

Gambaran *Self Disclosure* Mahasiswa Pengguna Media Sosial Tiktok

Tari Yulanda¹, Zadrian Ardi²

¹Universitas Negeri Padang

²Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: zadrianardi@fip.unp.ac.id

Abstract

Media elektronik paling banyak diminati masyarakat Indonesia adalah Tiktok yang memberikan informasi kepada penggunanya melalui video berdurasi pendek. Media elektronik memberikan wadah untuk berkomunikasi, mengungkapkan pikiran, perasaan, tindakan, dan pembukaan diri (*self disclosure*). *Self disclosure* atau pembukaan diri adalah jenis komunikasi dimana kita mengungkapkan informasi diri kita sendiri yang biasanya tidak di sebarluaskan ke orang-orang. Oleh karena itu, penelitian mengenai gambaran *self disclosure* Mahasiswa pengguna media sosial Tiktok perlu dilakukan. Tujuan penelitian ini ialah mendeskripsikan gambaran dan latar belakang *self disclosure* Mahasiswa pengguna media sosial tiktok. Peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif untuk memperoleh data yang dianalisis secara statistika. Hasil penelitian kepada 100 Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan di Universitas Negeri Padang yang menggunakan media sosial Tiktok dan membuat konten, berada pada kategori tinggi dengan presentase 57%, penelitian ini juga membahas aspek yang mempunyai kategori tinggi yaitu motivasi dengan nilai rata-rata 4,35. Kategori rendah pada aspek kedalaman dan keluasan dengan nilai rata-rata 3,96.

Keywords: Media Sosial, Tiktok, *Self Disclosure*

Pendahuluan

Kemajuan pada era modernisasi membuat perubahan besar dalam kehidupan masyarakat dari yang tradisional menjadi masyarakat modern. Dampak kemajuan ini juga dirasakan Indonesia terutama dalam bidang teknologi, masyarakat dimudahkan dalam segala hal. Dengan adanya teknologi yang semakin canggih, baik itu dalam bidang transportasi, komunikasi ataupun informasi melalui media. Salah satu media elektronik paling diminati yaitu Tiktok yang berisi Video berdurasi pendek kisaran 15 sampai 180 detik yang dapat di perlihatkan kepada pengguna lain jika video tersebut masuk ke halaman "*For You Page*" pengguna Tiktok lainnya (Pamungkas & Djulaeka, 2019).

Media Tiktok memiliki banyak peminat di Indonesia (Khansa & Putri, 2022). Tiktok memperoleh posisi kedua setelah aplikasi WhatsApp dan mampu mengalahkan beberapa aplikasi lain yang dikembangkan oleh Facebook, Inc. Aplikasi Tiktok adalah sebuah jejaring sosial dan platform video musik Tiongkok yang di luncurkan pada september 2016 yang di kembangkan oleh developer asal Tiongkok (Kusuma, 2020). Hasil survei dari Statistika pada tahun 2020 menunjukkan bahwa aplikasi ini memiliki jumlah pengguna aktif sebanyak 22,2 juta pengguna.

Menggunakan media sosial bukanlah suatu hal yang salah jika digunakan dengan tujuan yang positif. Pengungkapan diri merupakan cara seseorang untuk mengungkapkan perasaan, pikiran dan tindakan yang bermanfaat bagi pengembangan dan komunikasi efektif (Liliwari, 2015). Akan tetapi seseorang terkadang kurang memikirkan akibat dari konten yang di unggah di media sosial sehingga

*Corresponding author, e-mail: zadrianardi@fip.unp.ac.id



tidak jarang menimbulkan permasalahan (Ariani, 2018). Salah satu tipe komunikasi dimana informasi mengenai (*self disclosure*) yang biasanya disembunyikan diri orang lain, kini dikomunikasikan kepada orang lain (Rakhmat, 2004).

Pengungkapan diri menyangkut informasi yang biasanya dan secara aktif disembunyikan. Keterbukaan diri merupakan jenis komunikasi dimana dapat mengungkapkan informasi tentang diri sendiri yang biasanya kita sembunyikan (Devito, 2011) Berdasarkan penelitian yang dilakukan Pramithasari (2013) pada remaja di kota Semarang, fenomena yang terjadi saat ini adalah pemanfaatan fitur jejaring sosial oleh remaja untuk mengumbar berbagai pendapat, pikiran, video, dan foto yang berisiko serta tidak pantas di muat diranah publik. Selain itu remaja juga menganggap bahwa fitur seperti *like*, *comment*, dan fitur terkini yang dapat melihat status membuat remaja merasa diterima oleh orang lain.

