

## Featured Research

---

# Revisiting the Differences in Self-Disclosure in Introverted and Extroverted Students: New Findings from the World of Education

Jihan Adilla, Rezki Hariko\*), Dina Sukma, Puji Gusri Handayani  
Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Padang, Indonesia

\*) Correspondence Author address e-mail: [hariko.r@fip.unp.ac.id](mailto:hariko.r@fip.unp.ac.id)

**Abstract:** The phenomenon of low self-disclosure in adolescents is one of the problems that can hinder students' social relationships and emotional development at school. The current study aims to describe the level of self-disclosure in students in general and in each personality type, as well as to examine the differences in self-disclosure between students with introversion and extroversion personality types. This study uses a quantitative method with a comparative descriptive approach. The respondents were 190 students of MAN 1 Kota Bukittinggi (95 introverts and 95 extroverts) selected using a simple random sampling technique. Data were collected through the administration of an adolescent self-disclosure scale compiled based on the Likert scale model. Analysis of differences used an independent sample t-test with the help of the SPSS program. The results showed that the overall level of student self-disclosure was in the moderate category. Meanwhile, hypothesis testing showed that there was no significant difference between the self-disclosure of introversion and extroversion students ( $\text{sig} = 0.894 > 0.05$ ). These findings indicate that personality type does not significantly influence self-disclosure. This research provides insights for guidance and counseling teachers in developing services that can maintain and further enhance student self-disclosure.

**Keywords:** Interpersonal Communication, Personality, Adolescent, Counseling

**Article History:** Received on 13/10/2025; Revised on 17/11/2025; Accepted on 22/11/2025; Published Online: 29/11/2025.



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2025 by author.

## PENDAHULUAN

Fenomena perkembangan sosial dan emosional pada masa remaja tidak selalu berlangsung secara lancar. Pada tahap ini, remaja kerap dihadapkan pada berbagai persoalan, seperti pertentangan dengan teman sebaya, kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan orang tua, serta tekanan yang berasal dari lingkungan sosial mereka (Bleckmann et al., 2024). Di tengah dinamika tersebut, remaja kerap mengalami hambatan dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, serta pengalaman pribadi mereka kepada orang lain. Hambatan ini dapat berdampak pada munculnya rasa terasing, rendahnya harga diri, bahkan gangguan psikologis, apabila tidak ditangani dengan tepat (Gonsalves, 2023). Pada kenyataannya keterbatasan dalam komunikasi interpersonal ini dapat menghambat perkembangan sosial remaja dan mengurangi kemampuan dalam menjalin hubungan

yang sehat (Fadhila et al., 2024). Untuk menciptakan hubungan sosial yang hangat, terbuka, dan harmonis, dibutuhkan komunikasi yang efektif, salah satu bentuk komunikasi interpersonal yang penting dalam konteks ini adalah *self disclosure* atau keterbukaan diri (Hamzah & Ardiyanti, 2025). Kemampuan untuk melakukan *self disclosure* secara sehat memungkinkan remaja menyampaikan pikiran dan perasaan mereka secara jujur, membangun kepercayaan, serta memperkuat relasi sosial (Towner et al., 2022). Oleh karena itu, keterbukaan diri atau *self-disclosure* memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis dan pembentukan identitas remaja (Nadlyfah & Kustanti, 2020). Dalam era digital saat ini, fenomena *self-disclosure* remaja menjadi semakin kompleks karena pengaruh media sosial dan interaksi daring yang turut mempengaruhi cara mereka mengekspresikan diri (Liu et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman terhadap *self-disclosure* remaja dalam konteks pendidikan modern menjadi semakin relevan.

*Self-disclosure* atau keterbukaan diri dipelopori oleh Sidney Jourard, di mana *konsep self-disclosure* yaitu mengizinkan jati diri untuk diketahui oleh orang lain Jourard (1971). Selanjutnya Archer (1987) mendefinisikan *self-disclosure* sebagai proses dimana individu secara sukarela membagikan informasi pribadi, perasaan, dan pengalaman kepada orang lain. Sagiyanto & Ardiyanti (2018) menyatakan *self-disclosure* adalah berbagi perasaan dan juga informasi kepada orang lain yang sebelumnya tidak diketahui. *Self-disclosure* dapat mendorong individu untuk berbagi informasi dan juga melibatkan niat dan kesadaran dari individu untuk membuka diri (Kusumaningrum et al., 2025).

Fenomena yang berkaitan dengan *self-disclosure* siswa dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Stianingsih (2020) terhadap siswa SMA N 1 Sewon Bantul Yogyakarta, menemukan bahwa *self-disclosure* siswa termasuk rendah dengan persentase sebesar 74%, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih enggan mengungkapkan perasaan atau pikiran secara penuh kepada orang lain. Selanjutnya, penelitian oleh Soputan (2021) terhadap siswa di SMA Negeri 3 Kota Semarang dan SMA Negeri 5 Kota Semarang, menemukan bahwa tingkat *self-disclosure* tergolong rendah, dengan persentase 30%. Berbeda dengan penelitian oleh Nofembri (2021) terhadap siswa kelas X di SMK Negeri 9 Padang menemukan bahwa tingkat *self-disclosure* tergolong sedang, dengan persentase 63,2% siswa. Selanjutnya, penelitian Jelita (2025) menemukan bahwa *self-disclosure* siswa di SMA X Kota Bekasi berada pada kategori sedang dengan persentase 56,15 %.

Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat *self-disclosure* siswa yaitu topik pengungkapan, jenis kelamin, hubungan interpersonal dan tipe kepribadian Archer (1987). Pada faktor tersebut, tipe kepribadian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya *self-disclosure*. Carl Jung seorang psikiater dan psikoanalisis asal Swiss, merupakan orang pertama yang mengklasifikasikan kepribadian manusia ke dalam dua kategori, yaitu *introversi* dan *ekstroversi* (Feist et al., 2006). Setiap tipe kepribadian memiliki kelebihan tersendiri dan tidak ada yang lebih baik atau buruk (Laney, 2002). Tipe kepribadian *introversi* dan *ekstroversi* memiliki perbedaan dalam *self-disclosure* (Archer, 1987). Penelitian oleh (Rahardjo et al., 2020) menegaskan bahwa individu *ekstroversi* memiliki kecenderungan yang lebih besar dalam melakukan *self-disclosure* karena motif pemeliharaan relasi dan keinginan untuk mengekspresikan diri. Sebaliknya, individu dengan kepribadian *introversi* cenderung tertutup terhadap informasi pribadi, meskipun mereka tetap mampu membangun kedekatan emosional yang mendalam melalui bentuk *self-disclosure* yang selektif dan bermakna (Hildhasari & Dharma, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa setiap tipe kepribadian memiliki cara tersendiri dalam melakukan keterbukaan diri, dan memahami perbedaan tersebut penting untuk membantu remaja membangun hubungan sosial dan kondisi psikologis yang sejahtera.

