

Nomor: 175/BK/08/S/2024

**RANCANGAN BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL UNTUK MEMBANTU  
MENGATASI KESEPIAN PADA SISWA  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

**SKRIPSI**

diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam  
bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling



**oleh:**

Rosiana Della Puspita

NIM. 2006744

**PROGRAM STUDI SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2024**

**LEMBAR HAK CIPTA**

**RANCANGAN BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL UNTUK MEMBANTU  
MENGATASI KESEPIAN PADA SISWA  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

oleh:

Rosiana Della Puspita

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana  
Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

© Rosiana Della Puspita

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Skripsi tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang,  
difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

**LEMBAR PENGESAHAN**

**Rosiana Della Puspita**

**NIM 2006744**

**RANCANGAN BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL UNTUK MEMBANTU  
MENGATASI KESEPIAN PADA SISWA  
SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

**Disetujui dan disahkan oleh:**

**Pembimbing I**



**Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd.**

**NIP. 19660601 199103 1 005**

**Pembimbing II**



**Rina Nurhudi Ramdhani, M.Pd.**

**NIP. 92019021 1993031 1 201**

**Menyetujui,**

**Ketua Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling**

**Fakultas Ilmu Pendidikan**

**Universitas Pendidikan Indonesia**



**Dr. Ipah Saripah, M.Pd.**

**NIP. 19771014 200112 2 001**

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan skripsi dengan judul **“Rancangan Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Membantu Mengatasi Kesepian Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama”** ini beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan ketentuan penulisan karya ilmiah. Atas pernyataan ini, saya menanggung risiko/sanksi yang diputuskan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya.

Bandung, Agustus 2024



Rosiana Della Puspita

NIM 2006744

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadiran Allah Swt. yang telah memberikan rahmat dan juga hidayah-Nya sehingga penulis mampu mendapatkan kesempatan dan kekuatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul **“Rancangan Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Membantu Mengatasi Kesepian Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama.”** Tak lupa, shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memberi syafaat kepada para keluarganya, sahabatnya, dan sampai kepada kita selaku umatnya.

Skripsi yang disusun oleh penulis merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling. Hasil penelitian yang diperoleh menggambarkan kesepian siswa kelas IX SMP, serta rancangan bimbingan pribadi-sosial untuk membantu mengatasi kesepian pada remaja. Peneliti berharap hasil penelitian dalam skripsi ini dapat berkontribusi dalam bidang pendidikan, terutama bidang bimbingan dan konseling.

Proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan dan tantangan. Akan tetapi, dengan berbagai dukungan dan bantuan pihak yang telah terlibat, sehingga *alhamdulillah* skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun sebagai bahan refleksi, evaluasi, dan wawasan baru bagi penulis dan penelitian selanjutnya. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi yang telah disusun ini dapat memberikan berbagai manfaat, baik untuk penulis, pembaca, dan seluruh pihak yang terkait.

Bandung, Agustus 2024



Rosiana Della Puspita

NIM. 2006744

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur atas nikmat, rahmat, dan karunia Allah Swt. sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling. Penulis menyadari bahwa proses penulisan skripsi ini tidak mungkin dapat diselesaikan tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd., dan Ibu Rina Nurhudi Ramdhani, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II yang selalu memberikan berbagai saran, kritik, serta wawasan melalui bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
2. Dr. Ipah Saripah, M.Pd. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling beserta jajarannya yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi.
3. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan bimbingan selama menempuh studi.
4. Drs. Sudaryat Nurdin Ahmad, M.Pd., selaku dosen statistika yang telah berkenan memberikan waktu, masukan, tenaga, ilmu, serta arahan kepada penulis terkait pengolahan data selama proses pengerjaan skripsi ini.
5. Staf Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI, yaitu Ibu Fiji, dan Bapak Rahadian yang telah memberikan dukungan dan kemudahan perihal administrasi selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
6. Kepala Sekolah dan Wakil Kepala Sekolah SMP Negeri 7 Bandung beserta staf dan guru yang telah memberikan izin dan membantu dalam proses pelaksanaan penelitian.
7. Ibu Yuyu Yuliasih, S.Pd., Ibu Idah Rosyidah, S.Pd., dan Bapak Ari Kurniawan, S.Pd., selaku guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 7 Bandung yang telah banyak membantu dalam proses pelaksanaan penelitian.
8. Seluruh siswa kelas IX SMP Negeri 7 Bandung yang telah bersedia berpartisipasi dalam pengisian instrumen penelitian skripsi.

