

Gambaran Tingkat Isolasi Sosial Siswa SMA Negeri di Makassar

Yuyun Nurmaliah^{1*}, Sahril Buchori², Zulfikri³, Syahril⁴

^{1,2,3,4}Universitas Negeri Makassar, Indonesia

*yuyunnurmaliah@gmail.com

Submit
8 April 2026

Review
3 Mei 2026

Publish
5 Juni 2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat isolasi sosial siswa pada sekolah menengah atas negeri di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Jumlah populasi sebanyak 82 siswa kelas X dan XI pada salah satu SMA Negeri di Makassar, sedangkan sampel penelitian berjumlah 20 siswa yang ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Data diperoleh melalui penyebaran angket isolasi sosial yang diadaptasi dan terdiri dari 31 item pernyataan dengan skala Likert. Data analisis dengan teknik statistik deskriptif dalam bentuk persentase dan pengelompokan kategori. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori isolasi sosial sedang 76% dan kategori tinggi sebesar 24%, serta tidak ditemukan kategori sangat tinggi maupun rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa interaksi sosial siswa pada konteks penelitian ini belum berkembang secara optimal, yang ditandai dengan kecenderungan menarik diri dan kurangnya partisipasi dalam kegiatan kelompok. Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam merancang program intervensi yang berfokus pada peningkatan keterampilan sosial, kepercayaan diri, serta kualitas hubungan interpersonal siswa.

Kata Kunci: Isolasi Sosial, Siswa Sekolah Menengah Atas, Bimbingan dan Konseling

Abstract

This study aims to provide an overview of the level of social isolation among students at a public high school in Makassar. This study employs a quantitative approach using a descriptive method. The study population consisted of 82 students in grades 10 and 11 at a public high school in Makassar, while the sample comprised 20 students selected using purposive sampling. Data were collected through the distribution of an adapted social isolation questionnaire consisting of 31 items on a Likert scale. Data were analyzed using descriptive statistical techniques, presented as percentages and categorical groupings. The results indicate that the majority of students fall into the moderate social isolation category (76%) and the high category (24%), with no students falling into the very high or low categories. These findings indicate that students' social interactions in the context of this study have not developed optimally, as evidenced by a tendency to withdraw and a lack of participation in group activities. The findings of this study suggest that guidance and counseling services play a strategic role in designing intervention programs focused on improving students' social skills, self-confidence, and the quality of their interpersonal relationships.

Keywords: Social Isolation, High School Students, Guidance and Counseling

PENDAHULUAN

Pendidikan tidak terbatas pada pencapaian akademik, melainkan turut berfungsi dalam mengembangkan aspek sosial dan emosional peserta didik sebagai bagian dari pembentukan individu secara menyeluruh. (Sugiri & Kusumawardana, 2025). Kemampuan sosial-emosional berkontribusi dalam membantu siswa menyesuaikan diri serta menjalin hubungan interpersonal yang positif di lingkungan sekolah (Main et al., 2025). Pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA), kemampuan menjalin relasi dengan teman sebaya menjadi faktor penting yang mendukung kesejahteraan psikologis dan keberhasilan penyesuaian diri siswa (Hasanuddin, 2021). Namun demikian, masa remaja juga merupakan fase perkembangan yang rentan terhadap munculnya

perasaan kesepian karena adanya perubahan sosial dan emosional serta meningkatnya tuntutan hubungan dengan teman sebaya (Verity et al., 2025).

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami hambatan dalam interaksi sosial, seperti kecenderungan menarik diri, rendahnya keterlibatan dalam aktivitas kelompok, serta perasaan tidak nyaman dalam berinteraksi dengan teman sebaya (Murayama et al., 2021). Kondisi tersebut dapat berkembang menjadi isolasi sosial apabila berlangsung secara terus-menerus, yang ditandai dengan keterbatasan hubungan sosial, rendahnya partisipasi, serta munculnya perasaan kesepian (Schnepf et al., 2023; Talmus, 2019). Keterbatasan interaksi sosial pada remaja juga dapat berdampak pada perkembangan sosial dan kesehatan mental (Ezzatvar et al., 2026). Dampaknya tidak terbatas pada aspek sosial, melainkan juga berdampak pada penurunan kepercayaan diri, motivasi belajar, serta kesejahteraan psikologis siswa (Laia et al., 2021). Selain itu, kesepian yang dialami remaja berhubungan dengan meningkatnya risiko depresi dan kecemasan, terutama apabila terjadi dalam jangka waktu yang lama (Loades et al., 2020). Isolasi sosial juga diketahui berkaitan dengan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan fisik, kognitif, dan psikologis individu serta menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan (Holt-Lunstad, 2020).