Penelitian Dara (2024) menemukan bahwa *self-disclosure* remaja dengan tipe kepribadian *ekstroversi* lebih tinggi daripada remaja dengan tipe kepribadian *introversi*. Selanjutnya, penelitian oleh Rasyid (2019) menemukan bahwa remaja *introversi* mengalami kesulitan dalam melakukan *self-disclosure*, sehingga diperlukan strategi tertentu untuk mendorong *self-disclosure* mereka. Sementara itu, siswa dengan tipe kepribadian *ekstroversi* dianggap lebih mampu untuk melakukan *self-disclosure* karena kemampuan mereka dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Namun, masih sedikit penelitian yang membandingkan tingkat *self-disclosure* antara siswa *introversi* dan *ekstroversi*. Temuan ini menegaskan bahwa karakteristik sosial dan emosional yang berbeda antara tipe kepribadian *introversi* dan *ekstroversi* mempengaruhi tingkat *self-disclosure* yang mereka lakukan. Oleh karena itu, peran bimbingan dan konseling di sekolah menjadi sangat penting dalam membantu pikiran dan perasaan mereka secara jujur, membangun kepercayaan, serta memperkuat relasi sosial (Towner et al., 2022). Oleh karena itu, keterbukaan diri atau *self-disclosure* memiliki peran penting dalam mendukung kesejahteraan psikologis dan pembentukan identitas remaja (Nadlyfah & Kustanti, 2020). Dalam era digital saat ini, fenomena *self-disclosure* remaja menjadi semakin kompleks karena pengaruh media sosial dan interaksi daring yang turut mempengaruhi cara mereka mengekspresikan diri (Liu et al., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman terhadap *self-disclosure* remaja dalam konteks pendidikan modern menjadi semakin relevan.

*Self-disclosure* atau keterbukaan diri dipelopori oleh Sidney Jourard, di mana konsep *self-disclosure* yaitu mengizinkan jati diri untuk diketahui oleh orang lain Jourard (1971). Selanjutnya Archer (1987) mendefinisikan *self-disclosure* sebagai proses dimana individu secara sukarela membagikan informasi pribadi, perasaan, dan pengalaman kepada orang lain. Sagiyanto&Ardiyanti (2018) menyatakan *self-disclosure* adalah berbagi perasaan dan juga informasi kepada orang lain yang sebelumnya tidak diketahui. *Self-disclosure* dapat mendorong individu untuk berbagi informasi dan juga melibatkan niat dan kesadaran dari individu untuk membuka diri (Kusumaningrum et al., 2025).

Fenomena yang berkaitan dengan *self-disclosure* siswa dapat dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Stianingsih (2020) terhadap siswa SMA N 1 Sewon Bantul Yogyakarta, menemukan bahwa *self-disclosure* siswa termasuk rendah dengan persentase sebesar 74%, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa masih enggan mengungkapkan perasaan atau pikiran secara penuh kepada orang lain. Selanjutnya, penelitian oleh Soputan (2021) terhadap siswa di SMA Negeri 3 Kota Semarang dan SMA Negeri 5 Kota Semarang, menemukan bahwa tingkat *self-disclosure* tergolong rendah, dengan persentase 30%. Berbeda dengan penelitian oleh Nofembri (2021) terhadap siswa kelas X di SMK Negeri 9 Padang menemukan bahwa tingkat *self-disclosure* tergolong sedang, dengan persentase 63,2% siswa. Selanjutnya, penelitian Jelita (2025) menemukan bahwa *self-disclosure* siswa di SMA X Kota Bekasi berada pada kategori sedang dengan persentase 56,15 %.

Banyak faktor yang mempengaruhi tingkat *self-disclosure* siswa yaitu topik pengungkapan, jenis kelamin, hubungan interpersonal dan tipe kepribadian Archer (1987). Pada faktor tersebut, tipe kepribadian merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terbentuknya *self-disclosure*. Carl Jung seorang psikiater dan psikoanalisis asal Swiss, merupakan orang pertama yang mengklasifikasikan kepribadian manusia ke dalam dua kategori, yaitu *introversi* dan *ekstroversi* (Feist et al., 2006). Setiap tipe kepribadian memiliki kelebihan tersendiri dan tidak ada yang lebih baik atau buruk (Laney, 2002). Tipe kepribadian *introversi* dan *ekstroversi* memiliki perbedaan dalam *self-disclosure* (Archer, 1987). Penelitian oleh (Rahardjo et al., 2020) menegaskan bahwa individu *ekstroversi* memiliki kecenderungan yang lebih besar dalam melakukan *self-disclosure* karena motif pemeliharaan relasi dan keinginan untuk mengekspresikan diri. Sebaliknya, individu dengan

kepribadian *introversi* cenderung tertutup terhadap informasi pribadi, meskipun mereka tetap mampu membangun kedekatan emosional yang mendalam melalui bentuk *self-disclosure* yang selektif dan bermakna (Hildhasari & Dharma, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa setiap tipe kepribadian memiliki cara tersendiri dalam melakukan keterbukaan diri, dan memahami perbedaan tersebut penting untuk membantu remaja membangun hubungan sosial dan kondisi psikologis yang sejahtera.