9. Kedua orang tua tercinta, Ayahanda Edi Santoso (Alm.), dan Ibunda Anis Sugiarni, yang selalu memberikan doa yang tiada hentinya, dukungan, motivasi, serta finansial kepada penulis hingga mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan lancar.
10. Nenek tercinta dan tersayang, Dasri Sriyati, yang tiada hentinya mendoakan, memberikan dukungan positif, dan segala bentuk bantuan yang diberikan dengan tulus kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
11. Kakak-kakak tersayang, Fajar Pramudita, Riyan Hartanto, dan Salma Rimadani yang telah memberikan kasih sayang, motivasi, dan bantuannya baik secara moril maupun materil.
12. Irland Fariz Alfaridzi, yang senantiasa selalu mendampingi, memotivasi, mendengarkan kisah haru dan pilu penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Dorongan dan bantuanmu sangat berarti sehingga membuat segala tantangan terasa lebih ringan.
13. Teman seperjuangan, Meyliani Latifah yang senantiasa kebersamai penulis baik dalam keadaan suka maupun duka dari awal masa perkuliahan sampai proses penyelesaian skripsi.
14. Seluruh pihak yang terlibat dalam proses penelitian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, semoga kebaikan dan kemudahan selalu kebersamai.

Dengan kerendahan hati, sekali lagi penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan menjadi tabungan amal dan diganti berkali lipat oleh Allah Swt.

Bandung, Agustus 2024

Penulis,



Rosiana Della Puspita

NIM. 2006744

## ABSTRAK

### **Rosiana Della Puspita (2024). “Rancangan Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Membantu Mengatasi Kesepian pada Siswa Sekolah Menengah Pertama”**

Kesepian merupakan kondisi psikologis yang sering kali muncul pada usia remaja, khususnya jenjang Sekolah Menengah Pertama yang dapat mempengaruhi pembentukan identitas sosial mereka. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan akan diikutsertakan, diterima, dan dihargai merupakan hal yang penting di lingkungan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk merancang suatu layanan bimbingan pribadi-sosial yang dapat membantu mengatasi kesepian pada siswa kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian deskriptif, desain penelitian yang digunakan adalah survey. Populasi penelitian melibatkan seluruh siswa kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025, dengan sampel jenuh sebanyak 341 siswa. Hasil penelitian yang diperoleh mengenai rancangan bimbingan pribadi-sosial untuk membantu mengatasi kesepian pada siswa kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025 yang menunjukkan kategori kesepian “Cukup Kesepian”, yang artinya siswa sering mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan situasi kehilangan dan meragukan kemampuannya untuk mengatasi kondisi tersebut. Selain itu, ditemukan perbedaan signifikan berdasarkan jenis kelamin, dengan remaja perempuan menunjukkan tingkat kesepian lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki, serta terdapat perbedaan signifikan berdasarkan usia, di mana remaja usia 14 tahun mengalami kesepian yang lebih nyata dibandingkan remaja usia 15 tahun.

**Kata Kunci:** Kesepian, Siswa, Bimbingan, Pribadi-Sosial.



## **ABSTRACT**

### **Rosiana Della Puspita (2024). “Personal-Social Guidance Design to Help Overcome Loneliness in Junior High School Students”**

*Loneliness is a psychological condition that often arises in adolescence, especially at the junior high school level, which can affect the formation of their social identity. This is because the need to be included, accepted, and valued is important in their social environment. This study aims to design a personal-social guidance service that can help overcome loneliness in class IX students of SMPN 7 Bandung in the 2024/2025 academic year. The research used a quantitative approach with descriptive research methods, the research design used was a survey. The research population involved all ninth grade students of SMPN 7 Bandung in the academic year 2024/2025, with a saturated sample of 341 students. The results obtained regarding the design of personal-social guidance to help overcome loneliness in ninth grade students of SMPN 7 Bandung in the 2024/2025 academic year show that the loneliness category is “Moderate Loneliness”, which means that students often have difficulty adjusting to situations of loss and doubt their ability to overcome these conditions. In addition, significant differences were found based on gender, with female adolescents showing higher levels of loneliness than male adolescents, and there were significant differences based on age, where adolescent aged 14 years experienced more pronounced loneliness than adolescents aged 15 years.*