Media sosial diidentifikasi memiliki enam fungsi dasar, diantaranya adalah manajemen identitas pengguna, upaya menemukan ahli di internet, kesadaran konteks, manajemen konten, kesadaran jaringan, dan pertukaran konten, enam hal tersebut didasarkan pada tujuan komunitas internet dalam berbagi konten dan pengetahuan, dan hal tersebut juga didasarkan pada kebutuhan untuk tetap terhubung dengan orang lain melalui jaringan internet (Oh & Syn, dalam Sukmawati & Ardi, 2017) .menyimpang dari norma dan hubungan yang spesifik jika individu tidak sadar akan norma-norma.

Masa remaja merupakan periode dimana individu meninggalkan masa anak-anak memasuki masa dewasa. Oleh sebab itu periode remaja dapat dikatakan periode masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini individu banyak mengalami tantangan dalam proses perkembangan, baik dari dalam diri maupun dari luar terutama lingkungan sosial Prayitno & Elida, (dalam Sukmawati, 2021) “remaja berada pada periode antara masa anak-anak dengan kehidupan orang dewasa”. Dimana usia remaja merupakan periode transisi, penuh dengan permasalahan dalam kehidupan bathiniyah remaja, yang dapat membuat remaja sangat labil jiwanya dan mudah dipengaruhi oleh rangsangan eksternal.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang banyak yang mengungkapkan diri melalui media sosial tiktok ketika individu telah menemukan cara untuk mengungkapkan perasaannya maka perilaku tersebut akan berulang terus menerus. Hal ini akan menyebabkan seseorang lebih mudah menjadi pecandu jejaring sosial di internet apabila seseorang mempunyai kebutuhan yang besar akan perhatian, penghargaan diri dan pengakuan akan eksistensi diri.

Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan salah satu metode yang mana dalam analisisnya menggunakan data-data bersifat kuantitatif (angka) yang diperoleh melalui pengukuran dan diolah menggunakan analisis statistika (Azwar, 2021). Adapun jenis penelitian kuantitatif yang digunakan adalah penelitian deskriptif yang mana digunakan untuk mengetahui bagaimana gambaran *self disclosure* Mahasiswa pengguna media sosial. Berdasarkan penjelasan dari metode dan jenis penelitian yang dikemukakan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *self disclosure* Mahasiswa pengguna media sosial Tiktok

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan terhadap 100 orang Mahasiswa (57 perempuan, 43 laki-laki) yang membuat konten dan menggunakan tiktok, maka data hasil penelitian disajikan dan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu, (1) Mendeskripsikan gambaran *self disclosure* Mahasiswa pengguna media sosial tiktok dari aspek-aspek *self disclosure*, (2) Mendeskripsikan latar belakang budaya *self disclosure* Mahasiswa pengguna media sosial tiktok . Adapun deskripsi hasil penelitian sebagai berikut.

Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Mahasiswa FIP UNP

Berdasarkan variable mengenai keterbukaan diri (*self disclosure*) Mahasiswa FIP UNP hasil pengolahan data melalui instrument tentang keterbukaan diri (*self disclosure*) mahasiswa berjumlah 28 butir item dengan sampel 100 mahasiswa, memperoleh rata-rata skor capaian 84, dengan standar deviasi 18,7.

Table 2 Deskripsi Aspek Self Disclosure

KATEGORISASI	INTERVAL	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	≥ 113	66	66.0
Tinggi	104-113	18	18.0
Sedang	65-103	16	16.0
Rendah	56-64	0	0
Sangat rendah	≤ 54	0	0
Jumlah		100	100.0

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 100 Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang membuat konten *Tiktok* dan menggunakan *Tiktok* dengan nilai 85 presentase (85%) mendapatkan skor *self disclosure* pengguna media sosial *Tiktok* dengan kategorisasi sangat tinggi. Kemudian diikuti oleh nilai 18 dengan presentase 18 %, selanjutnya nilai 16 dengan presentase (16%) yang memiliki skor *self disclosure* pengguna media sosial *Tiktok* pada kategori sedang. Sedangkan untuk kategorisasi rendah dan sangat rendah memiliki nilai 0. Berikut deskripsi data hasil penelitian keterbukaan diri aspek-aspeknya.

