2021, 2022) yang mengalami kesepian sedang sampai sangat parah dan mayoritas selalu menggunakan media sosial. Kurangnya sampel penelitian dan kurang lengkapnya informasi yang didapat menunjukkan perlunya dilakukan penelitian lebih lanjut pada sampel yang lebih besar.

### 3.3 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia pada program sarjana Bimbingan dan Konseling (lihat Tabel 3.1). Populasi dipilih dengan pertimbangan berikut.

- 1) Mahasiswa berada pada masa keterasingan sosial yang dapat menyebabkan kesepian.
- 2) Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia yang dipilih merupakan mahasiswa aktif tingkatan awal (angkatan 2022 dan 2021) dan tingkat akhir (angkatan 2019 dan 2020) dengan pertimbangan mahasiswa tingkat awal masih menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di kampus, sehingga dapat mengalami kesepian. Sementara itu, mahasiswa tingkat akhir sudah fokus pada penyelesaian studi masing-masing, sehingga interaksi sosial semakin berkurang dan dapat mengalami kesepian.
- 3) Belum adanya penelitian mengenai kecenderungan kesepian mahasiswa pengguna media sosial dan pola penggunaan media sosial yang kesepian di Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.

**Tabel 3.1**  
**Populasi Mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling**

No.	Angkatan	Jenis Kelamin		Populasi
		Laki-Laki	Perempuan	
1	2019	13	75	88
2	2020	11	69	80
3	2021	15	79	94
4	2022	17	80	97
<b>Total</b>				359

Pengambilan sampel penelitian menggunakan pendekatan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel yang dipilih karena mereka bersedia, merasa nyaman, dan dapat mewakili karakteristik

yang ingin dipelajari oleh peneliti (Creswell, 2012). Teknik *purposive sampling* yang digunakan adalah tipe *homogeneous sample*, yaitu teknik pengambilan sampel *nonprobability* untuk mendapatkan sampel homogen, yakni anggota dipilih karena memiliki karakteristik yang dibutuhkan untuk sampel penelitian.

### 3.4 Instrumen Penelitian

Penelitian menggunakan instrumen berbentuk kuesioner dengan pilihan jawaban terbuka dan tertutup. Instrumen dikembangkan untuk menganalisis kesepian mahasiswa pengguna media sosial. Instrumen terdiri dari dua bagian, yaitu bagian pertama untuk mengukur kesepian mahasiswa pengguna media sosial, dan bagian kedua untuk melihat gambaran pola penggunaan media sosial mahasiswa yang kesepian.

Bagian satu, kesepian mahasiswa pengguna media sosial dikembangkan dengan berdasarkan pada dua dimensi kesepian dan enam ketentuan sosial yang berkontribusi pada perasaan kesepian. Dua dimensi kesepian yang dimaksud, yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial, sedangkan enam ketentuan sosial, meliputi kelekatan (*attachment*), integrasi sosial (*social integration*), pengasuhan (*opportunity for nurturance*), kepastian nilai (*reassurance of worth*), aliansi (*a sense of reliable alliance*), dan bimbingan (*the obtaining of guidance*) (Weiss, 1974). Instrumen bagian satu terdiri dari 22 item dan dirancang untuk mengukur dua aspek kesepian, yaitu kesepian emosional yang terdiri dari 11 item (misal, “Saya tidak memiliki sahabat atau teman dekat”) dan kesepian sosial yang juga terdiri dari 11 item (misal, “Saya merasa sendirian meskipun ada orang bersama saya”). Instrumen ini dikembangkan dalam bentuk kuesioner yang nantinya akan membagi tingkat kesepian mahasiswa menjadi empat kategori, yaitu tidak kesepian, agak kesepian, cukup kesepian, dan sangat kesepian. Juga dapat diketahui kecenderungan kesepian mahasiswa lebih kepada kesepian emosional atau kesepian sosial.