**Keywords:** *Loneliness, Students, Guidance, Personal-Social.*

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b><i>ABSTRACT</i> .....</b>	<b><i>vi</i></b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR DIAGRAM .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2    Identifikasi dan Rumusan Masalah .....	6
1.3    Tujuan Penelitian.....	7
1.4    Manfaat Penelitian .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
1.5    Struktur Organisasi Skripsi .....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA KESEPIAN DAN BIMBINGAN PRIBADI-SOSIAL .....</b>	<b>9</b>
2.1    Konsep Kesepian.....	9
2.2    Siswa sebagai Remaja .....	24
2.3    Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Mengatasi Kesepian.....	27
2.4    Penelitian Terdahulu.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>35</b>
3.1    Desain Penelitian.....	35
3.2    Partisipan Penelitian.....	36

3.3	Populasi dan Sampel .....	36
3.4	Instrumen Penelitian .....	37
3.5	Pengembangan Bimbingan Pribadi-Sosial.....	45
3.6	Prosedur Penelitian .....	46
3.7	Analisis Data .....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>52</b>
4.1	Deskripsi Hasil Penelitian.....	52
4.1.1	Gambaran Umum Kesepian Siswa Kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025 .....	52
4.1.2	Gambaran Umum Kesepian Siswa SMP Berdasarkan Aspek.....	54
4.1.3	Gambaran Kesepian Siswa SMP Berdasarkan Usia .....	57
4.1.4	Gambaran Kesepian Siswa SMP Berdasarkan Jenis Kelamin.....	58
4.2	Pembahasan Hasil Penelitian .....	59
4.2.1	Gambaran Umum Kesepian Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025.....	59
4.2.2	Gambaran Umum Kesepian Siswa SMP Berdasarkan Aspek.....	62
4.2.3	Gambaran Umum Kesepian Siswa SMP Berdasarkan Usia .....	68
4.2.4	Gambaran Umum Kesepian Siswa SMP Berdasarkan Jenis Kelamin	70
4.3	Rumusan Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Membantu Siswa SMP Mengatasi Kesepian .....	72
4.4	Keterbatasan Penelitian.....	80
<b>BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI.....</b>		<b>81</b>
5.1	Simpulan .....	81
5.2	Rekomendasi.....	83
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>84</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>90</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3. 1 Partisipan Penelitian .....</b>	<b>37</b>
<b>Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Instrumen Kesepian .....</b>	<b>39</b>
<b>Tabel 3. 3 Hasil Uji Keterbacaan .....</b>	<b>40</b>
<b>Tabel 3. 4 <i>Output</i> Uji Validitas Instrumen .....</b>	<b>41</b>
<b>Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Instrumen .....</b>	<b>42</b>
<b>Tabel 3. 6 Kategorisasi Reliabilitas Instrumen.....</b>	<b>43</b>
<b>Tabel 3. 7 <i>Output</i> Uji Reliabilitas Instrumen Kesepian .....</b>	<b>44</b>
<b>Tabel 3. 8 Kisi-Kisi Instrumen Kesepian Setelah Uji Coba.....</b>	<b>45</b>
<b>Tabel 3. 9 Pedoman Skor Instrumen Kesepian .....</b>	<b>48</b>
<b>Tabel 3. 10 Kategorisasi Skor Kesepian .....</b>	<b>49</b>
<b>Tabel 3. 11 Interpretasi Skor .....</b>	<b>50</b>
<b>Tabel 4. 1 Kriteria Skor Ideal Gambaran Kesepian pada Siswa Kelas IX... 52</b>	<b>52</b>
<b>Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Kesepian Berdasarkan Aspek Kognitif..... 55</b>	<b>55</b>
<b>Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Kesepian berdasarkan Aspek Afektif..... 55</b>	<b>55</b>
<b>Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Kesepian berdasarkan Aspek Perilaku..... 56</b>	<b>56</b>
<b>Tabel 4. 5 Gambaran Kesepian Siswa SMP berdasarkan Usia .....</b>	<b>57</b>
<b>Tabel 4. 6 Gambaran Kesepian Siswa SMP Berdasarkan Jenis Kelamin .... 58</b>	<b>58</b>
<b>Tabel 4. 7 Deskripsi Kebutuhan Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Membantu Mengatasi Kesepian Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025.....</b>	<b>74</b>
<b>Tabel 4. 8 Rumusan Tujuan Khusus Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Membantu Mengatasi Kesepian pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025.....</b>	<b>76</b>
<b>Tabel 4. 9 Rencana Kegiatan (<i>Action Plan</i>) Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Siswa Kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun Ajaran 2024/2025.....</b>	<b>77</b>

