

Nomor: 189/BK/08/S/2024

**LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK PESERTA DIDIK  
PENGGUNA MEDIA SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN  
LONELINESS DI SALAH SATU SMA NEGERI DI KABUPATEN  
BANDUNG BARAT**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling*



Disusun Oleh:

Destriani Asma Hanifah  
1905382

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

**LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK PESERTA DIDIK  
PENGGUNA MEDIA SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN  
*LONELINESS* DI SALAH SATU SMA NEGERI DI KABUPATEN  
BANDUNG BARAT**

oleh

Destriani Asma Hanifah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan dalam bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling Fakultas  
Ilmu Pendidikan

© Destriani Asma Hanifah

Universitas Pendidikan Indonesia

Agustus 2024

Hak Cipta dilindungi Undang-undang

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

**LEMBAR PENGESAHAN**

**DESTRIANI ASMA HANIFAH**  
**NIM 1905382**

**LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK PESERTA DIDIK  
PENGGUNA MEDIA SOSIAL DENGAN KECENDERUNGAN  
LONELINESS DI SALAH SATU SMA NEGERI DI KABUPATEN  
BANDUNG BARAT**

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I,



Dr. Ilfiandra, M.Pd.  
NIP. 197211241999031003


Pembimbing II



Dadang Sudrajat, M.Pd.  
NIP 19680828 199802 1 002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.  
NIP 197710142001122001

## **LEMBAR PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan skripsi dengan Judul “Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Peserta Didik Pengguna Media Sosial dengan Kecenderungan *Loneliness* di SMA Negeri 1 Ngamprah, Kabupaten Bandung Barat” ini beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan ketentuan penulisan karya tulis 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

Destriani Asma Hanifah  
NIM 1905382

## UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji hanya milik Allah swt. yang telah menciptakan manusia dan menyempurnakannya dengan ilmu-Nya serta memelihara manusia dengan terus melimpahkan karunia dan ridha-Nya. Puji syukur, penulis panjatkan kepada Allah swt. atas segala nikmat dan potensi yang diamanatkan-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi. Penyusunan skripsi ini tentunya diiringi dengan banyak dukungan, bantuan, arahan, serta bimbingan yang diberikan oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ilfiandra, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I yang sangat luar biasa memberikan ilmu, dukungan, dan pengalaman yang sangat besar manfaatnya bagi peneliti.
2. Dadang Sudrajat, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II sekaligus Dosen Pembimbing Akademik yang sangat luar biasa memberikan ilmu, dukungan, dan pengalaman yang sangat besar selama peneliti menempuh studi.
3. Dr. Ipah Saripah, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI yang telah memberikan dukungan dan kemudahan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi.
4. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan bimbingan selama peneliti menempuh studi.
5. Staf serta Laboran Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI yaitu Ibu Fiji, Bapak Rahadian dan Ibu Cucu yang telah banyak memberi dukungan dan kemudahan khususnya perihal administrasi selama proses perkuliahan hingga menyusun skripsi.
6. Pimpinan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan izin dalam melakukan penelitian.
7. Wakil Kepala Sekolah Bidang Humas SMA Negeri 1 Ngamprah yang telah memberikan izin dalam melaksanakan penelitian di sekolahnya.
8. Guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 1 Ngamprah yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta bimbingan selama penulis melaksanakan penelitian di sekolah.