Bagian dua, pola penggunaan media sosial dikembangkan berdasarkan tiga aspek pola penggunaan media sosial yaitu durasi, aktivitas, dan motif (Ali et al., 2019) serta hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, yaitu ketahanan efek media sosial dalam mengurangi kesepian dan media atau konten yang dapat

mengurangi kesepian. Instrumen bagian dua ini terdiri dari 18 item pola penggunaan media sosial mahasiswa yang kesepian, yang terdiri dari 1) penggunaan media sosial ketika kesepian, 2) perangkat yang digunakan, 3) jumlah media sosial yang aktif digunakan; 4) macam media sosial yang digunakan, 5) intensitas memeriksa media sosial per hari, 6) waktu yang dihabiskan untuk media sosial per hari, 7) waktu peningkatan penggunaan media sosial, 8) waktu mulai penggunaan media sosial ketika kesepian dalam tahun; 9) mengakses media sosial untuk mengurangi kesepian; dan 10) media atau konten media sosial yang mengurangi kesepian.

### **3.4.1 Definisi Operasional Variabel**

#### **3.4.1.1 Kesepian**

Kesepian didefinisikan sebagai perasaan kosong atau hampa yang dirasakan oleh mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022 yang muncul pada saat-saat tertentu, baik akibat kurang atau tidak memuaskannya hubungan yang dekat dan intim dengan orang lain (kesepian emosional) maupun karena kurang atau bahkan tidak adanya jaringan sosial (kesepian sosial) yang ditandai dengan ketiadaan kelekatan, integrasi sosial, pengasuhan, kepastian nilai, aliansi, dan bimbingan.

- 1) Kelekatan (*attachment*), yaitu tidak memiliki hubungan yang intim dengan seseorang secara intim dan memberikan rasa keselamatan serta keamanan.
- 2) Integrasi sosial (*social integration*), yakni kurang atau tidak memiliki jaringan hubungan dengan seseorang atau kelompok untuk berbagi minat dan perhatian.
- 3) Pengasuhan (*opportunity for nurturance*), maksudnya adalah merasa tidak memiliki tanggung jawab atas kesejahteraan orang lain, sehingga tidak berkembang perasaan dibutuhkan oleh orang lain.
- 4) Kepastian nilai (*reassurance of worth*), artinya tidak dapat membuktikan kompetensi atau keahlian dan kemampuannya kepada orang lain dan hal tersebut tidak diakui dalam peran sosial.

- 5) Aliansi (*a sense of reliable alliance*), maksudnya adalah tidak memiliki hubungan dengan seseorang yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan yang berkelanjutan dalam keadaan apapun.
- 6) Bimbingan (*the obtaining of guidance*), yaitu tidak memiliki hubungan dengan orang-orang yang dapat dipercaya dan berwibawa serta dapat memberikan dukungan emosional dan saling membantu.

#### **3.4.1.2 Mahasiswa Pengguna Media Sosial**

Mahasiswa pengguna media sosial merupakan mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling FIP UPI angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022 berusia 18 sampai 25 yang menggunakan media sosial, baik secara aktif maupun pasif, dan sedang mengalami kesepian. Penggunaan media sosial mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling FIP UPI angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022 dilihat dari tiga aspek, yaitu durasi, aktivitas, dan motif.

- 1) Durasi, mengacu pada waktu yang dihabiskan untuk menggunakan media sosial. Aspek ini meliputi, lama waktu mengakses media sosial ketika kesepian dan waktu mulai menggunakan media sosial ketika kesepian.
- 2) Aktivitas, merupakan kegiatan fungsional yang dilakukan ketika menggunakan media sosial. Aspek ini terdiri dari mengakses media sosial ketika kesepian, perangkat, jumlah dan macam media sosial yang digunakan ketika kesepian, serta konten media sosial yang diakses ketika kesepian.
- 3) Motif, adalah alasan yang melatarbelakangi penggunaan media sosial ketika kesepian.