1. Ketepatan

Berdasarkan variable keterbukaan diri (*self disclosure*) pada aspek ketepatan menurut Altman & Taylor (Karyanti, 2018) ketepatan mengacu pada apakah seorang individu mengungkapkan informasi pribadinya dengan relevan dan untuk peristiwa dimana individu terlibat atau tidak. Sebuah pengungkapan diri mungkin akan menyimpang dari norma dalam hubungan yang spesifik jika individu tidak sadar akan norma-norma tersebut Mahasiswa dalam membeikan informasi hasil pengolahan data melalui instrument terdapat sebagai berikut :

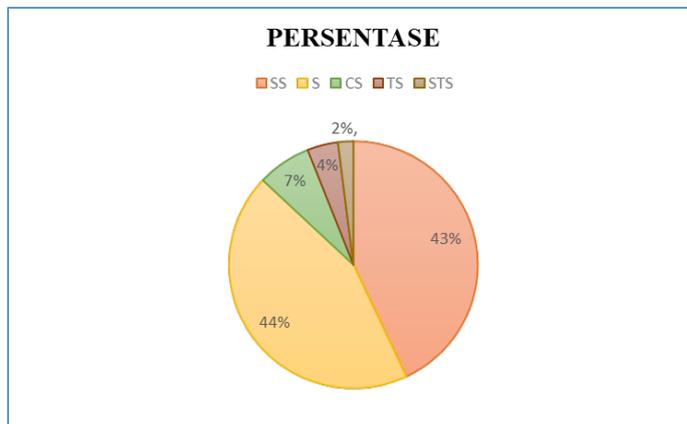
Table 3 Aspek Ketepatan

KATEGORI	INTERVAL	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	≥ 29	89	89.0
Tinggi	24-28	8	8.0
Sedang	19-23	2	2.0
Rendah	14-18	1	1.0
Sangat Rendah	≤ 14	0	0.0
TOTAL		100	100.0

Pada penelitian ini didapatkan bahwa skor ketepatan Mahasiswa dalam menshare kondisi dirinya di media sosial nilai tertinggi dari aspek ketepatan dengan data frekuensi tersebut ialah sangat tinggi dengan nilai 89 dan dengan presentase 89% dari jumlah sampel 100 orang, data tinggi mempunyai nilai frekuensi 8 dengan presentase 8% lalu sedang mempunyai nilai 2 dengan presentase 2%, sedangkan rendah mempunyai frekuensi 1 dengan presentase 1%, dan nilai sangat rendah mempunyai nilai 0 dan presentase 0,00%.

Pada penelitian Rofiq (2018) mengungkapkan bahwa pada aspek ketepatan memiliki kategori tinggi sebesar 50,55% yang artinya bahwa mahasiswa dapat mengungkapkan informasi secara pribadi secara relevan dengan peristiwa yang terjadi sebagaimana mahasiswa mampu membagikan pengalaman pribadi di media social. Dalam penelitian ini di temukan satu aspek yang menjadi perhatian yaitu informasi pribadi. Di tunjukkan pada presentase sebagai berikut :

gambar 1. diagram ketepatan



Diketahui bahwa 44% menunjukkan sangat setuju Mahasiswa itu sangat terbuka dengan masalahnya di media sosial dalam konteks *self disclosure* dikatakan positif namun untuk media sosial dapat dikatakan negative untuk dilakukan. Karena dalam media social sendiri dapat menimbulkan masalah jika mahasiswa terlalu terbuka dalam media sosial, kemungkinan masalah yang terjadi berupa komentar negative dan menimbulkan kejadian yang tidak di inginkan.

2. Motivasi

Motivasi berkaitan apa yang menjadi dorongan seseorang untuk mengungkapkan dirinya kepada orang lain. Dorongan tersebut berasal dari dalam diri maupun dari dorongan dari dalam berkaitan dengan apa yang menjadi keinginan atau tujuan seseorang melakukan pengungkapan diri. Sedangkan dari luar, lingkungan keluarga, sekolah, dan pekerjaan.