## DAFTAR DIAGRAM

<b>Diagram 4.1</b>	<b>Gambaran Umum Kesenian Pada Siswa Kelas IX.....</b>	<b>53</b>
<b>Diagram 4.2</b>	<b>Gambaran Kesenian Berdasarkan Aspek Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 7 Bandung Tahun 2024.....</b>	<b>54</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Surat Keputusan Pengangkatan Dosen Pembimbing .....	92
Lampiran 1. 2 Surat Permohonan Izin Melaksanakan Penelitian .....	93
Lampiran 1. 3 Surat Telah Melaksanakan Penelitian .....	94
Lampiran 1. 4 Surat Permohonan <i>Judgement</i> Rancangan Layanan .....	95
Lampiran 1. 5 Surat Rekomendasi Ujian Sidang .....	98
Lampiran 1. 6 Surat Rekomendasi Uji Plagiarisme .....	99
Lampiran 1. 7 Lembar Bimbingan Skripsi.....	100
Lampiran 2. 1 Surat Izin Peminjaman Instrumen .....	102
Lampiran 2. 2 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian .....	103
Lampiran 2. 3 Instrumen Penelitian Sebelum Uji Coba .....	104
Lampiran 2. 4 Instrumen Penelitian Setelah Uji Coba .....	107
Lampiran 3. 1 Data Mentah Penelitian.....	111
Lampiran 3. 2 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen .....	134
Lampiran 3. 3 Hasil Uji Validitas Instrumen .....	141
Lampiran 3. 4 Hasil Uji Reliabilitas.....	144
Lampiran 3. 5 Data Mentah Uji Beda.....	145
Lampiran 3. 6 Hasil Uji Beda .....	152
Lampiran 4. 1 Hasil <i>Judgement</i> Rancangan Layanan.....	155
Lampiran 4.2 Rancangan Layanan Bimbingan Pribadi-Sosial untuk Membantu Mengatasi Kesepian pada Siswa Sekolah Menengah Pertama.	158