#### **3.4.1.3 Layanan Bimbingan dan Konseling Bidang Sosial untuk Mengatasi Kesepian**

Layanan bimbingan dan konseling bidang sosial adalah proses pemberian bantuan kepada mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling FIP UPI angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022 yang mengalami kesepian untuk memahami lingkungan dan dapat berinteraksi sosial secara positif, mampu mengatasi masalah kesepian yang dialami, mampu menyesuaikan diri dan memiliki hubungan harmonis dengan lingkungan sosial.

### 3.4.2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian

Kisi-kisi dikembangkan dengan mengacu pada teori kesepian yang dikembangkan oleh Weiss yang membagi kesepian menjadi dua dimensi, yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Kedua dimensi tersebut diturunkan ke dalam enam ketentuan sosial yang berkontribusi pada kesepian, yaitu kelekatan, integrasi sosial, pengasuhan, kepastian nilai, aliansi, dan bimbingan. Sementara itu, untuk penggunaan media sosial, mengacu pada tiga aspek pola penggunaan media sosial, yaitu durasi, aktivitas. Tabel 3.2 berikut merupakan kisi-kisi instrumen kesepian mahasiswa pengguna media sosial yang akan digunakan dalam penelitian.

**Tabel 3.2**  
**Kisi-Kisi Instrumen Kesepian Mahasiswa Pengguna Media Sosial**

<b>BAGIAN I: Kesepian Mahasiswa</b>				
<b>No.</b>	<b>Dimensi</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Item</b>	<b>Total Item</b>
1	Kesepian emosional	Tidak memiliki seseorang yang memberikan rasa aman dan betah	1, 2, 3, 4, 5	5
		Tidak memiliki rasa tanggung jawab atas kesejahteraan orang lain dan merasa dibutuhkan	6, 7, 8	3
		Tidak memiliki seseorang yang dapat dipercaya dan dapat memberikan dukungan emosional serta bantuan	9, 10, 11	3
2	Kesepian sosial	Tidak memiliki jaringan sosial yang berbagi minat dan perhatian	12, 13, 14, 15, 16	5
		Tidak dapat membuktikan kompetensi dan diakui dalam peran sosial	17, 18, 19	3
		Tidak memiliki seseorang yang dapat diharapkan dan diandalkan untuk memberikan bantuan dalam keadaan apapun	20, 21, 22	3
<b>Jumlah Total Item</b>				<b>22</b>

<b>BAGIAN II: Pola Penggunaan Media Sosial Mahasiswa yang Kesepian</b>				
<b>No.</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Item</b>	<b>Total Item</b>
1	Aktivitas	Mengakses media sosial ketika kesepian	1, 2, 3	3
		Macam media sosial yang digunakan ketika kesepian	4, 5, 6	3
		Konten media sosial yang mengurangi kesepian	14, 15, 16, 17, 18	5
2	Durasi	Lama mengakses media sosial ketika kesepian	7, 8, 9	3
3	Motif	Mengakses media sosial untuk mengurangi kesepian	10, 11, 12, 13	4
<b>Jumlah Total Item</b>				18

### 3.4.3 Uji Kelayakan Instrumen

Uji kelayakan instrumen atau *judgement* dilakukan untuk menguji kesesuaian konstruk instrumen dengan landasan teoretis, konten dan isi instrumen, serta ketepatan bahasa yang digunakan. Uji kelayakan yang dilakukan memberikan hasil yang menjadikan instrumen lebih layak untuk digunakan dalam penelitian sebagai alat pengumpul data. Uji kelayakan instrumen dilakukan oleh dua Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling FIP UPI. dengan memberikan penilaian pada setiap item dengan kategori “Memadai (M)” dan “Tidak Memadai (TM)”. Item yang memadai dapat langsung digunakan, sedangkan item yang tidak memadai harus direvisi sebelum digunakan atau dapat tidak digunakan (dihapus). Tabel 3.3 berikut hasil uji kelayakan instrumen yang telah dilakukan.