Penelitian Dara (2024) menemukan bahwa *self-disclosure* remaja dengan tipe kepribadian ekstroversi cenderung lebih tinggi dibandingkan remaja dengan tipe kepribadian introversi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rasyid (2019) yang menunjukkan bahwa remaja introversi mengalami hambatan dalam mengungkapkan diri sehingga memerlukan strategi khusus untuk mendorong *self-disclosure* mereka. Sebaliknya, individu dengan tipe kepribadian ekstroversi umumnya lebih mudah melakukan *self-disclosure* karena kemampuan bersosialisasi yang lebih baik. Meskipun demikian, penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada hubungan umum antara tipe kepribadian dan *self-disclosure*, tanpa mengkaji perbedaan tingkat *self-disclosure* secara spesifik dalam konteks lingkungan sekolah tertentu. Hingga saat ini, penelitian yang secara langsung membandingkan tingkat *self-disclosure* antara siswa introversi dan ekstroversi pada setting sekolah menengah, khususnya di MAN, masih sangat terbatas. Kekosongan ini menunjukkan bahwa perbedaan karakteristik sosial dan emosional kedua tipe kepribadian tersebut belum sepenuhnya dipahami dalam konteks kehidupan sekolah sehari-hari. Di sisi lain, layanan bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan *self-disclosure* yang sehat. Namun, sebagian siswa menunjukkan motivasi rendah untuk mengikuti layanan tersebut (Hariko, 2018), sehingga guru BK perlu mampu memfasilitasi siswa agar *self-disclosure* yang terbentuk bersifat positif dan membantu mereka menghadapi permasalahan emosional. Berdasarkan celah penelitian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk (1) mendeskripsikan tingkat *self-disclosure* siswa MAN 1 Kota Bukittinggi, serta (2) menguji perbedaan *self-disclosure* berdasarkan tipe kepribadian introversi dan ekstroversi. Hasil penelitian diharapkan memberi kontribusi pada pengembangan layanan bimbingan dan konseling melalui pemahaman yang lebih mendalam mengenai kecenderungan *self-disclosure* siswa dengan karakteristik kepribadian yang berbeda.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kuantitatif deskriptif komparatif. Menurut Sugiyono (2020) metode kuantitatif deskriptif adalah metode yang memaparkan fenomena berdasarkan numerik, yang bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi objek penelitian. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskripsi untuk mengetahui perbedaan *self-disclosure* pada siswa introversi dan ekstroversi.

## Populasi dan Sample

Populasi penelitian ini yaitu siswa MAN 1 Kota Bukittinggi tahun ajaran 2025/2026 yang berjumlah 190 siswa. Karena jumlah populasi relatif kecil dan kemungkinan untuk diteliti secara keseluruhan, penelitian ini menggunakan teknik total sampling atau sampling jenuh, yaitu teknik yang dimana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai sample penelitian (Sugiyono, 2020). Melalui instrumentasi Jung's Type Indicator (JTI) maka diperolehnya 50% atau 95 siswa introversi dan 50% atau 95 siswa ekstroversi. Oleh karena itu, sample pada penelitian ini adalah 190 siswa.

## Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan satu skala utama yaitu skala *Self Disclosure* yang dikembangkan oleh penulis berdasarkan teori Jourard et al (1987) yang berdasarkan aspek informasi yang diungkapkan (*amount*), pengungkapan diri (*valance*), kedalaman pengungkapan diri (*depth*), kebenaran dari pengungkapan diri (*accuracy*). Dengan model skala likert dengan 5 alternatif jawaban. Dan telah teruji validitas dan nilai *Cronbach Alpha* atau reliabilitasnya 0.87 yang berarti menunjukkan bahwa instrumen *self-disclosure* layak digunakan.

## Prosedur Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MAN 1 Kota Bukittinggi dengan data yang dikumpulkan melalui *google form* yang dibantu oleh Guru Bimbingan dan Konseling. Pada awal *google form* terdapat persetujuan ketersediaan siswa untuk mengisi skala ini dengan secara sukarela. Selanjutnya setelah pengumpulan data, diolah dan dianalisis.

## Analisis penelitian

Data diolah dengan teknik analisis statistik deskriptif dan uji perbedaan sample t-test. Uji perbedaan dilakukan untuk mengetahui perbedaan *self-disclosure* pada siswa intraversi dan ekstrasversi. Data diolah dengan teknik statistik deskriptif dan untuk uji perbedaan menggunakan independent sample t-test. Dengan memanfaatkan program SPSS (*Statistical product Service and Solutions*) 22.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. *Self-Disclosure* Siswa MAN 1 Kota Bukittinggi

Berdasarkan temuan penelitian berkenaan dengan *self-disclosure* siswa MAN 1 Kota Bukittinggi, dapat diamati pada Tabel. 1

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi *Self-Disclosure* Siswa Secara Keseluruhan (n=190)

Kategori	Interval		f	%f
	Skor	%		
Sangat Tinggi	>110	>85	1	0,53
Tinggi	89-109	68-84	62	32,63
Sedang	68-88	52-67	115	60,53
Rendah	47-67	36-51	12	6,32
Sangat Rendah	<46	<35	0	0,00
	Jumlah		190	100

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa sebagian besar skor jawaban responden berada pada kategori sedang (60,53%), diikuti oleh kategori tinggi (32,63%) lalu kategori rendah (6,32%) dan kategori sangat tinggi (0,53%) serta tidak terdapat skor jawaban responden pada kategori sangat rendah. Berdasarkan cuplikan data, dapat disimpulkan bahwa sebaran data *self-disclosure* siswa MAN 1 Kota Bukittinggi berada pada kategori sedang hingga tinggi. Dengan demikian, sebagian besar siswa MAN 1 Kota Bukittinggi menampilkan sikap *self-disclosure*.

Untuk melihat lebih jauh kecenderungan *self-disclosure* siswa, data dikaji berdasarkan tipe kepribadian responden. Dimana tipe kepribadian terbagi atas dua, yaitu *introversi* dan *ekstroversi*.