## DAFTAR PUSTAKA

- Al Kathib, S. A. (2012). Exploring the Relationship among Loneliness, Self-Esteem, Self-Efficacy, and Gender in United Arab Emirates College Students. *Europe's Journal of Psychology*, 8(1), 159-181. <https://doi.org/10.5964/ejop.v8i1.301>
- Allen, R. L., & Oshagan, H. (1995). The UCLA Loneliness Scale: Invariance of Social Structural Characteristics. *Personality and Individual Differences*, 19(2), 185-195. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(95\)00025-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(95)00025-2)
- Amalia, M., Sahara, E. R., Rizqina, D. L., & Zuhro'Fitriana, A. Q. (2023). Efektivitas Self Esteem dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Pada Kesehatan Mental Remaja Yatim di Desa Pulkan, Bali. *Jurnal Ekonomika dan Bisnis*, 3(2), 289-294.
- Azwar. (2012). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness Around The World: Age, Gender, and Cultural Differences in Loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169, 110066. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>
- Bayat, N., Fokkema, T., Mujakovic, S., & Ruiters, R. A. (2021). Contextual Correlates of Loneliness in Adolescents. *Children and Youth Services Review*, 127, 106083. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2021.106083>
- Biolcati, R. (2015). *Feeling Alone among Friends: Adolescence, Social Networks and Loneliness*. <https://www.researchgate.net/publication/301633117>
- Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2012). The Phenotype of Loneliness. In *European Journal of Developmental Psychology*, 9(4), pp. 446–452. <https://doi.org/10.1080/17405629.2012.690510>
- Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). Loneliness in the Modern Age: An Evolutionary Theory of Loneliness (ETL). In *Advances in Experimental Social Psychology*, 55, pp. 127–197. Academic Press Inc. <https://doi.org/10.1016/bs.aesp.2018.03.003>
- Canli, T., Yu, L., Yu, X., Zhao, H., Fleischman, D., Wilson, R. S., ... & Bennett, D. A. (2018). Loneliness 5 years Ante-Mortem is Associated with Disease-Related Differential Gene Expression in Postmortem Dorsolateral Prefrontal Cortex. *Translational Psychiatry*, 8(1), 2. <https://www.nature.com/articles/s41398-017-0086-2>
- Casey, B. J., Duhoux, S., & Cohen, M. M. (2010). Adolescence: What Do Transmission, Transition, and Translation Have to do With It?. *Neuron*, 67(5), 749-760.
- Cawthorne, T., Käll, A., Bennett, S., Baker, E., Andersson, G., & Shafran, R. (2023). The Development and Preliminary Evaluation of Cognitive Behavioural Therapy (CBT) for Chronic Loneliness in Young People. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 51(5), 414-431.
- Channitun, Z. A., & Soetikno, N. (2022). Hubungan Kesepian dengan Agresi Pada Remaja Ditinjau dari Pola Komunikasi Orang Tua-Anak. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 6(2), 359-367.
- Chen, L., Cheng, R., & Hu, B. (2021). The Effect of Self-Disclosure on Loneliness in Adolescents During COVID-19: The Mediating Role of Peer

- Christiansen, J., Qualter, P., Friis, K., Pedersen, S. S., Lund, R., Andersen, C. M., ... & Lasgaard, M. (2021). Associations of Loneliness and Social Isolation with Physical and Mental Health among Adolescents and Young Adults. *Perspectives in Public Health*, 141(4), 226-236. <https://doi.org/10.1177/17579139211016077>
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (Fourth Ed.). Boston: Pearson Education.
- Crewdson, J. A. (2016). The Effect of Loneliness in the Elderly Population: A Review. *Healthy Aging & Clinical Care in the Elderly*, 8, 1.
- de Jong Gierveld, J. (1998). A Review of Loneliness: Concept and Definitions, Determinants and Consequences. *Reviews in Clinical Gerontology*, 8(1), 73-80
- Drummond, J. R., & Jones, D. K. (2010). *Assessment Procedures for Counselors and Helping Professionals*. Pearson Education.
- Feist & Feist. (2010). *Teori Kepribadian: Theories of Personality*. Penerjemah: Handrianto. Jakarta: Salemba Humanika.
- Garvin, G. (2017). Hubungan Kecerdasan Sosial dengan Kesepian pada Remaja. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 1(2), 93-99.
- Godin, S., Kim, H., McCormick, K., Trujillo, A., Fitter, M., & Awao, S. (2022). The Link Between Peer Acceptance and Loneliness in Adolescence. <https://doi.org/10.13016/c2oa-vwpr>
- Goosby, B. J., Bellatorre, A., Walsemann, K. M., & Cheadle, J. E. (2013). Adolescent Loneliness and Health in Early Adulthood. *Sociological Inquiry*, 83(4), 505-536.
- Goossens, L. (2018). Loneliness in Adolescence: Insights from Cacioppo's Evolutionary Model. *Child Development Perspectives*, 12(4), 230-234.
- Grygiel, P., Humenny, G., & Rębisz, S. (2019). Using the de Jong Gierveld Loneliness Scale with Early Adolescents: Factor Structure, Reliability, Stability, and External Validity. *Assessment*, 26(2), 151-165.
- Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227
- Hidayati, D. S. (2015). Self-Compassion dan Kesepian. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 154-164.
- Hoffman, L., Paris, S., & Hall, E. (1994). *Developmental Psychology Today* (Sixth Ed.). New York: McGraw-Hill.
- Hogi, E., & Putra, A. J. (2019). Kepribadian Ekstraversi dan Kesepian pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Ilmiah Psikologi*.
- Hojat, M. (1982). Psychometric Characteristics of the UCLA Loneliness Scale: A Study with Iranian College Students. *Educational and Psychological Measurement*, 42(3), 917-925.
- Hurlock, E. B. (1980). *Developmental Psychology: A Life-Span Approach* (Fifth Ed.). New York: McGraw-Hill.