9. Peserta didik SMA Negeri 1 Ngamprah Tahun Ajaran 2023/2024 yang telah bersedia untuk membantu dan berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian.
10. Keluarga penulis, yaitu kedua orang tua tercinta, Bapak Agus Sumantri dan Ibu Aryani Prasetiawati; kakak tersayang Amaliani Pintri Rizkianti dan Astriani Nur Afifah; Adik tersayang Muhammad Nur Fadhilah, yang senantiasa memberikan do'a, dukungan, semangat maupun materi tanpa mengenal pamrih kepada penulis.
11. Rekan-rekan seperjuangan Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 serta kakak dan adik tingkat yang telah membantu mendukung penulis.
12. Sahabat-sahabat tersayang, Hasna Hanifatul Arofah; Sasya Ayu Dwi Karunia; Nur'aini Diah Puspitasari; Nurwandasari Rizki Ramdhani; Anita Nurul Hasna; Roosyidah Ulya Khusnayain Arofi; Sania Salsabila Bachtiar; dan Syani Maharani yang selalu memberikan do'a, semangat, dan dukungannya.
13. Seluruh pihak yang mendukung kelancaran dalam penyusunan skripsi.
14. Ucapan terima kasih untuk diri sendiri yang sudah berjuang dan berhasil bertahan, selalu berusaha yang terbaik, dan kuat. Terima kasih untuk saya yang tidak pernah berhenti. Terima kasih untuk saya yang selalu yakin dan percaya kepada diri saya sendiri dan bisa melewati segala yang terjadi dengan menjadi diri sendiri, terima kasih karena tidak menyerah. Terima kasih untuk saya yang ingin menjadi sosok yang luar biasa hebat dan dapat dibanggakan oleh kedua orang tua dan keluarga saya. Kamu hebat, Destriani Asma Hanifah.

Semoga Allah swt. melimpahkan Rahman dan Rahim-Nya serta membalas kebaikan semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyelesaian skripsi.

Bandung, Agustus 2024  
Penulis

Destriani Asma Hanifah  
NIM 1905382

## ABSTRAK

Peserta didik SMA secara umum termasuk ke dalam tahap perkembangan remaja. Salah satu tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh mereka adalah mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya. Pada tahap ini remaja dituntut untuk mampu membentuk hubungan dengan kelompok-kelompok kecil secara lebih akrab. Pada prosesnya, remaja sering kali menemui permasalahan *loneliness*, yang dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan fisik, psikis, kejenuhan belajar, dan prokrastinasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran umum tingkat *loneliness* peserta didik dan implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling dalam mengembangkan keterampilan interpersonal peserta didik. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode deskriptif, teknik pengumpulan data survei. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik SMA Negeri 1 Ngamprah tahun kesatu dan kedua dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *UCLA Loneliness Scale Version 3* yang telah dikembangkan oleh peneliti BK dan disesuaikan kembali dengan sampel dalam penelitian ini. Gambaran umum tingkat *loneliness* peserta didik SMA Negeri 1 Ngamprah sebagian besar berada di kategori sedang, sianya tersebar pada kategori rendah dan tinggi.

**Kata Kunci:** *loneliness*, SMA, media sosial, bimbingan dan konseling

## ABSTRACT

*High school students are generally included in the adolescent development stage. One of the developmental tasks that they must fulfill is achieving more mature relationships with peers. At this stage, adolescents must be able to form relationships with small groups more intimately. In the process, adolescents often encounter problems of loneliness, which can have various negative impacts on physical and psychological health, learning boredom, and academic procrastination. This study aims to determine the general picture of the level of loneliness of students and its implications for guidance and counseling services in developing students' interpersonal skills. This study uses a quantitative approach, descriptive methods, and survey data collection techniques. The population in this study were students of SMA Negeri 1 Ngamprah in the first and second years using a purposive sampling technique. The instrument used was the UCLA Loneliness Scale Version 3 which had been developed by BK researchers and adjusted again to the sample in this study. Overview of the level of loneliness of students at SMA Negeri 1 Ngamprah, most of them are in the medium category, and the rest are spread between the low and high categories.*

***Keywords: loneliness, high school, social media, guidance and counseling***



## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
UCAPAN TERIMA KASIH .....	iv
ABSTRACT .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Penelitian .....	1
1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian .....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	7
<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>8</b>
2.1 Tahap Perkembangan Sosial Remaja.....	8
2.2 Konsep Dasar <i>Loneliness</i> .....	9
2.3 Remaja <i>Loneliness</i> Pengguna Media Sosial .....	16
2.4 Alak Ukur <i>Loneliness</i> .....	18
2.5 Layanan Bimbingan dan Konseling Sebagai Usaha Mengatasi <i>Loneliness</i> pada Remaja .....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>26</b>
3.1 Desain Penelitian .....	26
3.2 Partisipan dan Tempat Penelitian.....	27
3.3 Populasi dan Sampel.....	27
3.4 Instrumen Penelitian .....	27
3.5 Prosedur Penelitian .....	37
3.6 Analisis data.....	37
<b>BAB IV HASIL TEMUAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>40</b>
4.1 Kecenderungan <i>Loneliness</i> Peserta Didik Pengguna Media Sosial Di SMA Negeri 1 Ngamprah Secara Umum.....	40
4.2 Kecenderungan <i>Loneliness</i> Peserta Didik Pengguna Media Sosial Di SMA Negeri 1 Ngamprah Secara Khusus .....	44