## 2. Self-Disclosure Siswa Introversi dan Ekstroversi

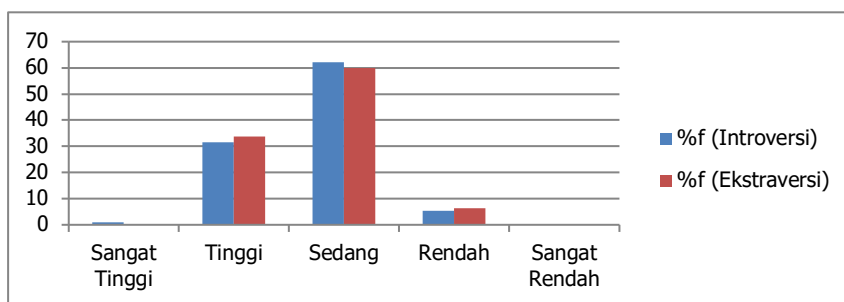
Berikut disajikan distribusi self-disclosure siswa berdasarkan tipe kepribadian introversi dan ekstroversi:

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Self-disclosure Siswa Introversi (n=95) dan Ekstroversi (n=95)

Kategori	Interval		Introversi		Ekstroversi	
	Skor	%	f	%f	f	%f
Sangat Tinggi	>110	>85	1	1,05	1	0,00
Tinggi	89-109	68-84	30	31,58	30	33,68
Sedang	68-88	52-67	59	62,11	59	60,00
Rendah	47-67	36-51	5	5,26	5	6,32
Sangat Rendah	<46	<35	0	0,00	0	0,00
	Jumlah		95	100	95	100

Dari Tabel 2, dapat dijelaskan bahwa sebagian besar skor jawaban responden tipe kepribadian *introversi* berada pada kategori sedang (62,11%). Meskipun tidak terdapat skor responden pada kategori sangat rendah (0%), masih terdapat responden tipe *introversi* yang berada pada kategori rendah (5,26). Di sisi lain, terdapat skor jawaban responden tipe *introversi* yang berada pada kategori tinggi (31,58%) dan sangat tinggi (1,05%). Selanjutnya, gambaran skor jawaban responden dengan tipe *ekstroversi* agak mirip dengan tipe *introversi*. Sebagian besar skor jawaban responden tipe kepribadian ekstroversi berada pada kategori sedang (60,00%), terdapat sejumlah kecil skor jawaban responden pada kategori rendah (6,32%) dan sisanya berada pada kategori tinggi (33,68%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden belum memiliki keterbukaan diri (*self-disclosure*) yang baik, baik untuk tipe kepribadian *introversi* maupun *ekstroversi*.

Untuk lebih jelasnya, berikut disajikan grafik tingkat *self-disclosure* siswa dengan tipe kepribadian *introversi* dan *ekstroversi*:



**Gambar 1.** Grafik *self-disclosure* siswa *introversi* (n=95) dan *ekstroversi* (n=95)

Berdasarkan Gambar 1, terlihat bahwa baik siswa dengan tipe kepribadian *introversi* maupun *ekstroversi* menunjukkan kecenderungan terbesar pada kategori sedang dan tinggi. Pada kelompok *introversi*, persentase tertinggi terdapat pada kategori sedang sebesar (62,11%), diikuti oleh kategori tinggi sebesar (31,58%), sedangkan kategori rendah hanya sebesar (5,26%) dan sangat tinggi sebesar (1,05%). Sementara itu, pada kelompok *ekstroversi*, kategori sedang juga mendominasi dengan persentase (60,00%), diikuti kategori tinggi sebesar (33,68%), serta rendah sebesar (6,32%), dan tidak ada siswa pada kategori sangat tinggi maupun sangat rendah.

Selanjutnya, guna penarikan kesimpulan deskriptif tentang *self-disclosure siswa*, pada Tabel 3 berikut disajikan nilai salah satu koefisien kecenderungan pemusatan data (mean) dan penyebaran data (standar deviasi), baik untuk variabel (keseluruhan) maupun sub variabel *self-disclosure*.

**Tabel 3.** Deskripsi *Self-disclosure* Siswa *Introversi* (n=95)

No	Sub-Variabel	Ideal	Max	Min	Total	Mean	%Mean	SD	Kat
1	<i>Amount</i>	25	21	5	1286	13,54	54,15	3,32	S
2	<i>Valence</i>	25	21	10	1555	16,37	65,47	2,57	S
3	<i>Depth</i>	25	23	7	1479	15,57	62,27	3,17	S
4	<i>Accuracy</i>	30	27	11	2051	21,59	71,96	3,23	T
5	<i>Intention</i>	25	21	8	1431	15,06	60,25	2,3	S
Keseluruhan		130	113	41	7802	82,13	62,82	14,6	S

Berdasarkan Tabel 3, secara umum tingkat *self-disclosure* siswa *introversi* berada pada kategori sedang ( $\bar{X} = 82,13$ ; 62,82). Pada sub variabel jumlah informasi yang diungkapkan (*amount*) ( $\bar{X} = 13,54$ ; 54,15), nilai positif atau negatif dari pengungkapan diri (*valence*) ( $\bar{X} = 16,37$ ; 65,47), kedalaman pengungkapan diri (*depth*) ( $\bar{X} = 15,57$ ; 62,27), dan niat pengungkapan diri (*intention*) ( $\bar{X} = 15,06$ ; 60,25) berada pada kategori sedang. Sementara itu, pada aspek kebenaran pengungkapan diri (*accuracy*) ( $\bar{X} = 21,59$ ; 71,96) termasuk dalam kategori tinggi.

**Tabel 4.** Deskripsi *Self-disclosure* Siswa *Ekstroversi* (n=95)

No	Sub-Variabel	Ideal	Max	Min	Total	Mean	%Mean	SD	Kat
1	<i>Amount</i>	25	20	5	1251	13,17	52,67	3,29	S
2	<i>Valence</i>	25	21	9	1572	16,55	66,19	2,55	S
3	<i>Depth</i>	25	22	9	1479	15,57	62,27	2,87	S
4	<i>Accuracy</i>	30	29	14	2022	21,28	70,95	2,95	T
5	<i>Intention</i>	25	21	7	1460	15,37	61,47	2,4	S
Keseluruhan		130	113	44	7784	81,94	62,71	14,1	S

Tabel 4, menunjukkan bahwa *self-disclosure* siswa *ekstroversi* secara umum berada pada kategori sedang ( $\bar{X} = 81,94$ ; 62,71). Pada sub variabel *amount* ( $\bar{X} = 13,17$ ; 52,67), *valence* ( $\bar{X} = 16,55$ ; 66,19), *depth* ( $\bar{X} = 15,57$ ; 62,27), dan *intention* ( $\bar{X} = 15,37$ ; 61,47) termasuk dalam kategori sedang, sedangkan pada aspek *accuracy* ( $\bar{X} = 21,28$ ; 70,95) berada pada kategori tinggi. Dapat disimpulkan bahwa *self-disclosure* siswa dengan tipe kepribadian *introversi* maupun *ekstroversi* berada pada kategori sedang, terutama terlihat pada aspek kebenaran dari pengungkapan diri (*accuracy*) yang berada pada kategori tinggi pada kedua tipe kepribadian. Hal ini menunjukkan bahwa siswa dengan kepribadian *introversi* maupun *ekstroversi* cenderung mengungkapkan informasi diri secara cukup terbuka dan jujur.