**Tabel 3.3**  
**Hasil Uji Kelayakan Instrumen**

<b>Variabel</b>		<b>Hasil</b>		<b>No. Item</b>	<b>Jumlah</b>
Kesepian Mahasiswa Pengguna Media Sosial	Bagian I: Kesepian mahasiswa	Memadai (M)		3, 4, 13, 14, 21, 22	6
		Tidak Memadai (TM)	Revisi	1, 2, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 15, 16, 17, 19, 20	16
			Tidak Digunakan	-	0
	<b>Total Item</b>				22
	Bagian II:	Memadai (M)		1, 2, 3, 4, 5, 6, 7,	16

Variabel		Hasil		No. Item	Jumlah
	Pola Penggunaan Media Sosia			8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	
		Tidak Memadai™	Revisi	17, 18	2
		Tidak Digunakan	-	0	
<b>Total Item</b>					18

### 3.4.4 Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen dilakukan untuk menguji kemudahan instrumen kesepian mahasiswa pengguna media sosial untuk dibaca dan dipahami oleh responden. Uji keterbacaan dilakukan kepada tujuh mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia angkatan 2019, 2021, dan 2022. Hasilnya, semua mahasiswa dapat memahami setiap butir item pernyataan.

### 3.4.5 Uji Validitas Instrumen

Uji validitas instrumen dilakukan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu instrumen yang nantinya digunakan dalam mengungkap tingkat kesepian mahasiswa pengguna media sosial. Validitas mengacu pada apakah klaim dan keputusan yang dibuat berdasarkan hasil penilaian instrumen masuk akal, bermakna, dan berguna untuk tujuan hasil yang dimaksudkan (Sheperis et al., 2020). Uji validitas instrumen menggunakan teknik *Point-Biserial Correlation* dengan bantuan *software* IBM SPSS versi 26. Interpretasi uji validitas mengacu pada pedoman umum yang dibuat Sheperis et al. (2020) yang ditunjukkan pada Tabel 3.4 berikut.

**Tabel 3.4**  
**Panduan Umum Interpretasi Validitas**

Skor	Kategori
>.50	<i>Very High</i>
.40-.49	<i>High</i>
.21-.39	<i>Moderate/Acceptable</i>
<.21	<i>Low/Unacceptable</i>

Dalam uji validitas *Point-Biserial Correlation* suatu item dikatakan valid apabila nilai *Point-Biserial Correlation* lebih besar dari 0.30 ( $r_{pb} > 0.30$ ). Setelah

uji validitas dilakukan pada *software* IBM SPSS versi 26, didapat hasil empat item dinyatakan tidak valid, yaitu dua item pada dimensi kesepian emosional (item 1, item 7) dan dua item pada dimensi kesepian sosial (item 13, item 17). Tabel 3.5 berikut menyajikan perincian hasil uji validitas instrumen yang diperoleh.

**Tabel 3.5**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen**

No. Item	rpb > 0.30		Validitas	Kategori
1	0.234	0.30	Tidak Valid	<i>Moderate/Acceptable</i>
2	0.447	0.30	Valid	<i>High</i>
3	0.452	0.30	Valid	<i>High</i>
4	0.644	0.30	Valid	<i>Very High</i>
5	0.649	0.30	Valid	<i>Very High</i>
6	0.439	0.30	Valid	<i>High</i>
7	0.289	0.30	Tidak Valid	<i>Moderate/Acceptable</i>
8	0.409	0.30	Valid	<i>High</i>
9	0.493	0.30	Valid	<i>High</i>
10	0.433	0.30	Valid	<i>High</i>
11	0.449	0.30	Valid	<i>High</i>
12	0.365	0.30	Valid	<i>Moderate/Acceptable</i>
13	0.167	0.30	Tidak Valid	<i>Low/Unacceptable</i>
14	0.549	0.30	Valid	<i>Very High</i>
15	0.548	0.30	Valid	<i>Very High</i>
16	0.449	0.30	Valid	<i>High</i>
17	0.172	0.30	Tidak Valid	<i>Low/Unacceptable</i>
18	0.351	0.30	Valid	<i>Moderate/Acceptable</i>
19	0.567	0.30	Valid	<i>Very High</i>
20	0.512	0.30	Valid	<i>Very High</i>
21	0.433	0.30	Valid	<i>High</i>
22	0.411	0.30	Valid	<i>High</i>