4.3	Rancangan Layanan Bimbingan Dan Konseling Untuk Mengatasi <i>Loneliness</i> Pada Peserta Didik Pengguna Media Sosial .....	49
4.4	Keterbatasan Penelitian.....	54
BAB V SIMPULAN .....		55
5.1	Simpulan .....	55
5.2	Rekomendasi.....	56
Daftar Pustaka.....		57

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Peserta Didik SMA Negeri 1 Ngamprah Tahun Ajaran 2023/2024 .....	27
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen <i>UCLA Loneliness Version 3</i> .....	29
Tabel 3.3 Hasil Uji Keterbacaan Instrumen <i>UCLA Loneliness Version 3</i> .....	30
Tabel 3.4 Unidimensionalitas .....	31
Tabel 3.5 Analisis Kesukaran Item .....	32
Tabel 3.6 Analisis Validitas .....	33
Tabel 3.7 Hasil Uji Deteksi Bias Instrumen <i>Loneliness</i> .....	34
Tabel 3.8 Hasil Uji Skala Peringkat Instrumen <i>Loneliness</i> .....	35
Tabel 3.9 Kategorisasi Uji Reliabilitas Instrumen.....	36
Table 3.10 Kategorisasi Nilai <i>Person Reliability</i> dan <i>Item Reliability</i> .....	36
Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen <i>Loneliness</i> .....	36
Tabel 3.12 Pola Pengkodean Data Instrumen <i>Loneliness</i> .....	38
Tabel 3.13 Kategorisasi Umum <i>Loneliness</i> .....	39
Tabel 3.14 Interpretasi Nilai Kategori .....	39
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Peserta Didik Pengguna Media Sosial.....	40
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi <i>Loneliness</i> Peserta didik di SMA Negeri 1 Ngamprah.....	42
Tabel 4.3 Central Tendensi Data <i>Loneliness</i> Peserta Didik.....	44
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Aspek Kepribadian ( <i>Personality</i> ) .....	45
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Keinginan Sosial ( <i>Social Desirability</i> ).....	45
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Aspek Depresi ( <i>Depression</i> ) .....	46
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi <i>Loneliness</i> Peserta Didik Berdasarkan Indikator.....	47

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Administrasi Penelitian .....	63
Lampiran 2 Instrumen Penelitian.....	68
Lampiran 3 Hasil Olah Data .....	73
Lampiran 4 Rencana Pelaksanaan Layanan.....	79
Lampiran 5 Dokumentasi.....	99

## DAFTAR PUSTAKA

- APJII. (2023). *Survei Penetrasi dan Perilaku Internet 2023*. Profil Pengguna Indoensia Retail di <https://survei.apjii.or.id/survei/2023>.
- Andangsari, E. W., Djunaidi, A., Fitriana, E., & Harding, D. (2018). Loneliness and problematic internet use (piu) as causes of academic procrastination. *Int'l J. Soc. Sci. Stud.*, 6, 113.
- Asher, S. R., Hymel, S., & Renshaw, P. D. (1984). Loneliness in children. *Child development*, 1456-1464.
- Bernadetha, F., & Siahaan, C. (2021). A Teenagers' Communication Competencies In Using Social Media. *Sociae Polites: Majalah Ilmiah Sosial Politik*, 22(2), 215-223.
- Budiaji, W. (2013). Skala pengukuran dan jumlah respon skala likert. *Jurnal ilmu pertanian dan perikanan*, 2(2), 127-133.
- Bozorgpour, F., & Salimi, A. (2012). State self-esteem, loneliness and life satisfaction. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 69, 2004-2008.
- Creswell W. John. 2013. *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Cole, A., Bond, C., Qualter, P., & Maes, M. (2021). A systematic review of the development and psychometric properties of loneliness measures for children and adolescents. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 3285.
- Corey, G. (2014). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Cengage Learning.
- Deacon, L., Macdonald, S. J., Nixon, J., Akintola, A. R., Dore, S., Ellis, G., ... & Sullivan, S. (2018). The loss: Conceptualising biographical experiences of disability, social isolation and emotional loneliness in North-East England. *Social Work and Social Sciences Review*, 20(3), 68-87.
- De Jong-Gierveld, J., & Kamphuls, F. (1985). The development of a Rasch-type loneliness scale. *Applied psychological measurement*, 9(3), 289-299.
- DiTommaso, E., & Spinner, B. (1993). The development and initial validation of the Social and Emotional Loneliness Scale for Adults (SELSA). *Personality and individual differences*, 14(1), 127-134.
- Drummond, R. J., Sheperis, C., & Jones, K. D. (2016). *Assessment procedures for counselors and helping professionals* (Eighth). Pearson.