Table 4 kategorisasi aspek motivasi

KATEGORI	INTERVAL	f	%
Sangat Tinggi	≥8	99	99.0
Tinggi	7-7	0	0
Sedang	6-7	1	1.0
Rendah	5-5	0	0
Sangat Rendah	4	0	0
TOTAL		100	100.0

Berdasarkan tabel diketahui 99% Mahasiswa yang memiliki motivasi dalam keterbukaan diri yang sangat tinggi, 0 untuk kategori tinggi, 1% yang dikategorikan sedang, dan 0% yang diakategorikan rendah. Dan 0 pada kategori sangat rendah. Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui bahwa keterbukaan diri Mahasiswa dalam aspek motivasi dalam keterbukaan diri Mahasiswa berada pada kategori tinggi. Pada penelitian Rofiq (2018) menyatakan bahwa penelitian pada aspek motivasi mempunyai kategori kedua tertinggi dengan presentase 69,1 % pada 67 mahasiswayang menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki dorongan kuat dari dalam diri untuk mengungkapkan informasi pribadi.

3. Waktu

Berdasarkan hasil penelitian keterbukaan diri mahasiswa pada aspek waktu berada pada kategori sangat tinggi. Artinya banyak mahasiswa yang mengungkapkan dirinya melalui media sosial tiktok Keyakinan yang dimiliki mahasiswa untuk membuka diri berdasarkan keiinginan perasaannya sendiri.

Seseorang dapat mengungkapkan dirinya dengan keadaan perasaan yang tenang dan tidak dapat mengungkapkan dirinya jika memiliki emosi yang tidak stabil. Sesuai dengan pendapat Supratiknya (1995) mengemukakan reaksi atau tanggapan terhadap situasi yang sedang dihadapi seseorang dapat memberikan informasi yang relevan kepada orang lain.

Table 5 kategorisasi *self disclosure* di tinjau dari aspek waktu

KATEGORI	INTERVAL	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	≥32	73	73.0
Tinggi	27-31	19	19.0
Sedang	22-26	8	8.0
Rendah	17-21	0	0
Sangat Rendah	16	0	0
TOTAL		100	100.00

4. Keintensifan

Keintensifan seseorang dalam diri tergantung pada siapa seseorang mengungkapkan diri, apakah teman dekat, orang tua, teman biasa, orang yang baru dikenal. Pada tabel terdapat hasil penelitian keterbukaan diri (*Self disclosure*) berdasarkan aspek keintensifan :

Table 6 kategorisasi keintensifan

KATEGORI	INTERVAL	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	≥12	0	0.00
Tinggi	10-11	28	28.0
Sedang	8-9	49	49.0
Rendah	6-7	22	22.0
Sangat Rendah	5	1	1.0
TOTAL		100	100.0

Berdasarkan tabel diatas diketahui 0% mahasiswa yang memiliki keterbukaan diri pada aspek keintensifan yang sangat tinggi, 28% yang dikategorikan tinggi, 2% pada kategori rendah, dan 1% untuk kategori sangat rendah kesimpulan dalam aspek keintensifan tersebut dapat di kategorikan tinggi.

Pada penelitian Istiqomah (2018) menunjukkan pada aspek keintensifan merupakan aspek tertinggi di peroleh persentase sebesar 86,6% yang berarti mahasiswawaterbiasa mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain melalui media sosial yang ditandai dengan menuliskan status yang cenderung berkaitan dengan perasaan marah atau sedih yang bertujuan untuk memberi tahu teman-teman di media sosia. Kesimpulan dari kedua penelitian tersebut menyatakan bahwa keadaan yang dirasakan ketika melakukan keterbukaan diri pada media sosial telah memberikan perasaan lebih bahagia dan lega.