### 3.4.6 Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrumen dilakukan untuk mengukur sejauh mana instrumen dapat diandalkan, stabil, dan konsisten. Stabil artinya skor harus hampir sama ketika dilakukan pengolahan instrumen beberapa kali pada waktu yang berbeda, sedangkan konsisten artinya pertanyaan-pertanyaan dalam instrumen dijawab dengan cara yang sama (Creswell, 2012). Dengan uji reliabilitas, dapat diketahui suatu instrumen dapat dipercaya atau tidak untuk digunakan dalam mengumpulkan data. Uji reliabilitas instrumen menggunakan metode Kuder-Richardson (K-R 20) dengan bantuan *software* IBM SPSS versi 26, dan interpretasi uji reliabilitas mengacu pada kriteria yang dibuat Sheperis et al. (2020) yang ditunjukkan pada Tabel 3.6.

**Tabel 3.6**  
**Kriteria Reliabilitas**

Skor	Kategori
>.90	<i>Very High</i>
.80-.89	<i>High</i>
.70-.79	<i>Acceptable</i>
.60-.69	<i>Moderate/Acceptable</i>
<.59	<i>Low/Unacceptable</i>

Setelah uji reliabilitas Kuder-Richardson (K-R 20) dengan bantuan *software* IBM SPSS versi 26, didapat hasil nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.861 yang mana nilai tersebut berada pada kategori *High* (lihat Tabel 3.7). maka dari itu, instrumen ini memiliki tingkat konsistensi yang tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa instrumen ini layak untuk digunakan dalam penelitian.

**Tabel 3.7**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

Reliability Statistics		
Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardizes Items	N of Item
0.861	0.886	18

### 3.4.7 Kisi-Kisi Instrumen Setelah Uji Coba

Berdasarkan hasil uji coba instrumen yang telah dilakukan, beberapa item dalam instrumen gugur/tidak dapat digunakan. Jumlah item yang awalnya 40 (Bagian I: 22 dan Bagian II: 18) menjadi 36 item (Bagian I: 18 dan Bagian II: 18). Kisi-kisi instrumen kesepian mahasiswa pengguna media sosial setelah dilakukan pengujian dijabarkan pada Tabel 3.8 berikut.

**Tabel 3. 8**  
**Kisi-Kisi Instrumen Kesepian Mahasiswa Pengguna Media Sosial Setelah Pengujian**

<b>BAGIAN I: Kesepian Mahasiswa</b>				
<b>No.</b>	<b>Dimensi</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Item</b>	<b>Total Item</b>
1	Kesepian emosional	Tidak memiliki seseorang yang memberikan rasa aman dan betah	1, 2, 3, 4	4
		Tidak memiliki rasa tanggung jawab atas kesejahteraan orang lain dan merasa dibutuhkan	5, 6	2
		Tidak memiliki seseorang yang dapat dipercaya dan dapat memberikan dukungan emosional serta bantuan	7, 8, 9	3
2	Kesepian sosial	Tidak memiliki jaringan sosial yang berbagi minat dan perhatian	10, 11, 12, 13	4
		Tidak dapat membuktikan kompetensi dan diakui dalam peran sosial	14, 15	2
		Tidak memiliki seseorang yang dapat diharapkan dan diandalkan untuk memberikan bantuan dalam keadaan apapun	16, 17, 18	3
<b>Jumlah Total Item</b>				<b>18</b>
<b>BAGIAN II: Pola Penggunaan Media Sosial Mahasiswa yang Kesepian</b>				
<b>No.</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Item</b>	<b>Total Item</b>
1	Aktivitas	Mengakses media sosial ketika kesepian	1, 2, 3	3
		Macam media sosial yang digunakan ketika kesepian	4, 5, 6	3