### 3. Perbedaan *Self-Disclosure* Siswa ditinjau dari Tipe Kepribadian

Untuk melihat perbedaan *self-disclosure* siswa *introversi* dan *ekstroversi* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 5.** Hasil Pengolahan Data *Self-Disclosure* Siswa (n=190)

	Tipe Kepribadian	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Self-Disclosure</i>	<i>Ekstroversi</i>	95	81,89	9.561	.981
	<i>Introversi</i>	95	82.89	10.020	1.028

Pada Tabel 5, secara kasat mata dapat dilihat bahwa berdasarkan nilai mean terdapat perbedaan *self-disclosure* antara siswa *ekstroversi* (81,89%) dan *introversi* (82,89%). Hasil ini juga menunjukkan bahwa siswa ekstroversi lebih terbuka daripada siswa *introversi*. Guna menguji apakah perbedaan yang tampak tersebut signifikan atau tidak, dilakukan pengujian signifikansi menggunakan formula *independent sample-test*. Hasil pengujian dapat dilihat pada Tabel 5 berikut:

**Tabel 6.** Hasil Uji Perbedaan Self-Disclosure Siswa Ditinjau dari Tipe Kepribadian (n=190)

t-test for Equality of Means						
F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
	.573	.134	188	.894	.18947	141.390

Berdasarkan Tabel 6, menunjukkan bahwa nilai Levene's Test for Equality of Variances memiliki nilai F = 0,318 dengan Sig. = 0,573, yang berarti lebih besar dari 0,05 ( $0,573 > 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa varian kedua kelompok adalah homogen atau sama. Oleh karena itu, analisis selanjutnya menggunakan baris *Equal variances assumed*. Selanjutnya, hasil uji t-test for *Equality of Means* menunjukkan bahwa nilai Sig. (2-tailed) = 0,894, yang berarti lebih besar dari 0,05 ( $0,894 > 0,05$ ). Selanjutnya hasil analisis data dengan melihat nilai t-hitung sebesar 0.134 dengan derajat kebebasan (df) sebesar 188, sedangkan nilai t-tabel pada taraf signifikan 0.05 adalah 1.972. Hal ini berarti bahwa nilai t-hitung lebih kecil dari nilai t-tabel pada taraf signifikan 0.05. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *self-disclosure* antara siswa *introversi* dan *ekstroversi*.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan, baik siswa dengan tipe kepribadian *introversi* maupun *ekstroversi* menunjukkan tingkat *self-disclosure* yang berada pada kategori sedang, dan tidak terdapat perbedaan signifikan antara keduanya. Kondisi ini mengindikasikan bahwa keterbukaan diri pada siswa masih berada pada taraf moderat, yang kemungkinan besar dipengaruhi oleh karakteristik perkembangan remaja yang masih dalam tahap pencarian identitas diri serta kehati-hatian dalam mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain. Hal ini sejalan dengan teori *self-disclosure* oleh Archer (1987) yang menjelaskan bahwa keterbukaan diri seseorang dipengaruhi oleh lima komponen utama, yaitu jumlah informasi yang diungkapkan (*amount*), nilai positif atau negatif dari pengungkapan diri (*valance*), kedalaman pengungkapan diri (*depth*), kebenaran dari pengungkapan diri (*accuracy*), dan niat dalam pengungkapan diri (*intention*). Dalam penelitian ini, kecenderungan *self-disclosure* siswa yang sedang menunjukkan bahwa individu pada masa remaja masih berupaya menyeimbangkan antara kebutuhan untuk diterima secara sosial dan keinginan untuk menjaga privasi diri.

Bagi siswa dengan tipe kepribadian *introversi*, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mereka bukan sepenuhnya menutup diri, melainkan memiliki pola *self-disclosure* yang lebih selektif dan

mendalam. Meskipun *introversi* dikenal lebih berhati-hati dalam membuka diri, mereka dapat membangun kedekatan emosional melalui *self-disclosure* yang bersifat personal dan penuh makna (Battle & White, 2024). Temuan ini juga didukung oleh Stone (2025) yang menemukan bahwa *introversi* lebih memilih untuk mendukung kesejahteraan psikologis ketika individu memiliki kesempatan melakukan *self-disclosure* dalam konteks hubungan yang aman. Dengan demikian, siswa dengan tipe kepribadian *introversi* memiliki kecenderungan untuk lebih terbuka kepada individu yang dipercaya seperti orang tua, teman dekat, atau guru. Hal ini menunjukkan bahwa *self-disclosure* pada *introversi* lebih berorientasi pada kualitas hubungan dan kepercayaan dibandingkan frekuensi pengungkapan diri.

Sementara itu, tipe kepribadian *ekstroversi* juga menunjukkan tingkat *self-disclosure* yang sedang. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun *ekstroversi* cenderung senang berinteraksi sosial, mereka tetap mempertimbangkan konteks sosial dan tingkat kenyamanan dalam mengungkapkan informasi pribadi. Lv et al. (2022) menjelaskan bahwa tipe kepribadian *ekstroversi* berhubungan positif dengan persepsi nilai media (*perceived value*), rasa senang (*perceived hedonism*), dan kegunaan (*perceived usefulness*), di mana ketiganya berperan sebagai mediator dalam memperkuat hubungan antara kepribadian dan kedalaman *self-disclosure*. Selain itu, tingkat keaslian dalam presentasi diri (*degree of authenticity*) berfungsi sebagai moderator yang memperkuat pengaruh *ekstroversi* terhadap *self-disclosure*. Artinya, semakin tinggi tingkat keaslian individu dalam menampilkan dirinya, semakin kuat pula kecenderungan *ekstroversi* untuk mengungkapkan diri secara mendalam dan jujur. Dengan demikian, *self-disclosure* pada individu *ekstroversi* tidak hanya mencerminkan kebutuhan untuk berinteraksi sosial, tetapi juga sebagai sarana untuk membangun citra diri yang autentik dan memperkuat hubungan interpersonal.