- Fodor, A., & Cazan, A. (2019). Exploring The Relationship Between Personality, Loneliness, Self-Esteem And Internet Addiction. In E. Soare, & C. Langa (Eds.), *Education Facing Contemporary World Issues, vol 67. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences* (pp. 178-185). Future Academy. <https://doi.org/10.15405/epsbs.2019.08.03.21>
- Giarla, V. (2019). *Generational social media: How social media influences the online and in-person relationships of gen X, Gen Y And Gen Z* (Doctoral dissertation).
- Goossens, L., Lasgaard, M., Luyckx, K., Vanhalst, J., Mathias, S., & Masy, E. (2009). Loneliness and solitude in adolescence: A confirmatory factor analysis of alternative models. *Personality and Individual Differences, 47*(8), 890-894.
- Hazer, O., & Boylu, A. A. (2010). The examination of the factors affecting the feeling of loneliness of the elderly. *Procedia-Social and behavioral sciences, 9*, 2083-2089.
- Hidayati, D. S. (2016). Shyness dan loneliness. In *Dipresentasikan pada seminar ASEAN 2nd Psychology and Humanity, Malang*.
- Hickin, N., Käll, A., Shafran, R., Sutcliffe, S., Manzotti, G., & Langan, D. (2021). The effectiveness of psychological interventions for loneliness: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review, 88*, 102066.
- Hughes, M. E., Waite, L. J., Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2006). A short scale for measuring loneliness in large surveys. *Journal research on aging, 6*(26), 655-672.
- Janet Morahan-Martin; Phyllis Schumacher (2003). *Loneliness and social uses of the Internet. 19*(6), 659–671. doi:10.1016/s0747-5632(03)00040-2
- Karhe, L., & Kaunonen, M. (2015). Patient experiences of loneliness. *Advances in Nursing Science, 38*(4), E21-E34.
- Kirwan, E. M., O’Súilleabháin, P. S., Burns, A., Ogoro, M., Allen, E., & Creaven, A. M. (2023). Exploring Loneliness in Emerging Adulthood: A Qualitative Study. *Emerging Adulthood, 21676968231194380*.
- Kemendikbud. (2016). *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Atas (SMA)*. Jakarta: Dirjen GTK.
- Kim, J., Larose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: The relationship between internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology and Behavior, 12*(4), 451– 455. <https://doi.org/10.1089>. Retrieved From <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19514821/>
- Kross, E., Verduyn, P., Demiralp, E., Park, J., Lee, D. S., Lin, N., ... Ybarra, O. (2013). Facebook use predicts declines in subjective well-being in young adults. *PLoS One, 8*, e69841.