Kondisi tersebut juga ditemukan di lapangan. Berdasarkan hasil observasi serta wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling (BK) di SMAN 5 Makassar, ditemukan bahwa terdapat siswa yang mengalami kesulitan dalam membangun relasi sosial, seperti cenderung menyendiri, tidak memiliki teman dekat, serta kurang terlibat dalam kegiatan kelas. Hasil survei awal terhadap 82 siswa menunjukkan bahwa 69% peserta didik berada pada kategori isolasi sosial sedang serta 22% kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan isolasi sosial berada pada tingkat yang cukup signifikan dan memerlukan perhatian serius. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa isolasi sosial bukan hanya persoalan individu, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan penyesuaian sosial siswa di lingkungan sekolah.

Temuan tersebut menegaskan bahwa permasalahan penting untuk diteliti karena isolasi sosial yang tidak ditangani secara tepat berpotensi menghambat perkembangan sosial dan emosional siswa, serta berdampak pada aspek akademik dan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Selain itu, kurangnya data empiris yang menggambarkan secara spesifik kondisi isolasi sosial siswa di tingkat SMA, khususnya di lingkungan sekolah negeri, menjadi kendala dalam merancang layanan bimbingan dan konseling yang tepat sasaran. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mampu memberikan gambaran nyata mengenai tingkat isolasi sosial siswa sebagai dasar dalam penyusunan intervensi yang efektif.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan intervensi bimbingan dan konseling yang terarah untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan sosial dan emosional, terutama kemampuan menjalin relasi dengan teman sebaya serta meningkatkan rasa percaya diri dalam interaksi sosial. Salah satu layanan yang dapat diterapkan yaitu konseling kelompok yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu individu mengembangkan kemampuan diri dan pemecahan masalah secara efektif (Akbar et al., 2024). Dengan penerapan teknik seperti *thought stopping* yang tergolong efektif dalam mengendalikan pola pikir negatif dan meningkatkan adaptasi sosial, diharapkan siswa mampu mengurangi perilaku menarik diri, menurunnya rasa keterasingan, dan meningkatkan partisipasi aktif dalam kegiatan sekolah (Sari & Yustiana, 2022). Selain itu, intervensi ini penting untuk mencegah isolasi sosial berkembang menjadi pola perilaku maladaptif yang dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional siswa secara menyeluruh (Sri, 2024).

Selain itu, tingkat isolasi sosial pada siswa memiliki dampak yang berbeda tergantung pada tingkatnya. Pada tingkat tinggi, siswa cenderung mengalami keterbatasan interaksi sosial, rendahnya keterlibatan dalam aktivitas sekolah, serta meningkatnya perasaan kesepian dan kecemasan (Murayama et al., 2021; Widyasari et al., 2022). Sebaliknya, pada tingkat rendah, siswa mampu menjalin hubungan sosial yang lebih adaptif dan menunjukkan penyesuaian sosial yang optimal (Schnepf et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat isolasi sosial menjadi indikator penting dalam memahami kondisi sosial siswa di lingkungan sekolah.

Jika dikaitkan dengan konteks pendidikan menengah, kondisi tersebut mengindikasikan adanya kendala dalam pencapaian perkembangan sosial peserta didik yang berkaitan dengan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) Tahun 2024, khususnya pada aspek kematangan hubungan dengan teman sebaya. Dengan demikian, diperlukan pemahaman yang

komprehensif mengenai kondisi isolasi sosial siswa sebagai langkah awal dalam menentukan bentuk layanan yang tepat. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui kegiatan asesmen atau analisis deskriptif guna memperoleh gambaran menyeluruh terkait kondisi sosial siswa sebagai dasar dalam merancang layanan bimbingan dan konseling yang tepat sasaran.