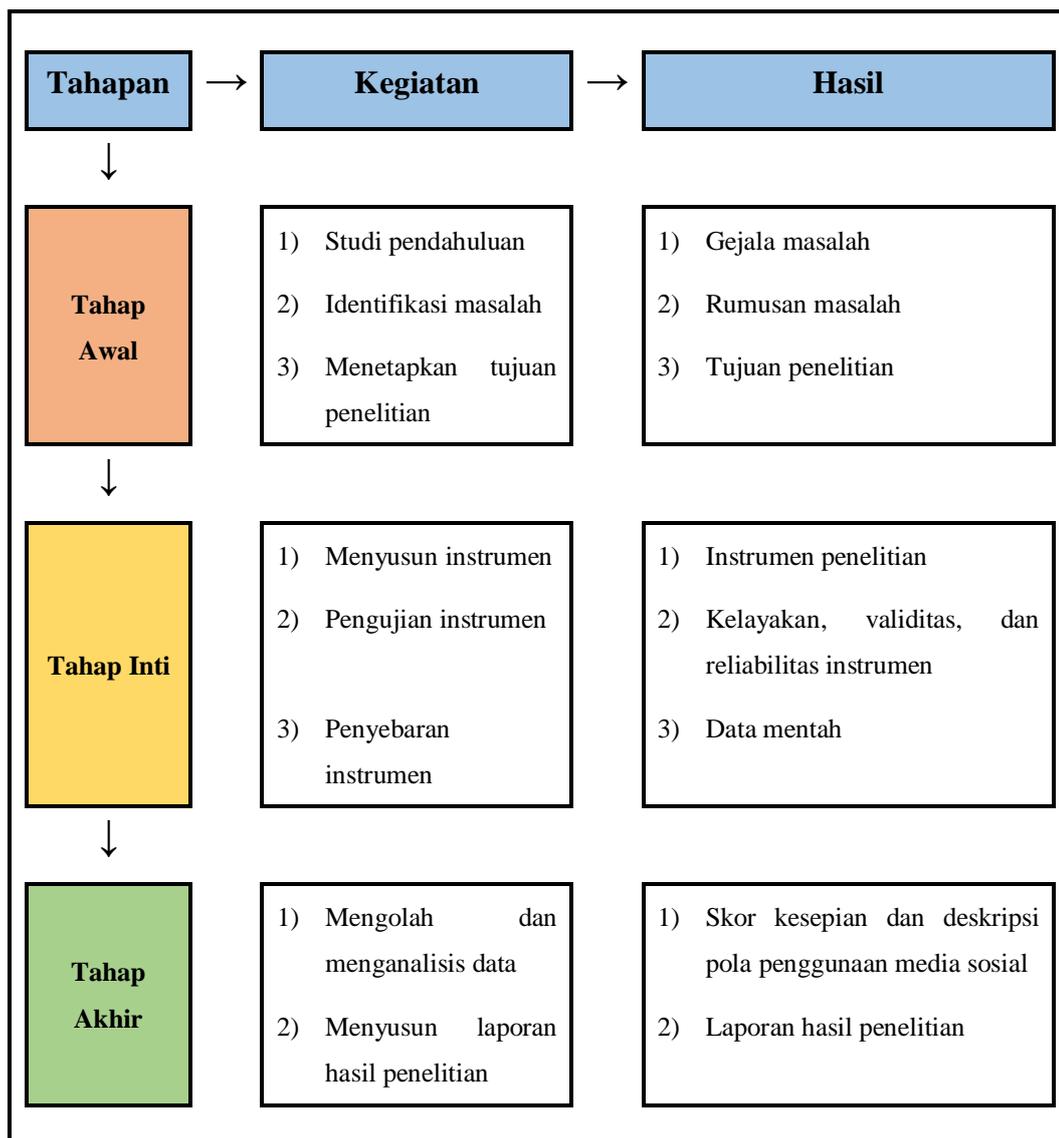
<b>BAGIAN II: Pola Penggunaan Media Sosial Mahasiswa yang Kesepian</b>				
<b>No.</b>	<b>Aspek</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Item</b>	<b>Total Item</b>
		Konten media sosial yang mengurangi kesepian	14, 15, 16, 17, 18	5
2	Durasi	Lama mengakses media sosial ketika kesepian	7, 8, 9	3
3	Motif	Mengakses media sosial untuk mengurangi kesepian	10, 11, 12, 13	4
<b>Jumlah Total Item</b>				18