**Destriani Asma Hanifah, 2024**

**Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Peserta Didik Pengguna Media Sosial dengan Kecenderungan *Loneliness* di Salah Satu SMA Negeri di Kabupaten Bandung Barat Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu**

- Lake, T. M. (2000). *Descriptions of difference between painful loneliness and comfortable aloneness* (Doctoral dissertation).
- Lehmann, W. (2023). *Social Media Theory and Communications Practice*. New York: Taylor & Francis.
- Luhmann, M., & Hawkley, L. C. (2016). Age differences in loneliness from late adolescence to oldest old age. *Developmental psychology*, 52(6), 943.
- Lim, M. H., Eres, R., & Vasan, S. (2020). Understanding loneliness in the twenty-first century: an update on correlates, risk factors, and potential solutions. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 55, 793-810.
- Lodder, G. M., Goossens, L., Scholte, R. H., Engels, R. C., & Verhagen, M. (2016). Adolescent loneliness and social skills: Agreement and discrepancies between self-, meta-, and peer-evaluations. *Journal of youth and adolescence*, 45, 2406-2416.
- Lou, L. L., Yan, Z., Nickerson, A., & McMorris, R. (2012). An examination of the reciprocal relationship of loneliness and Facebook use among first-year college students. *Journal of Educational Computing Research*, 46(1), 105-117.
- Maes, M., Qualter, P., Lodder, G. M., & Mund, M. (2022). How (not) to measure loneliness: a review of the eight most commonly used scales. *International journal of environmental research and public health*, 19(17), 10816.
- Mawaddah, N., & Titiani, E. (2016). Efektifitas group discussion therapy dalam menurunkan stres remaja di MTS pesantren Al-Amin Mojokerto. *Medica Majapahit (JURNAL ILMIAH KESEHATAN SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT)*, 8(2).
- McWhirter, B. T. (1990). Loneliness: A review of current literature, with implications for counseling and research. *Journal of Counseling & Development*, 68(4), 417-422.
- McWhirter, B. T. (1997). Loneliness, learned resourcefulness, and self-esteem in college students. *Journal of counseling & development*, 75(6), 460- 469.
- McWhirter, B. T., Besett-Alesch, T. M., Horibata, J., & Gat, I. (2002). Loneliness in high risk adolescents: The role of coping, self-esteem, and empathy. *Journal of Youth Studies*, 5(1), 69-84.
- MacEvoy, J., Weeks, M., & Asher, S. (2011). Loneliness. In B. B. Brown, & M. J. Prinstein, *Encyclopedia of Adolescence* (pp. 178-187). Cambridge: Academic Press.
- Mulyono, F. (2021). Dampak Media Sosial Bagi Remaja. *Jurnal Simki Economic*, 4(1), 57-65.
- Nafiah, N. (2019). *Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kualitas tidur pada remaja kelas VIII di SMP Muhammadiyah 1 Yogyakarta*. Doctoral dissertation, Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.

**Destriani Asma Hanifah, 2024**

**Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Peserta Didik Pengguna Media Sosial dengan Kecenderungan *Loneliness* di Salah Satu SMA Negeri di Kabupaten Bandung Barat Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu**

- Parkhurst, J. T., & Hopmeyer, A. (1999). Developmental change in the source of loneliness in childhood and adolescence: Constructing a theoretical model. In K. J. Rotenberg & S. Hymel (Eds.), *Loneliness in childhood and adolescence* (pp. 56–79). New York, NY: Cambridge University Press.
- Pelham, B. W., & Swann, W.B. (1989). From self-conceptions to self-worth: On the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57*, 672-680.
- Penning, M. J., Liu, G., & Chou, P. H. B. (2014). Measuring loneliness among middle-aged and older adults: The UCLA and de Jong Gierveld loneliness scales. *Social indicators research*, *118*, 1147-1166.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research & therapy*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Peplau, L. A. (1985). *Loneliness Research: Basic Concepts and Findings. Social Support: Theory, Research and Applications*, 269–286. doi:10.1007/978-94-009-5115-0\_15
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of loneliness. *Personal relationships*, *3*, 31-56.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1998). Loneliness. *Encyclopedia of mental health*, *2*, 571-581.
- Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Jakarta: Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Preece, D. A., Goldenberg, A., Becerra, R., Boyes, M., Hasking, P., & Gross, J. J. (2021). Loneliness and emotion regulation. *Personality and Individual Differences*, *180*, 110974.
- Primack, B. A., Shensa, A., Sidani, J. E., Whaite, E. O., yi Lin, L., Rosen, D., ... Miller, E. (2017). Social media use and perceived social isolation among young adults in the US. *American Journal of Preventive Medicine*, *53*, 1–8.
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, *3*(2), 35-40.
- Qualter, P. (2003). Loneliness in children and adolescents: what do schools and teachers need to know and how can they help?. *Pastoral Care in Education*, *21*(2), 10-18.
- Qualter, P., Vanhalst, J., Harris, R., Van Roekel, E., Lodder, G., Bangee, M., Maes, M., Verhagen, M. (2015). Loneliness across the life span. *Perspectives on psychological science*, *10*(2), 250-264.
- Rahmawati, H. N., Iqomh, M. K. B., & Hermanto, H. (2019). Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan motivasi belajar remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *5*(2), 77-81.