Namun demikian, berbagai penelitian sebelumnya umumnya berfokus pada hubungan antara isolasi sosial dengan variabel lain atau pada efektivitas intervensi tertentu, namun masih terbatas yang secara khusus menggambarkan tingkat isolasi sosial siswa sebagai dasar perencanaan layanan bimbingan dan konseling di konteks sekolah menengah. Dengan demikian, kebaruan penelitian ini terletak pada penyajian gambaran tingkat isolasi sosial siswa secara empiris dan kontekstual di SMAN 5 Makassar, yang dapat digunakan sebagai landasan dalam merancang program layanan bimbingan dan konseling yang lebih tepat sasaran, khususnya dalam pengembangan keterampilan sosial dan peningkatan kualitas hubungan interpersonal siswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gambaran tingkat isolasi sosial siswa di SMAN 5 Makassar sebagai dasar dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif yang bertujuan untuk mengkaji gambaran tingkat isolasi sosial siswa di SMAN 5 Makassar. Pendekatan kuantitatif deskriptif dalam penelitian ini tidak hanya digunakan untuk menyajikan data dalam bentuk angka, tetapi juga untuk memetakan kondisi empiris tingkat isolasi sosial siswa berdasarkan hasil pengukuran yang sistematis tanpa melakukan manipulasi variabel (Creswell & Creswell, 2024). Dengan demikian, pendekatan ini memungkinkan peneliti mengidentifikasi distribusi, kecenderungan, serta kategori tingkat isolasi sosial sebagai dasar dalam memahami kondisi sosial siswa secara objektif.

Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini menitikberatkan pada pengukuran data numerik yang diperoleh melalui instrumen penelitian, kemudian diolah menggunakan teknik statistik untuk menghasilkan gambaran yang objektif dan sistematis (Creswell & Creswell, 2024). Jenis penelitian deskriptif digunakan karena penelitian ini tidak melibatkan perlakuan atau intervensi tertentu, melainkan bertujuan menggambarkan fenomena isolasi sosial siswa secara terstruktur berdasarkan data yang diperoleh di lapangan. Pendekatan ini menekankan pada proses pengolahan serta penafsiran data sesuai dengan konsep dan teori yang relevan guna memperoleh gambaran yang objektif mengenai kondisi yang diteliti (Sari, 2021).

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari siswa kelas X dan XI di SMAN 5 Makassar dengan jumlah 82 siswa. Populasi ini ditentukan berdasarkan hasil pengamatan awal, wawancara bersama guru bimbingan dan konseling, serta penyebaran angket awal terkait isolasi sosial siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian” (Sugiyono, 2023). ”Kriteria sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang” memiliki kecenderungan isolasi sosial. Berdasarkan kriteria tersebut, diperoleh sampel sebanyak 20 siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 8 Agustus 2025 di SMAN 5 Makassar sebagai representasi terbatas dari SMA Negeri di Kota Makassar.

Instrumen dalam penelitian ini berupa angket isolasi sosial yang diadaptasi dari *Social Isolation Questionnaire (QIS)* dan disesuaikan dengan karakteristik siswa SMA. Instrumen ini terdiri dari 31 item pernyataan yang disusun berdasarkan dimensi perasaan kesepian, hubungan pertemanan, dan dukungan keluarga (Santos et al., 2024). Pengukuran menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Kurang Sesuai (KS), dan Tidak Sesuai (TS)”, yang mencakup pernyataan *favorable* dan *unfavorable*.

Sebelum digunakan, instrumen dilakukan pengujian validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas bertujuan untuk mengetahui kemampuan butir pernyataan dalam mengukur variabel isolasi sosial dengan mengorelasikan skor setiap item dengan skor total. Dalam uji ini, yang diperhatikan adalah nilai r hitung yang kemudian dibandingkan dengan nilai r tabel sebesar 0,284. Item dinyatakan valid apabila nilai r hitung lebih besar dari r tabel, sedangkan item dengan nilai r hitung lebih kecil dari r tabel dinyatakan tidak valid. Hasil uji menunjukkan bahwa dari 35 item, sebanyak 31 item dinyatakan valid, sedangkan 4 item (P3, P15, P22, dan P28) tidak valid dan dieliminasi.