Hasil penelitian yang menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan antara kedua tipe kepribadian ini tampak bertolak belakang dengan teori yang dikemukakan oleh Archer (1987), yang menyatakan bahwa individu *ekstroversi* cenderung memiliki tingkat *self-disclosure* lebih tinggi dibandingkan *introversi*. Hal ini disebabkan karena tingkat *self-disclosure* juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti topik pengungkapan, hubungan interpersonal, dan jenis kelamin (Archer, 1987). Selain itu, *self-disclosure* juga dipengaruhi oleh dinamika sosial remaja masa kini telah berubah, dimana perkembangan teknologi dan media sosial membuat remaja memiliki kesempatan yang sama untuk mengekspresikan diri. Trepte (2016) menyatakan *self-disclosure* merupakan suatu proses dimana individu membagikan informasi pribadi tentang diri mereka kepada orang lain, terutama dalam konteks platform online dan media sosial. Dimana, dalam era sosial remaja saat ini pola *self-disclosure* tidak hanya terbentuk melalui interaksi tatap muka, tetapi juga dipengaruhi oleh komunikasi yang terjadi di ruang digital. Hariko & Nurfarhanah (2024), menemukan bahwa kemajuan teknologi informasi telah mendorong munculnya ketergantungan emosional terhadap perangkat digital (*nomophobia*), yang berpotensi mengubah cara remaja membangun relasi dan keterbukaan diri. Dengan demikian, kecenderungan kepribadian seperti *introversi* dan *ekstroversi* sebaiknya dipahami dengan mempertimbangkan dinamika sosial yang terbentuk dalam lingkungan digital masa kini. Selanjutnya Alizamar (2018) menemukan bahwa penggunaan internet yang berlebihan berpotensi menurunkan kemampuan komunikasi interpersonal serta menghambat keterbukaan diri seseorang. Diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syahputra et al (2022) yang memaparkan bahwasannya kecanduan *smartphone* serta *publing* dapat membuat remaja menjadi lebih pasif, menghindari percakapan yang mendalam, serta mengurangi kedekatan emosional. Selain itu, faktor konteks hubungan juga berperan penting dalam keterbukaan diri.

Tang (2012) menunjukkan bahwa individu cenderung melakukan *self-disclosure* paling mendalam kepada teman dekat dibandingkan kepada orang tua atau teman online, yang berarti target hubungan mempengaruhi pola seseorang dalam mengungkapkan diri. Oleh karena itu, tidak adanya perbedaan signifikan dalam penelitian ini dapat terjadi karena baik siswa *introversi* maupun *ekstroversi* sama-sama menyesuaikan tingkat keterbukaannya berdasarkan konteks hubungan yang mereka jalani. Selanjutnya, Hariko & Adlya (2024) menemukan bahwa kemampuan seseorang dalam menghadapi atau mengatasi kesulitan hidup (*adversity quotient*) berada pada kategori tinggi, berarti individu yang memiliki kemampuan menghadapi berbagai tantangan kehidupan erat kaitannya dengan kemampuan individu dalam melakukan *self-disclosure*. Seseorang dengan *adversity quotient* yang tinggi akan lebih terbuka dalam mengungkapkan pikiran, perasaan, maupun pengalaman pribadinya kepada orang lain. Oleh karena itu, setiap siswa perlu memahami sejauh mana tingkat *self-disclosure* yang dimilikinya dan mengenali faktor-faktor yang dapat mempengaruhinya. Pemahaman ini penting agar siswa dapat menggunakan *self-disclosure* secara sehat untuk membangun rasa percaya, mempererat hubungan interpersonal, meningkatkan empati, serta mengasah keterampilan komunikasi. Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan empiris. Pertama, data *self-disclosure* diperoleh melalui skala laporan diri (*self-report*), sehingga memungkinkan munculnya bias sosial di mana siswa cenderung memberikan jawaban yang dianggap baik secara sosial. Kedua, penelitian ini tidak mempertimbangkan faktor-faktor lain seperti kualitas hubungan pertemanan, konteks komunikasi, atau dukungan sosial yang menurut literatur dapat memengaruhi perilaku *self-disclosure*. Ketiga, kategori *introversi*–*ekstroversi* hanya didasarkan pada hasil skala kepribadian tanpa mempertimbangkan spektrum atau variasi perilaku di antara keduanya.

Dari temuan ini, dapat ditegaskan bahwa layanan Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran penting dalam membantu siswa mengembangkan kemampuan *self-disclosure* yang positif. Bimbingan dan konseling sebagai elemen penting dalam pengembangan perilaku sosial positif siswa di sekolah, harus menunjukkan peran (Hariko, 2018). Sebagai profesi yang profesional, guru bimbingan dan konseling bertujuan membantu individu memahami diri, lingkungan, serta hal lain yang terkait dengan kehidupannya. Konselor dihadapkan pada berbagai tantangan berupa tuntutan untuk membantu perkembangan dan pengembangan individu serta pengentasan permasalahan individu (Hariko, 2024). Keberhasilan proses konseling ditentukan oleh kualitas konselor yang mampu membangun hubungan kepercayaan dengan konseli (Afifah, 2023). Dengan demikian, siswa akan lebih mudah membuka diri dan mengungkapkan perasaan maupun pengalaman pribadinya. Disamping itu, bimbingan dan konseling merupakan suatu bidang ilmu dan praktik yang sangat penting dalam membantu individu mengatasi berbagai permasalahan psikologis, sosial, dan emosional yang mereka hadapi dalam kehidupan sehari-hari. Layanan bimbingan konseling tidak hanya berfungsi sebagai sarana untuk memberikan solusi atas masalah yang dialami klien, tetapi juga sebagai proses pengembangan potensi diri, peningkatan kualitas hidup, serta pembentukan karakter yang sehat dan berintegritas (Putri, 2025). Selanjutnya, Hariko (2017) menjelaskan bimbingan dan konseling adalah praktik profesional yang melibatkan interaksi antara seorang konselor dengan individu atau kelompok individu.