### 3.5 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap awal, tahap inti, dan tahap akhir. Tahap awal merupakan tahap persiapan yang diawali dengan melakukan studi pendahuluan berupa studi literatur untuk mengetahui gejala masalah yang ada. Kemudian dilakukan identifikasi masalah untuk mendapatkan rumusan masalah penelitian. Setelah itu, tujuan penelitian ditetapkan dan didapat topik penelitian.

Tahap inti atau pelaksanaan diawali dengan menyusun instrumen penelitian yang mengacu pada *grand theory* yang digunakan. Instrumen yang telah disusun diuji terlebih dahulu untuk memastikan kelayakan instrumen dijadikan sebagai alat ukur, mulai dari uji kelayakan, uji keterbacaan, uji validitas dan uji reliabilitas. Setelah instrumen dinyatakan valid dan reliabel, instrumen disebarkan kepada populasi penelitian melalui *google form*, disertai permohonan izin kesediaan berpartisipasi dalam penelitian.

Tahap akhir atau penutup, yaitu tahap pengolahan dan analisis data. Tahap ini diawali dengan verifikasi data, penyekoran data, dan pengkategorian data, sehingga didapat gambaran kecenderungan kesepian mahasiswa. Sementara itu, untuk bagian pola penggunaan media sosial, data hanya dideskripsikan, tidak ada penyekoran dan pengkategorian data. Hasil yang didapat kemudian dijadikan dasar dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling. Prosedur penelitian juga dapat dilihat pada Gambar 3.1.



**Gambar 3.1** Prosedur Penelitian

### 3.6 Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan statistika deskriptif untuk melihat kecenderungan kesepian dan pola penggunaan media sosial mahasiswa. Statistika deskriptif digunakan untuk menjelaskan tren atau kecenderungan keseluruhan dalam data dengan menunjukkan kecenderungan umum dalam data (mean, median, modus) (Creswell, 2012). Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan dari perangkat lunak SPSS versi 26 dan Microsoft Excel Professional Pro 2019. Berikut dipaparkan proses pengolahan data untuk menjawab pertanyaan penelitian.

### 3.6.1 Verifikasi Data

Verifikasi data dilakukan untuk memeriksa data telah bebas dari kesalahan (Thomas & Hersen, 2003). Data diseleksi untuk menentukan data yang dianggap layak diolah. Verifikasi data dilakukan dengan memeriksa data yang telah terkumpul sesuai dengan petunjuk pengerjaan instrumen, mentabulasi data, melakukan penyekoran pada setiap item, dan melakukan perhitungan statistika sesuai kebutuhan.

### 3.6.2 Penyekoran Data

Penyekoran data merupakan langkah pemberian skor pada setiap respons yang diberikan responden. Semua item dinilai berdasarkan dua pilihan jawaban, yaitu “Ya” dan “Tidak”. Setiap item dengan jawaban “Ya” diberi skor “1” dan setiap jawaban “Tidak” diberi skor “0” (lihat Tabel 3.9).