Sementara itu, uji reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen dalam menghasilkan data dengan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*". Berdasarkan hasil uji reliabilitas, diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,909. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen berada pada kategori sangat reliabel, karena nilai *Cronbach's Alpha* > 0,90, sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Pengumpulan data dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu tahap persiapan dengan menyusun instrumen penelitian, kemudian dilanjutkan dengan penyebaran angket kepada responden. Pengisian angket dilakukan secara langsung oleh siswa sesuai waktu yang telah ditentukan. Data yang terkumpul selanjutnya diperiksa, dikodekan, dan diolah untuk dianalisis. Penelitian ini didasarkan pada asumsi bahwa responden memberikan jawaban secara jujur" sesuai dengan kondisi yang dialami."

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif. Analisis ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat isolasi sosial siswa secara sistematis melalui penyajian data dalam bentuk nilai rata-rata (*mean*), persentase, serta distribusi kategori tingkat isolasi sosial, seperti kategori tinggi, sedang, dan rendah. Analisis statistik deskriptif dalam penelitian ini juga bertujuan memberikan gambaran awal mengenai kondisi isolasi sosial siswa. Data diperoleh melalui angket yang diisi oleh siswa, kemudian dianalisis untuk mengetahui distribusi tingkat isolasi sosial. Hasil analisis ini menjadi dasar untuk mengidentifikasi kondisi awal siswa. Analisis dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS, dan hasilnya diinterpretasikan untuk memberikan gambaran mengenai kondisi isolasi sosial siswa di SMAN 5 Makassar. Pendekatan kuantitatif dengan analisis statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh kesimpulan yang objektif sesuai dengan tujuan penelitian Pandang (2019). Dengan demikian, teknik analisis yang digunakan diharapkan mampu memberikan informasi yang akurat dan objektif. Penelitian ini memiliki keterbatasan karena penggunaan metode deskriptif yang belum mampu menjelaskan hubungan sebab-akibat serta jumlah sampel yang terbatas.

HASIL

Berdasarkan hasil pengolahan data angket isolasi sosial yang diberikan kepada 82 siswa, diperoleh gambaran tingkat isolasi sosial siswa di SMAN 5 Makassar yang diklasifikasikan ke dalam beberapa kategori, meliputi sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Adapun hasil distribusi tingkat isolasi sosial siswa dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 1 Tabel Tingkat Isolasi Sosial Siswa Pada Populasi Penelitian

Kategori	Interval Skor	f	%
Sangat Tinggi	65-80	-	-
Tinggi	50-64	20	24
Sedang	35-49	62	76
Rendah	20-34	-	-
Total		82	100

Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas siswa di SMAN 5 Makassar berada pada kategori isolasi sosial sedang, dengan sebagian siswa berada pada kategori tinggi. Berdasarkan data angket, dari 82 siswa, 62 siswa (76%) termasuk kategori sedang, sedangkan 20 siswa (24%) tergolong dalam kategori tinggi. Tidak terdapat siswa pada kategori sangat tinggi maupun rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa isolasi sosial masih cukup signifikan di kalangan siswa, meskipun sebagian besar belum mencapai kategori sangat tinggi. Kondisi ini mengindikasikan bahwa meskipun interaksi sosial masih terjadi, kualitas hubungan sosial yang dimiliki siswa belum sepenuhnya mampu memenuhi kebutuhan emosional dan sosial mereka.

Jika dikaji secara teoritis, isolasi sosial tidak hanya berkaitan dengan kuantitas interaksi, tetapi juga kualitas hubungan yang terjalin. Hal ini sejalan dengan pandangan Santos et al. (2024) yang menekankan bahwa keterbatasan hubungan sosial yang bermakna dan minimnya dukungan sosial dapat memicu munculnya perasaan kesepian. Dalam konteks ini, dominannya kategori sedang menunjukkan bahwa siswa masih memiliki relasi sosial, tetapi belum mencapai kualitas hubungan yang suportif dan mendalam. Kondisi tersebut juga diperkuat oleh Schnepf et al. (2023) yang menyatakan bahwa keterasingan sosial berhubungan dengan penurunan kesejahteraan psikologis.