Layanan yang dapat diberikan oleh guru BK dalam meningkatkan *self-disclosure* siswa adalah layanan informasi, layanan konseling individual dan layanan bimbingan kelompok. Layanan informasi dapat digunakan untuk memberikan pemahaman mengenai pentingnya keterbukaan diri, sedangkan layanan konseling individual dapat membantu siswa dengan tingkat *self-disclosure*

rendah untuk mengatasi hambatan emosionalnya. Selanjutnya, sesuai dengan pendapat Prayitno (1995; 2017; dalam Sukma, 2018), bimbingan kelompok dapat dimanfaatkan untuk mendorong siswa mengemukakan pendapat dan pengalaman pribadi melalui dinamika kelompok yang positif. Nasution dkk. Bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* juga dapat menciptakan suasana terbuka yang mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dalam diskusi dan mengungkapkan perasaan secara jujur (Nasution et al., 2025). Dalam praktiknya, guru BK perlu dilatih agar memahami konsep *self-disclosure* secara mendalam, termasuk manfaat dan resikonya, sehingga dapat memberikan contoh dan strategi komunikasi yang tepat kepada siswa. Dengan demikian, layanan BK dapat berperan dalam menciptakan iklim sosial sekolah yang mendukung keterbukaan, kepercayaan, dan kesejahteraan emosional siswa.

1

## KESIMPULAN

*Self-disclosure* pada siswa MAN 1 Kota Bukittinggi secara umum berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kecenderungan untuk mengungkapkan pikiran, perasaan, maupun pengalaman pribadi kepada orang lain. Penelitian ini juga menemukan bahwa siswa introversi dan siswa ekstroversi menunjukkan tingkat *self-disclosure* yang relatif sama. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut. Dengan demikian, tipe kepribadian tidak menjadi faktor penentu utama dalam tingkat keterbukaan diri siswa. Temuan ini memberikan wawasan bagi guru BK untuk merancang layanan bimbingan yang dapat membantu meningkatkan kemampuan *self-disclosure* siswa secara lebih optimal. Untuk itu, disarankan pada penelitian selanjutnya mempertimbangkan variabel seperti dukungan sosial, kualitas hubungan pertemanan, dan penggunaan media digital, serta menggunakan metode campuran untuk memperoleh data yang lebih mendalam. Selain itu, penelitian dapat diperluas pada populasi dan konteks sekolah yang berbeda agar hasilnya lebih komprehensif dan dapat dibandingkan secara lebih luas.

## REFERENSI

- Afifah, N., Saragih, N., Hariko, R., & Karneli, Y. (2023). *Indonesian Journal Of Educational Counseling* *Kualitas Konselor Sebagai Penentu Proses Konseling yang*. 7(2), 297–306. <https://doi.org/10.30653/001.202372.282>.
- Alizamar, A., Irdil, I., Taufik, T., Syahniar, S., Afdal, A., Hariko, R., Yendi, F. M., Ardi, Z., Fadli, R. P., Erwinda, L., Zola, N., Suranata, K., Bariyyah, K., & Rangka, I. B. (2018). *Measuring internet addiction: Adaptation and validation of the Chen Internet Addiction Scale (CIAS) on Indonesian version*. *Journal of Physics: Conference Series*, 1114(1), 012057. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1114/1/012057>
- Archer, R. L., Baxter, L. A., Berg, J. H., Carpenter, B. N., Chelune, G. J., Coates, D., Davis, M. H., Derlega, V. J., Fitzpatrick, M. A., Franzoi, S. L., Hendrick, S. S., Hill, C. T., Miller, L. C., Read, S. J., Stiles, W. B., Stokes, J. P., Stull, D. E., Waring, E. M., & Winston, T. (1987). *Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy*.
- Battle, N., & White, G. (2024). Intimate Introverts: Influence of Introversion on Self-Disclosure and Emotional Intimacy in Close Friendships. *Journal of Mental Health and Social Behaviour*, 6(1), 1–

6. <https://doi.org/10.33790/jmhsb1100188>

- Bleckmann, E., Wieczorek, L. L., & Wagner, J. (2024). The Role of Agreeableness, Neuroticism, and Relationship-Specific Features in Self- and Other-Perceptions of Conflict Frequency in Adolescent Relationships with Parents and Peers. *Journal of Youth and Adolescence*, 53(7), 1630–1645. <https://doi.org/10.1007/s10964-024-01951-6>
- Dara, M., Adharina, N., & Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, U. (2024). Perbedaan Self-Disclosure Pada Remaja Pengguna Media Sosial “Facebook” Berdasarkan Tipe Kepribadian Extrovert Dan Introvert di Gampong Cot Batee Kabupaten Bireuen. *Jurnal Psikologi Ar-Raniry*, 2(1), 34–45.
- Fadhila, L., Ahmad, R., & Hariko, R. (2024). *Group Guidance Using Assertiveness Training Techniques Improves Students’ Interpersonal Communication Skills*. 13(2), 367–373.
- Feist, G. J., Roberts, T.-A., & Feist, J. (2006). *Theories of Personality*, 10th Edition. *Mc Graw-Hill*, 276–300.
- Gonsalves, P. P., Nair, R., Roy, M., Pal, S., & Michelson, D. (2023). No Title. *Administration and Policy in Mental Health*, 50(3), 488–505.
- Hamzah, R. dan, & Ardiyanti, S. (2025). Komunikasi Terbuka Dan Self-Disclosure Dalam Meningkatkan Hubungan Interpersonal Remaja. *Jurnal Institusi Politeknik Ganesha Medan*, 8(2), 1–11. <https://www.jurnal.polgan.ac.id/index.php/juripol/article/view/15046/3381>
- Hariko, R. (2017). *Landasan Filosofis Keterampilan Komunikasi Konseling*. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*. 2(2), 11.
- Hariko, R. (2018a). *Are high school students motivated to attend counseling ?* 3(1), 14–21.
- Hariko, R. (2018b). Pengembangan perilaku Prosocial Siswa Melalui Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Seminar Konseling 2017*, 2(2).
- Hariko, R., & Adlya, S. I. (2024). *Gambaran Adversity Quotient Siswa Sekolah Menengah Atas*. November.
- Hariko, R., Bimbingan, J., Pendidikan, F. I., & Padang, U. N. (2024). *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Landasan Filosofis Keterampilan Komunikasi Konseling Landasan Filosofis Keterampilan Komunikasi Konseling*. *Jurnal Kajian Bimbingan Konseling*, 2(2), 10.
- Hariko, R., & Nurfarhanah, N. (2024). *Gambaran Nomophobia Siswa SMA*. November.
- Hildhasari, G. C., & Dharma, F. A. (2024). Self-Disclosure pada Individu Introvert di Media Sosial dalam Perspektif Dramaturgi Erving Goffman. *Indonesian Journal of Cultural and Community Development*, 16(1).
- Jelita Cahya Seruni, K. H. R. (2025). *Hubungan Intimate Friendship dengan Self Disclosure Pada Remaja Pengguna Instagram*. 9, 24601–24604.
- Jih-Hsin Tang 1, C.-C. W. (2012). Self-disclosure among bloggers: re-examination of social penetration theory. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 15(5), 245–250.
- Jourard, S. M., Alizamar, A., Ifdil, I., Taufik, T., Syahniar, S., Afdal, A., Hariko, R., Yendi, F. M., Ardi, Z., Fadli, R. P., Erwinda, L., Zola, N., Suranata, K., Bariyyah, K., Rangka, I. B., Afifah, N., Saragih, N., Hariko, R., Karneli, Y., ... White, G. (1987). Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy. *Journal of Mental Health and Social Behaviour*, 6(1), 297–306. <https://doi.org/10.33790/jmhsb1100188>

- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.); Edisi Ceta). Alfabeta Bandung.
- Syahputra, Y., Ifdil, I., Hafni, M., Solihatun, S., Oktara, T. W., & Erwinda, L. (2022). Narcissism and Social Media Addiction: Gender, Social Demographics, and Social Media Use. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 7(2), 69–79. <https://doi.org/10.23916/0020220736310>
- Kusumaningrum, T. A. I., Hidayat, M. T., Fauziyah, A., Setyaningrum, R., Hidayat, T. A., & Saputri, M. W. (2025). Self-Disclosure of Adolescents As the Most Influential Factor in the Provision of Reproductive Health Information To Adolescents. *Indonesian Journal of Public Health*, 20(1), 163–174. <https://doi.org/10.20473/Ijph.v20i1.2025.163-174>.
- Laney, M. O. (2002). *The Introvert Advantage: How to Thrive in an Extrovert World*. Workman Publishing.
- Liu, L., Zhang, T., & Han, L. (2023). Positive Self-Disclosure on Social Network Sites and Adolescents' Friendship Quality: The Mediating Role of Positive Feedback and the Moderating Role of Social Anxiety. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20043444>
- Lv, Y., Fang, G., Zhang, X., Wang, Y., & Wang, Y. (2022). Influence of personality traits on online self-disclosure: Considering perceived value and degree of authenticity separately as mediator and moderator. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958991>
- Nadlyfah, A. K., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan Antara Pengungkapan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Di Semarang. *Jurnal EMPATI*, 7(1), 136–144. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20171>
- Nasution, A. Z. I., Nirwana, H., Hariko, R., & Fikri, M. (2025). Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik problem solving dalam meningkatkan tanggung jawab belajar siswa SMA. *Jurnal Fokus Konseling*, 11(2), 144–153. <https://doi.org/10.52657/jfk.v11i2.2797>
- Nofembri, A., Fitria, L., & Radyuli, P. (2021). Hubungan Self Disclosure dengan Kepercayaan Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Depan Kelas. *Jurnal Pti (Pendidikan Dan Teknologi Informasi) Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universita Putra Indonesia "Yptk" Padang*, 8(1), 64–70. <https://doi.org/10.35134/jpti.v8i1.40>
- Putri Chandra, M., Karneli, Y., & Gusri Handayani, P. (2025). Peran Etika dan Estetika Filsafat Dalam Layanan Bimbingan Konseling. *Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*, 2 (May), 349–352. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15466153>
- Rahardjo, W., Qomariyah, N., Hermita, M., Suhatri, R. J., Marwan, M. A., & Andriani, I. (2020). Online Adolescent's Self-Disclosure As Social Media Users: the Role of Extraversion Personality, Perception of Privacy Risk, Convenience of Relationship Maintenance, and Self-Presentation. *Jurnal Psikologi*, 19(3), 219–232. <https://doi.org/10.14710/jp.19.3.219-232>
- Rasyid, M., Apriani, I. D., Irianti, S., & Verlanda, A. (2019). "Dice of Feelings" Untuk Meningkatkan Self-disclosure Pada Remaja Tipe Kepribadian Introvert. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 6(1), 17. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v6i1.2359>
- S.M, J. (1971). *The Transparent Self*. Van Nostrand Reinhold.

- Sagiyanto, A., & Ardiyanti, N. (2018). SELF DISCLOSURE MELALUI MEDIA SOSIAL INSTAGRAM (Studi Kasus Pada Anggota Galeri Quote). *Nyimak (Journal of Communication)*, 2(1), 81–94. <https://doi.org/10.31000/nyimak.v2i1.687>
- Soputan, S. D. M. (2021). Keterbukaan Diri Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologis Siswa. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)*, 5(1), 33–42. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v5n1.p33-42>
- Stianingsih, E. S. (2020). Keterbukaan Diri Siswa (*Self Disclosure*). *Empati: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 46–64. <https://journal.upgris.ac.id/index.php/EMPATI/article/view/2276/1770>
- Stone, A., DeGroot, M., McVarnock, A., Cheng, T., Bowker, J. C., & Coplan, R. J. (2025). The Risks of Being a Wallflower: Exploring Links Between Introversion, Aspects of Solitude, and Indices of *Well-Being in Adolescence*. *Behavioral Sciences*, 15 (2), 1–18. <https://doi.org/10.3390/bs15020108>.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutopo (ed.); Edisi Ceta). Alfabeta Bandung.
- Sukma, D. (2018). *Concept and application group guidance and group counseling base on Prayitno ' s paradigms Rujukan konsep bimbingan kelompok dan konseling kelompok karya Prayitno*. 7(2), 49–54.
- Towner, E., Grint, J., Levy, T., Blakemore, S. J., & Tomova, L. (2022). Revealing the self in a digital world: A systematic review of adolescent online and offline self-disclosure. *Current Opinion in Psychology*, 45. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2022.101309>
- Trepte, S. (2016). *Privacy Online: Perspective on Privacy and Self-Diclosure in the social web*.
- Utami, P. D. (2019). Identifikasi Tipe Kepribadian Siswa Menggunakan Jung's Type Indicator (JTI). *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 16(2), 123–132.