- Indonesia National Adolescent Mental Health Survey. "Hasil Survei I-NAMHS: Satu dari Tiga Remaja Indonesia Memiliki Masalah Kesehatan Mental," Universitas Gadjah Mada, Oct. 24, 2022. <https://ugm.ac.id/id/berita/23086-hasil-survei-i-namhs-satu-dari-tiga-remaja-indonesia-memiliki-masalah-kesehatan-mental> (accessed Nov. 11, 2022).
- Jeong, Y., & Kim, S. H. (2021). Computers in Human Behavior Modification of Socioemotional Processing in Loneliness through Feedback-Based Interpretation Training. *Computers in Human Behavior*, *117*, 10668, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.10668>
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi. (2022). *Implementasi Bimbingan dan Konseling untuk Jenjang Pendidikan Dasar dan Menengah*. Jakarta: Kemdikbudristek.
- Killeen, C. (1998). Loneliness: An Epidemic in Modern Society. *Journal of Advanced Nursing*, *28*(4), 762-770.
- Kirichenko, S., Hipson, W. E., Coplan, R. J., & Mohammad, S. M. (2020). SOLO: A Corpus of Tweets for Examining the State of Being Alone. *arXiv Preprint*. <https://arxiv.org/abs/2006.03096>
- Lase, B. P. (2018). Posisi dan Urgensi Bimbingan Konseling dalam Praktik Pendidikan. *Warta Dharmawangsa*, (58).
- Lasgaard, M. (2007). Reliability and Validity of the Danish Version of the UCLA Loneliness Scale. *Personality and Individual Differences*, *42*(7), 1359-1366.
- León-Moreno, C., Martínez-Ferrer, B., Moreno-Ruiz, D., & Musitu-Ferrer, D. (2021). Forgiveness and Loneliness in Peer-Victimized Adolescents. *Journal of interpersonal violence*, *36*(19-20), 9648-9669. <https://doi.org/10.1177/0886260519869078>
- Lestari, S. F., & Pratiwi, T. I. (2018). Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Siswa Kelas X-MIA 3 SMA Islam Shafta Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, *9*(1), 44-52.
- Li, S., Zhang, X., Luo, C., Chen, M., Xie, X., Gong, F., Lv, F., Xu, J., Han, J., Fu, L., & Sun, Y. (2021). *The Mediating Role of Self-Acceptance in the Relationship between Loneliness and Subjective Well-Being among The Elderly in Nursing Home*, *0*, 1-8.
- Lodder, G. M., Scholte, R. H., Goossens, L., & Verhagen, M. (2017). Loneliness in Early Adolescence: Friendship Quantity, Friendship Quality, and Dyadic Processes. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, *46*(5), 709-720. <https://doi.org/10.1080/15374416.2015.1070352>
- McWhirter, B. T. (1990). Loneliness: A Review of Current Literature, With Implications for Counseling and Research. *Journal of Counseling & Development*, *68*(4), 417-422. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6676.1990.tb02521.x>
- Maes, M., Vanhalst, J., Van den Noortgate, W., & Goossens, L. (2017). Intimate and Relational Loneliness In Adolescence. *Journal of Child and Family Studies*, *26*, 2059-2069.
- Manzilati, A. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif: Paradigma, Metode, dan Aplikasi*. Universitas Brawijaya Press.