Lebih lanjut, temuan penelitian ini dapat dijelaskan melalui konsep *social withdrawal*, yaitu kecenderungan individu untuk menghindari interaksi sosial akibat perasaan tidak nyaman

atau kurang percaya diri. Dominasi kategori sedang menunjukkan adanya kecenderungan perilaku menarik diri yang belum bersifat ekstrem, namun berpotensi berkembang apabila tidak ditangani secara tepat (Agustina & Feni, 2023). Temuan ini menekankan bahwa isolasi sosial bukan hanya tentang frekuensi interaksi, tetapi juga kualitas hubungan sosial. Wang et al., (2017) menjelaskan bahwa keterhubungan sosial yang terbatas, baik dari susunan jejaring maupun mutu hubungan, dapat menurunkan dukungan sosial yang diterima individu. Kondisi ini diperparah jika siswa kurang mendapatkan perhatian dan kehangatan dari keluarga maupun dukungan dari teman sebaya (Prabowo, 2020).

Jika ditinjau dari perspektif teori dukungan sosial, keterlibatan dalam hubungan sosial, dukungan teman sebaya, dan interaksi dalam kelompok merupakan faktor penting dalam perkembangan sosial remaja (Santos et al., 2024). Siswa yang kurang merasakan dukungan sosial cenderung menarik diri, mengalami kesepian, dan menurunkan partisipasi sosialnya. Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori isolasi sosial sedang, yang mengindikasikan bahwa dukungan sosial yang diterima belum optimal. Dengan demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kecenderungan isolasi sosial yang berada pada kategori sedang tidak terlepas dari belum optimalnya dukungan sosial yang diterima siswa, baik dari teman sebaya maupun lingkungan sekitar, sehingga memengaruhi kualitas hubungan interpersonal yang dimiliki.

Ditinjau dari dimensi isolasi sosial, yaitu perasaan kesepian, kualitas persahabatan, dan dukungan keluarga, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang mengalami kesepian, memiliki keterbatasan dalam hubungan pertemanan, serta kurang mendapatkan dukungan keluarga cenderung berada pada kategori isolasi sosial yang lebih tinggi. Kondisi ini berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis dan motivasi belajar siswa (Santos et al., 2024). Temuan ini selaras dengan Pangestu (2025) yang menyatakan bahwa isolasi sosial merupakan fenomena psikososial yang memengaruhi aspek emosional dan kognitif individu.

Selain itu, hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa isolasi sosial pada remaja masih menjadi permasalahan yang cukup umum di lingkungan sekolah. Siswa dengan tingkat isolasi sosial tinggi cenderung mengalami hambatan dalam interaksi sosial serta berisiko mengalami masalah psikologis lain, seperti rendahnya kesejahteraan emosional dan motivasi belajar (Schnepf et al., 2023). Dominasi kategori sedang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mengalami isolasi sosial yang berat, namun tetap memiliki potensi untuk meningkat jika tidak mendapat intervensi yang tepat.

Oleh karena itu, diperlukan upaya preventif dan kuratif melalui layanan bimbingan dan konseling menjadi sangat penting. Program BK yang bersifat sistematis perlu mencakup pelatihan keterampilan sosial, pembinaan dukungan teman sebaya, penguatan komunikasi keluarga, serta strategi regulasi emosi agar siswa dapat membangun hubungan interpersonal yang positif dan sehat (Agustina & Feni, 2023). Pendekatan ini akan membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri, partisipasi sosial, dan kesejahteraan psikologis secara umum.

Secara keseluruhan, hasil penelitian mengindikasikan bahwa tingkat isolasi sosial siswa di SMAN 5 Makassar tergolong dalam kategori sedang dengan kecenderungan ke arah tinggi. Kondisi tersebut menegaskan bahwa isolasi sosial masih merupakan permasalahan yang memerlukan perhatian serius lebih, karena berpotensi menghambat perkembangan sosial dan emosional siswa jika tidak ditangani dengan tepat. Oleh sebab itu, diperlukan upaya penanganan melalui layanan bimbingan dan konseling, serta dukungan dari pendidik dan orang tua dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial dan meningkatkan kualitas hubungan interpersonal.

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena ruang lingkupnya hanya mencakup satu sekolah serta menggunakan data berbasis angket yang bergantung pada kejujuran responden dalam memberikan jawaban. Untuk itu, penelitian berikutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih luas serta memanfaatkan metode tambahan seperti wawancara atau observasi sehingga diperoleh data yang lebih lengkap dan mendalam.