**Destriani Asma Hanifah, 2024**

**Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Peserta Didik Pengguna Media Sosial dengan Kecenderungan *Loneliness* di Salah Satu SMA Negeri di Kabupaten Bandung Barat Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu**



- Riani, B. R. (2017). *Hubungan Persepsi Diri, Sosial dan Keluarga Dengan Loneliness Pada Klien Skizofrenia Di Unit Pelayanan Jiwa A (UPJA) RSJ. Prof. HB. Saanin Padang* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Richardson, Thomas; Elliott, Peter; Roberts, Ron (2017). Relationship between loneliness and mental health in students. *Journal of Public Mental Health*, 16(2), JPMH-03-2016-0013–. doi:10.1108/JPMH-03-2016-0013
- Rosyida, A. H. (2020). Efektivitas terapi film dalam meningkatkan empati. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 211-220.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The Revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminate validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 66(1), 20-40.
- Santrock, John W. (2003). *Adolescence: Perkembangan Remaja* Edisi Ke-6. Jakarta: PT. Erlangga
- Santrock, John W. (2007). *Remaja*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta: PT. Erlangga.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence* (16th ed.). McGraw-Hill Education.
- Santrock, John W. (2022). *Essentials of Life-Span. Seventh Edition*. New York: McGraw Hill.
- 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.
- Segrin, C. (1999). Social skills, stressful life events, and the development of psychosocial problems. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 18(1), 14–34.
- Segrin, C., & Flora, J. (2000). Poor social skills are a vulnerability factor in the development of psychosocial problems. *Human Communication Research*, 26(3), 489–514.
- Song, H., Hayeon, S., Anne, Z. S., Jinyoung, K., Adam, D., Angela, V., ... Mike, A. (2014). Does Facebook make you lonely? A meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 36, 446–452.
- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Journal of Cognitive Education and Psychology*, 2(1), 55–87.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi model Rasch untuk penelitian ilmu-ilmu sosial (edisi revisi)*. Trim Komunikata Publishing House.
- Valtorta NK, Kanaan M, Gilbody S, Ronzi S, Hanratty B (2016) Loneliness and
- Destriani Asma Hanifah, 2024**  
**Layanan Bimbingan dan Konseling untuk Peserta Didik Pengguna Media Sosial dengan Kecenderungan Loneliness di Salah Satu SMA Negeri di Kabupaten Bandung Barat**  
**Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu**

social isolation as risk factors for coronary heart disease and stroke: systematic review and meta-analysis of longitudinal observational studies. *Heart* 102 (13):1009–1016.

- Vernon, A. (2004). *Using cognitive behavioral techniques*. In B. T. Erford (Ed.), *Professional school counseling: A handbook of theories, programs & practices* (pp. 91–99). Austin, TX: CAPS Press.
- Victor, C. R., & Bowling, A. (2012). A longitudinal analysis of loneliness among older people in Great Britain. *The Journal of psychology*, 146(3), 313-331.
- Vitasari, I. (2016). Kejenuhan belajar ditinjau dari *loneliness* dan kontrol diri siswa kelas XI SMAN 9 Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(7).
- Yohardini, G., Bariyyah, K., & Susanti, R. H. (2017). Efektifitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik Simulasi Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X SMA Al-Rifa'ie Gondanglegi. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 2(2), 36-43.
- Yulianti, G. P. N., & Kusdiyati, S. (2019). Studi Deskriptif *Loneliness* (Loneliness) pada Siswa Adiksi Media Sosial di SMAN" X" Bandung. *Prosiding Psikologi*, 599-603.