- Masi, C. M., Chen, H. Y., Hawkey, L. C., & Cacioppo, J. T. (2011). A Meta-Analysis of Interventions to Reduce Loneliness. *Personality and Social Psychology Review*, 15(3), 219-266.
- Medved, A., & KERESTEŠ, G. (2011). Loneliness in Early Adolescence: Gender And Age Differences And Links With Social Relations. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 20(2 (112)), 457-478. <https://doi.org/10.5559/di.20.2.09>
- Mental Health Foundation. "Loneliness in Young People: Research Briefing," United Kingdom. 2020. <https://www.mentalhealth.org.uk/our-work/public-engagement/unlock-Kesepian/Kesepian-young-people-research-briefing>
- Moore, D., & Schultz Jr, N. R. (1983). Loneliness at Adolescence: Correlates, Attributions, and Coping. *Journal of Youth and Adolescence*, 12(2), 95-100.
- Motta, V. (2021). Key Concept: Loneliness. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 28(1), 71-81.
- Nuramanah, A., Gumilar, A. F., & Chintika, N. D. (2023). Pengaruh Kualitas Lingkungan Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(4), 41-50.
- Neto, F., & Barros, J. (2000). Predictors of Loneliness among Adolescents from Portuguese Immigrant Families in Switzerland. *Social Behavior & Personality*, 28(2), 193-205. <https://doi.org/10.2224/sbp.2000.28.2.193>
- Nurihsan, J. (2003). Dasar-Dasar Bimbingan & Konseling (Cetakan ke-3). Mutiara.
- Nurihsan, J., & Yusuf, S. (2014). *Landasan Bimbingan & Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Panayiotou, G., Panteli, M., & Theodoru, M. (2016). Predictor Loneliness in a Sample of College Men and Women in Cyprus: The Role of Anxiety and Social Skills. *Psychol Community Heal*, 5(1).
- Papalia, R., Simone, G., Guaglianone, S., Forestiere, E., & Gallucci, M. (2009). Preoperative Superselective Transarterial Embolization in Laparoscopic Partial Nephrectomy: Technique, Oncologic, and Functional Outcomes. *Journal of Endourology*, 23(9), 1473-1478.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1979). *Blueprint for a Social Psychological Theory of Loneliness*. In M. Cook & G. Wilson. Pergamon.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy*. New York: John Wiley & Sons.
- Peplau, L. A. (1985). Loneliness Research: Basic Concepts and Findings. In *Social support: Theory, research and applications*(pp. 269-286). Dordrecht: Springer Netherlands.
- Putri, E. D. (2022). Kasus Bullying di Lingkungan Sekolah: Dampak Serta Penanggannya. *Keguruan: Jurnal Penelitian, Pemikiran, dan Pengabdian*, 10, 24-30.
- Prayitno. (2009). *Dasar Teori dan Praksis Pendidikan*. Padang: Grasindo.
- Puspalani, D. R., & Awalya. (2021). Hubungan antara Kesepian dan Kecerdasan Emosi dengan Penggunaan Game Online. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1). <https://doi.org/10.26539/teraputik.51553>
- Ren, Y., Savadlou, A., Park, S., Siska, P., Epp, J. R., & Sargin, D. (2023). The Impact of Loneliness and Social Isolation on the Development of Cognitive Decline and Alzheimer's Disease. *Frontiers in Neuroendocrinology*, 101061.