PEMBAHASAN

Temuan penelitian mengindikasikan bahwa tingkat isolasi sosial siswa tergolong pada kondisi yang perlu mendapat perhatian dalam konteks perkembangan sosial remaja. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun siswa masih terlibat dalam interaksi sosial, kualitas hubungan

yang terjalin belum sepenuhnya mampu memenuhi kebutuhan emosional dan sosial mereka. Hal tersebut sejalan dengan (Santos et al., 2024) yang menjelaskan bahwa isolasi sosial tidak semata ditentukan oleh frekuensi interaksi, melainkan juga oleh kualitas hubungan yang bersifat bermakna dan saling mendukung.

Ditinjau dari aspek psikologis, kondisi tersebut dapat dipahami sebagai bentuk kecenderungan perilaku menarik diri (*social withdrawal*), yaitu ketika siswa menghindari situasi sosial tertentu akibat perasaan tidak nyaman atau kurangnya kepercayaan diri. Apabila kondisi ini berlangsung tanpa dukungan sosial yang memadai, maka berpotensi berkembang menjadi permasalahan yang lebih kompleks. Schnepf et al. (2023) menjelaskan bahwa keterasingan sosial dapat menurunkan kesejahteraan mental, menyebabkan perasaan kesepian yang berkepanjangan, hingga memicu masalah emosional lainnya. Jadi, kondisi ini menunjukkan bahwa isolasi sosial bukan hanya soal sifat pendiam atau suka menyendiri, melainkan tanda bahwa ada gangguan dalam hubungan sosial dan kestabilan perasaan siswa yang perlu diperhatikan.

Selanjutnya, jika dikaji melalui perspektif teori dukungan sosial, kondisi isolasi sosial berkaitan erat dengan keterbatasan dukungan dari lingkungan, baik dari teman sebaya maupun keluarga (Santos et al., 2024). Berdasarkan teori ini, individu membutuhkan sumber dukungan baik berupa dukungan emosional maupun informasi dari keluarga teman sebaya untuk dapat berfungsi secara optimal. Dukungan sosial yang rendah dapat menghambat individu dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, sehingga meningkatkan risiko munculnya perasaan kesepian dan keterasingan (Wang et al., 2017). Dengan demikian, tingginya tingkat isolasi sosial pada siswa dalam penelitian ini dapat diinterpretasikan sebagai indikator bahwa sistem pendukung di sekitar mereka belum berjalan maksimal dalam memberikan rasa aman dan penerimaan yang dibutuhkan pada siswa.

Dalam konteks pendidikan, temuan ini menegaskan pentingnya peran layanan bimbingan dan konseling dalam membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial. Intervensi yang berfokus pada peningkatan komunikasi interpersonal, kepercayaan diri, serta regulasi emosi menjadi sangat relevan untuk mengurangi kecenderungan isolasi sosial. Berdasarkan teori perkembangan remaja, masa ini adalah fase krusial untuk pembentukan identitas sosial, sehingga intervensi yang tepat sangat diperlukan. Intervensi yang berfokus pada pengembangan komunikasi interpersonal, manajemen emosi, dan pembangunan karakter (Agustina & Feni, 2023). Selain itu, keterlibatan orang tua dan lingkungan sekolah sebagai sistem dukungan utama menjadi syarat mutlak agar upaya preventif dan kuratif dapat berjalan efektif.

Oleh karena itu, temuan penelitian ini tidak sekadar memberikan gambaran kondisi isolasi sosial siswa, tetapi juga menegaskan perlunya upaya preventif dan intervensi yang berkelanjutan. Pendekatan yang komprehensif diharapkan mampu membantu siswa membangun hubungan sosial yang lebih positif dan meningkatkan kesejahteraan psikologisnya.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat isolasi sosial siswa di SMAN 5 Makassar didominasi oleh kategori sedang dengan kecenderungan menuju tinggi, yang menunjukkan bahwa kemampuan interaksi sosial siswa belum berkembang secara optimal. Kondisi ini mencerminkan adanya hambatan dalam menjalin hubungan interpersonal, seperti kecenderungan menarik diri, rendahnya keterlibatan dalam aktivitas sosial, dan munculnya perasaan kesepian. Temuan ini menegaskan bahwa isolasi sosial merupakan permasalahan yang perlu mendapat perhatian karena berpotensi memengaruhi dimensi sosial, emosional, maupun akademik peserta didik. Dengan demikian, penelitian ini memiliki kontribusi penting dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling, terutama dalam merancang program yang berfokus pada peningkatan keterampilan sosial, kepercayaan diri, dan kualitas hubungan interpersonal siswa, sehingga dapat mendukung perkembangan sosial dan emosional secara optimal.

Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain jumlah sampel yang relatif terbatas serta ruang lingkup penelitian yang hanya dilakukan pada satu sekolah, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, penggunaan instrumen angket memungkinkan adanya bias jawaban karena bergantung pada kejujuran responden. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan cakupan sampel yang lebih luas

serta memanfaatkan teknik pengumpulan data yang lebih beragam guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

SARAN

Berdasarkan temuan penelitian diatas, disarankan kepada guru bimbingan dan konseling untuk mengoptimalkan layanan yang berfokus pada pengembangan keterampilan sosial siswa, baik melalui konseling kelompok maupun layanan klasikal, sebagai upaya mengurangi kecenderungan isolasi sosial. Peserta didik diharapkan lebih aktif dalam berinteraksi, meningkatkan partisipasi dalam kegiatan kelompok, serta melatih kemampuan komunikasi interpersonal guna membangun hubungan sosial yang positif. Sekolah dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar untuk menyusun program penguatan kesehatan mental dan sosial siswa, khususnya dalam meningkatkan keterlibatan dan kualitas hubungan antar siswa di lingkungan sekolah. Selanjutnya, peneliti berikutnya dianjurkan untuk melibatkan sampel yang lebih luas dan beragam serta memanfaatkan pendekatan metodologis yang lebih variatif, termasuk pengujian efektivitas intervensi konseling, agar diperoleh hasil yang lebih komprehensif dan mendalam terkait upaya penanganan isolasi sosial pada remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Para peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta peran dalam penyusunan manuskrip artikel ini hingga dapat terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih secara khusus diberikan kepada para dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta masukan yang konstruktif dalam setiap tahapan penelitian, mulai dari penyusunan proposal, pelaksanaan penelitian, hingga proses penulisan artikel ilmiah ini, sehingga sangat membantu penulis dalam memahami konsep penelitian, meningkatkan kualitas analisis, serta menyusun artikel sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang tepat. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak SMAN 5 Makassar yang telah memberikan izin serta kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di lingkungan sekolah tersebut, termasuk kepala sekolah, guru bimbingan dan konseling, serta seluruh staf yang telah membantu dalam proses pengumpulan data, memberikan informasi yang dibutuhkan, dan mendukung kelancaran pelaksanaan penelitian ini. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh siswa yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, karena partisipasi, keterbukaan, dan kejujuran dalam mengisi angket sangat membantu penulis dalam memperoleh data yang akurat dan sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Feni, I. R. (2023). Intervensi latihan keterampilan sosial pada pasien isolasi sosial: A case report. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), 2922–2931.
- Akbar, Annisa, Sahril Buchori, and N. F. U. (2024). Penerapan Konseling Kelompok Melalui Teknik Bermain Peran Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Verbal Siswa Di MAN Pinrang. *Jurnal Interdisipliner*, 1(3), 169–178.
- Creswell, J. W. & Creswell, J. D. (2024). *Research Design Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications, Inc.
- Ezzatvar, Y., Muñoz-pardeza, J., Yáñez-sepúlveda, R., & Hurtado-almonacid, J. (2026). Adolescent Loneliness And Social Isolation As Predictors Of 24-h Movement Quidelines Adherence Into Adulthood : A Prospective Study. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 20(18), 1–10.
- Hasanuddin, K. (2021). Dukungan Sosial, Penyesuaian Diri dan Kesejahteraan Psikologis pada Siswa SMA Negeri 2 Binjai. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 13(2), 148–155. <https://doi.org/10.31289/analitika.v13i2.5906>
- Holt-lunstad, J. (2020). Social Isolation and Loneliness: Develop a More Robust Evidence Base. *Innovation in Aging*, 4(1), 713–714. <https://doi.org/10.1093/geroni/igaa057.2513>
- Laia, Almaide Isabelle Lina de Jaqueline Ferraz Rego, Amanda Carvalho Girardi Teixeira, M. R. M. (2021). Social Isolation And Its Impact On Child And Adolescent Development: A Systematic Review. *National Center for Biotechnology Information*. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2022/40/2020385>

- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., Mcmanus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218–1239. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Main, K., Bouton, B. D., & Pendergast, D. (2025). The Importance of Social and Emotional Skills During Adolescence to Promote a Positive Social Identity : A Systematic Literature Review and Reflection Using Bronfenbrenner ' s Bioecological Theory. *Education Sciences*, 15(2), 258. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/educsci15020258>
- Murayama, H., Okubo, R., & Tabuchi, T. (2021). Increase In Social Isolation During The Covid-19 Pandemic And Its Association With Mental Health: Findings From The Jaccis 2020 Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph18168238>
- Pandang A & Anas M. (2019). *Penelitian Eksperimen dalam Bimbingan Konseling* (Edisi Pert). Universitas Negeri Makassar.
- Pangestu, P. (2025). Dampak Isolasi Sosial terhadap Fungsi Kognitif dan Emosional Individu. *Literacy Notes*, 1(1), 1–9.
- Prabowo, M. (2020). Latihan Peningkatan Interaksi pada Pasien Isolasi Sosial. In *Disertasi*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Santos Simone José Dos, Fernanda Cunha Soares, Nadia Gaoua, João F. L. B. Rangel Junior, Rodrigo Antunes Lima, M. V. G. de B. (2024). Development And Validation Of A Scale To Measure Social Isolation In Adolescents Simone. *Journal of Research on Adolescence*, 34(3), 1069–1077. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/jora.12952>
- Sari, R. K. (2021). Penelitian Kepustakaan Dalam Penelitian Pengembangan Pendidikan Bahasa Indonesia. *Jurnal Borneo Humaniora*, 4(2), 60–69.
- Sari, S. P., & Yustiana, Y. R. (2022). Bimbingan dan Konseling Bermain dengan Pendekatan Cognitive Behavioral untuk Mengembangkan Resiliensi Mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(1), 113–120.
- Schnepf, S. V, Boldrini, M., & Blaskó, Z. (2023). Adolescents Loneliness In European Schools : a Multilevel Exploration Of School Environment And Individual Factors. *BMC Public Health*, 23(1), 1–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12889-023-16797-z>
- Sri, G. L. (2024). Implementasi Layanan Konseling Individual Teknik Thought Stopping Dalam Mereduksi Kecemasan Pada Peserta Didik Sma Tamansiswa Teluk Betung Utara. In *Disertasi*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik atau SKKPD SD SMP SMA SMK Perguruan Tinggi*. (2024). Konseling All about Guidance and Counseling. <https://konseling.web.id/standar-kompetensi-kemandirian-peserta-didik/>
- Sugiri, A., & Kusumawardana, M. Y. (2025). Educational Psychology in Developing Students ' Emotional Intelligence. *ARRUS Journal of Social Sciences and Humanities*, 5(1), 845–852. <https://doi.org/https://doi.org/10.35877/soshum3725>
- Sugiyono. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (M. Dr. Ir. Sutopo. S.Pd (Ed.); Cetakan Ke). Alfabeta.
- Talmus, L. (2019). Tackling Social Isolation in Middle School. *Childhood Education*, 95(6), 42–49. <https://doi.org/10.1080/00094056.2019.1689058>
- Verity, L., Burke, L., & Qualter, P. (2025). Loneliness In Adolescence : Prevalence , Developmental Contexts , and Interventions. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.3389/fpsy.2025.1696981>
- Wang, J., Lloyd, B., Domenico, E., Rebecca, G., Nebo, C., Mann, F., & Johnson, S. (2017). Social Isolation In Mental Health : A Conceptual And Methodological Review. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 52(12), 1451–1461. <https://doi.org/10.1007/s00127-017-1446-1>
- Widyasari Dian Caesaria, Khofifah Nur Sabrina, Nandy Agustin Syakarofath, D. K. (2022). Loneliness dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 5(2), 142–149.