**Tabel 3.9**  
**Skor Pilihan Jawaban Instrumen Kesepian**

Jawaban	Skor
Ya	1
Tidak	0

Instrumen bagian dua, pola penggunaan media sosial mahasiswa yang kesepian tidak memiliki skor. Respons dari responden diolah secara deskriptif dengan menjelaskan kecenderungan respons berdasarkan pilihan jawaban.

### 3.6.3 Kategorisasi Data

Data penelitian yang telah lulus verifikasi dan diberi skor selanjutnya diolah dengan menetapkan kategori kesepian mahasiswa Prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022. Total skor kesepian yang didapat antara 0-18 dengan skor rata-rata ( $\bar{X}$ ) antara 0-1 dan dikategorikan menjadi tiga tingkatan, yaitu tidak kesepian, cukup kesepian, dan sangat kesepian. Skor yang digunakan untuk kategori adalah skor rata-rata ( $\bar{X}$ ). Penentuan rentang skor setiap kategori ditentukan dengan rumus berikut.

Rentang Skor Kategori	$= \frac{X_{max} - X_{min}}{Jumlah\ Kategori}$ $= \frac{1 - 0}{3}$ $= \frac{1}{3}$ $= 0,33$
Keterangan:	
Xmax	: Skor maksimal/terbesar per item
Xmin	: Skor minimal/terkecil per item
Jumlah Kategori	: Banyaknya kategori

Berdasarkan hasil perhitungan, maka kategori tidak kesepian ( $\bar{X} \leq 0,33$ ), cukup kesepian ( $0,33 > \bar{X} \leq 0,66$ ), dan sangat kesepian ( $\bar{X} \geq 0,67$ ). Tabel 3.10 berikut menjabarkan kategorisasi kesepian berdasarkan rata-rata skor.

**Tabel 3.10**  
**Kategori Kesepian berdasarkan Rata-Rata Skor**

Kategori	Skor	Keterangan
Tidak Kesepian	$\bar{X} \leq 0,33$	Mahasiswa yang memiliki kualitas dan kuantitas hubungan sosial yang baik. Mereka menunjukkan 0-6 karakteristik kesepian, baik pada indikator tidak memiliki seseorang yang memberikan rasa aman dan betah, tidak memiliki tanggung jawab atas kesejahteraan orang lain, tidak memiliki orang yang dipercaya dan memberi dukungan emosional, tidak memiliki jaringan sosial untuk berbagi minat, tidak diakui dalam peran sosial, maupun tidak memiliki orang yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan.

Kategori	Skor	Keterangan
Cukup Kesepian	$0,33 > \bar{X} \leq 0,66$	Mahasiswa yang memiliki kualitas dan kuantitas hubungan sosial yang kurang baik. Mereka menunjukkan 7-12 karakteristik kesepian, baik pada indikator tidak memiliki seseorang yang memberikan rasa aman dan betah, tidak memiliki tanggung jawab atas kesejahteraan orang lain, tidak memiliki orang yang dipercaya dan memberi dukungan emosional, tidak memiliki jaringan sosial untuk berbagi minat, tidak diakui dalam peran sosial, maupun tidak memiliki orang yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan.
Sangat Kesepian	$\bar{X} \geq 0,67$	Mahasiswa yang memiliki kualitas dan kuantitas hubungan sosial yang tidak baik. Mereka menunjukkan 13-18 karakteristik kesepian, baik pada indikator tidak memiliki seseorang yang memberikan rasa aman dan betah, tidak memiliki tanggung jawab atas kesejahteraan orang lain, tidak memiliki orang yang dipercaya dan memberi dukungan emosional, tidak memiliki jaringan sosial untuk berbagi minat, tidak diakui dalam peran sosial, maupun tidak memiliki orang yang dapat diandalkan untuk memberi bantuan.