- Rizkiana, N., Sugiyo, S., & Sutoyo, A. (2014). Meningkatkan Interaksi Sosial Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Social Playing. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 3(4).
- Rönkä, A. R., Rautio, A., Koironen, M., Sunnari, V., & Tsanila, A. (2013). Experience of Loneliness among Adolescent Girls and Boys: Northern Finland Birth Cohort 1986 Study. *Journal of Youth Studies*, 17(2), 183-203. <https://doi.org/10.1080/13676261.2013.805876>
- Rokach, A., & Brock, H. (1998). Coping with Loneliness. *Journal of Psychology: Interdisciplinary and Applied*, 132(1), 107-127. <https://doi.org/10.1080/00223989809599269>
- Rokach, A., & Neto, F. (2000). Causes of Loneliness in Adolescence: A cross-Cultural Study. *International Journal of Adolescence and Youth*, 8(1), 65-80. <https://doi.org/10.1080/02673843.2000.9747842>
- Rosedale, M. (2007). Loneliness: An Exploration of Meaning. *Journal of the American Psychiatric Nurses Association*, 13(4), 201-209.
- Rusmana, N. (2019). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah: Metode, Teknik, dan Aplikasi*. Bandung: UPI Press.
- Russell, D., Cutrona, C. E., Rose, J., & Yurko, K. (1984). Social and Emotional Loneliness: An Examination of Weiss's Typology of Loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(6), 1313-1321. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.6.1313>
- Sabrina, K. N., Syakarofath, N. A., Karmiyati, D., & Widayarsi, D. C. (2022). Loneliness dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 5(2), 142-149.
- Sagan, O. (2020). *The Lonely Legacy: Loss and Testimonial Injustice in the Narratives of People Diagnosed with Personality Disorder*. <https://doi.org/10.1108/MHSI-05-2020-0031>
- Sagita, S., Rifayanti, R., Rasyid, M., & Studi Psikologi, P. (2022). Interaksi sosial dengan Kesepian Pada Remaja Panti Asuhan. *Jurnal Imiah Psikologi*, 10(2), 252-259.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (Seventeenth Ed.). Dallas: McGraw-Hill Education.
- Sari, G. L., & Hidayati, F. (2015). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kesepian Pada Remaja (Studi Korelasi Pada Siswa Kelas IX SMP Negeri 2 Semarang). *Jurnal Empati*, 4(2), 163-168.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018). The Age of Adolescence. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 2(3), 223-228.
- Schwartz-Mette, R. A., Shankman, J., Dueweke, A. R., Borowski, S., & Rose, A. J. (2020). Relations of Friendship Experiences With Depressive Symptoms and Loneliness in Childhood and Adolescence: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 146(8), 664-700. <https://doi.org/10.1037/bul0000239>
- Shilyaeva, I. F. (2018). The Experience of Loneliness in The Adolescence Life: Gender and Age Peculiarities. *Science Vector of Togliatti State University. Series: Pedagogy, Psychology*, (4), 83-87.

- Siregar, M. A., & Setiasih, S. (2022). Peran Relasi Teman Sebaya terhadap Hubungan Keterbukaan Diri dan Kesepian pada Remaja. *Jurnal Ecopsy*, 9(2), 161-168.
- Smith, D., Leonis, T., & Anandavalli, S. (2021). Belonging and Loneliness in Cyberspace: Impacts of Social Media on Adolescents' Well-Being. *Australian Journal of Psychology*, 73(1), 12-23.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Twenge, J. M., Haidt, J., Blake, A. B., McAllister, C., Lemon, H., & Le Roy, A. (2021). Worldwide Increases in Adolescent Loneliness. *Journal of adolescence*, 93, 257-269.
- Utami, D. R., Ahmad, R., & Ifdil, I. (2017). Tingkat Kesepian Remaja di Pantia Asuhan X Kota Padang. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 3(1).
- Vašková, A., Lovašová, S., & Lichner, V. (2018). *Loneliness and Its Characteristics in Adolescence Loneliness and Its Characteristics in Adolescence a*. <https://www.researchgate.net/publication/344069863>
- Victor, C. R., & Yang, K. (2012). The Prevalence of Loneliness Among Adults. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 85-104. <https://doi.org/10.1080/00223980.2011.613875>
- Wedaloka, K. B., & Turnip, S. S. (2019). Gender Differences in the Experience of Loneliness among Adolescents in Jakarta. *Humanitas*, 16(1), 33.
- Weeks, M., & Asher, S. (2012). Loneliness in Childhood: Toward the Next Generation of Assessment and Research. *Advances in Child Development and Behavior*, 42, 1-39. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-394388-0.00001-0>
- Weiss, R. (1975). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. MIT press.
- Willis, S. S. (2017). *Remaja dan Masalahnya*. Alfabeta.
- Xiao, A. (2018). Konsep Interaksi Sosial dalam Komunikasi, Teknologi, Masyarakat. *Jurnal Komunika: Jurnal Komunikasi, Media Dan Informatika*, 7(2), 94-99.
- Yusuf, S. (2019). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan: Suatu Pendekatan Komprehensif*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Yusuf, S., & Nurihsan, J. (2020). *Teori Kepribadian*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Zarei, S., Memari, A. H., Moshayedi, P., & Shayestehfar, M. (2016). Validity and Reliability of the UCLA Loneliness Scale Version 3 in Farsi. *Educational Gerontology*, 42(1), 49-57.