5. Kedalaman dan keluasan

Kedalaman *self disclosure* yang dangkal dan yang dalam. *Self disclosure* yang dangkal biasanya diungkapkan kepada orang yang baru dikenal. Seangkan pengungkapan diri yang dalam diberitahukan kepada orang-orang yang memiliki kedekatan hubungan (keintiman). Hal tersebut di lakukan pengambilan data yang diperoleh sebagai berikut :

Table 7 kategorisasi aspek kedalaman dan keluasan

KATEGORI	INTERVAL	<i>f</i>	%
Sangat Tinggi	≥ 17	99	99.0
Tinggi	14-16	1	1.0
Sedang	11-13	0	0
Rendah	6-10	0	0
Sangat Rendah	≤ 5	0	0
TOTAL		100	100.0

Berdasarkan tabel berikut diketahui 99% mahasiswa yang memiliki kedalaman dan keluasan keterbukaan diri sangat tinggi, 1% mahasiswa memiliki kategori tinggi, 0% mahasiswa yang memiliki kedalaman dan keluasan yang sedang, rendah, dan sangat rendah dapat didimpulkan bahwasanya pada aspek kedalaman dan keluasan mahasiswa FIP UNP dikategorikan tinggi. Di dukung dengan penelitin dari Rahmawati (2018) yang mengungkapkan bahwa aspek kedalaman dan keluasan yang memiliki kategori tinggi berada presentase 50,5%.

Kesimpulannya dari kedua penelitian tersebut sama-sama memiliki aspek kedalaman dan keluasan pada kategori tinggi. Yang mempunyai makna seseorang yang memiliki kepercayaan untuk terbuka mengenai diri menunjukkan bahwa mahasiswacenderung akan menjawab pertanyaan dari orang lain maupun teman mengenai postingan yang telah di unggah. Mahmahasiswa memilih untuk menceritakan informasi pribadi dengan selalu membagikan pengalaman atau kegiatan sehari-hari di media sosial.

Pembahasan

Penelitian ini dilakukan kepada 100 Mahasiswa hasil penelitian tentang keterbukaan diri (*self disclosure*) Mahasiswa dalam membuat konten dan menggunakan media sosial tiktok fakultas ilmu pendidikan di universitas negeri padang berada pada kategori tinggi. Sama halnya dengan penelitian (Hidayati dan adnan, 2018) menunjukkan nilai *self disclosure* pengguna media sosial yaitu tinggi. Individu yang memiliki *self disclosure* tinggi adalah mereka yang dapat mengungkapkan dirinya. Baik itu secara langsung ataupun dengan media sosial. Devito (2011) menjelaskan keterbukaan diri dapat berupa banyak topik seperti informasi perilaku, sikap perasaan, keinginan, motivasi, dan ide yang sesuai dan terdapat di dalam diri orang yang bersangkutan.

Dalam penelitian ini dengan responden 100 Mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri padang berdasarkan jenis kelamin mempunyai nilai rata-rata jenis kelamin perempuan 57 dengan kategori tinggi sedangkan nilai rata-rata dari laki-laki yaitu 43 dengan kategori rendah, berbeda dengan penelitian Rampa, (2022) *self disclosure* berdasarkan jenis kelamin, mempunyai nilai yang tinggi di banding perempuan,

Selaras dengan itu, Morton (dalam Taylor, Sears & Anne, 2012) mengungkapkan bahwa pengungkapan diri termasuk dalam kegiatan yang bersifat evaluatif, yakni kegiatan mengungkapkan pendapat atau perasaan seperti mengungkapkan perasaan mengenai orang-orang yang disukai atau yang tidak disukai.

Self disclosure ini sendiri memiliki 5 aspek yang terdiri dari ketepatan, motivasi, waktu, keintesan, dan kedalaman dan keluasan. Pada penelitian ini di dapatkan hasil aspek yang paling banyak muncul pada Mahasiswa fakultas ilmu pendidikan universitas negeri padang yaitu motivasi. Hasil penelitian ini menunjukkan aspek motivasi dengan nilai mean sebesar 4,35.

Sama halnya dengan penelitian (kristanti dan eva, 2022) data kategorisasi berikut menggambarkan *self-disclosure* subjek penelitian. memaparkan bahwa mayoritas generasi Z jika dilihat dari aspek

motivasi, waktu dan kedalaman *self-disclosure* yang dilakukan adalah tergolong dalam kategori tinggi. Namun untuk aspek ketepatan mayoritas generasi Z tergolong dalam kategori rendah. Didalam penelitian ini mempunyai aspek motivasi dengan kategori yang sama yaitu tinggi namun ada perbedaan dengan penelitian tersebut diungkapkan bahwa kategori rendah terdapa pada aspek ketepatan dan keluasan.

Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Menurut Sasmita dan Karneli (2020) layanan bimbingan dan konseling merupakan suatu pelayanan bantuan yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap orang lain (konseli) dalam menghindari atau mengatasi kesulitan dengan tujuan agar orang lain itu menjadi terkondisi lebih baik lagi dalam kehidupan khususnya terkait kebutuhan hidup sehari-hari. Layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan yaitu:

1. Layanan informasi

Layanan informasi ialah layanan bimbingan konseling yang diberikan kepada seseorang/kelompok untuk memahamidan mengetahui berbagai informasi sehingga memiliki pengetahuan yang memadai tentang dirinya serta lingkungannya dan dapat diaplikasikan sebagai acuan dalam pengambilan keputusan (Tanjung, Neviyarni & Firman, 2018). Seperti yang dikemukakan Prayitno (2015) layanan informasi bertujuan agar individu mengetahui dan menguasai informasi yang kemudian digunakan untuk kebutuhan sehari-hari dan perkembangannya. Menurut Syukur, Neviyarni & Zahri (2019) layanan informasi merupakan layanan yang berupaya memenuhi kekurangan individu akan informasi yang mereka perlukan. Penerapan layanan informasi yang dilakukan guru BK dapat berupa materi layanan berjudul strategi belajar disaat pandemi maupun pasca pandemi, menyusun jadwal belajar selama pandemi dan pasca pandemi, cara merencanakan masa depan, pilihan rencana studi setelah lulus sekolah, mempersiapkan diri memasuki dunia kerja dan lainnya.

2. Layanan konseling individu

Setiap manusia pasti memiliki masalah dan harus diselesaikan agar dapat menjalankan kehidupan yang efektif. Tentunya untuk mengatasi masalah yang dialaminya, individu membutuhkan bantuan dari orang lain yang dapat memahami dirinya sendiri sehingga individu tersebut dapat terbuka untuk menceritakan masalah yang dialaminya, salah satunya dapat diatasi melalui layanan konseling individu. Menurut Yulfitri, Marjohan & Sano (2014) dalam pelaksanaan bimbingan individu guru BK berdiskusi dengan siswa mengenai permasalahan yang dihadapi siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini, layanan bimbingan individu diprioritaskan bagi peserta didik yang mengalami *learning loss*.

3. Layanan konseling kelompok

Bimbingan kelompok adalah pemberian layanan untuk meningkatkan kemandirian dan mengembangkan kemampuan siswa secara optimal, ada satu layanan yang dalam bimbingan dan konseling merupakan salah satu layanan dasar yang harus dapat dilakukan oleh semua guru BK yaitu layanan bimbingan kelompok (Putra, Daharnis & Syahniar, 2013). Topik-topik yang dibahas dalam layanan bimbingan kelompok yaitu, baik topik bebas maupun topik tugas dapat mencakup masalah yang

dialami peserta didik dalam belajar.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Fakultas Ilmu Pendidikan universitas negeri padang, maka penelitian yaitu Keterbukaan diri (*self disclosure*) mahasiswa FIP UNP pada tingkat sedang dan tinggi, sebagian besar ada pada kategori tinggi dengan persentase 85%. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa FIP UNP yang membuat konten *Tiktok* dan menggunakan *Tiktok* tinggi. Ditinjau dari masing-masing aspek yaitu tinjau dari aspek ketepatan pada kategori sangat tinggi dengan presentase 89%, di tinjau dari aspek motivasi pada kategori sangat tinggi dengan presentase 99%. di tinjau dari aspek waktu pada kategori sangat tinggi dengan presentase 73%, di tinjau dari aspek keintensifan pada kategori sedang dengan presentase 49%. Dan Gambaran *self disclosure* mahasiswa pengguna media sosial *tiktok* di tinjau dari aspek kedalaman dan keluasan pada kategori sangat tinggi dengan presentase 99%.

References

- Adnan, A. Z., & Hidayati, F. (2018). *Self Disclosure Ditinjau Dari Tipe Kepribadian dan Self Esteem pada Remaja Pengguna Media Sosial*. *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi*, 2(2), 179–184.
- Ardi, Z., & Sukmawati, I. (2017). *Social media and the quality of subjective well-being; counseling perspective in digital era*.
- Azwar, S. (2021b). *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badan Pusat Statistik Sumatera Barat. (2020). Persentase Penduduk Usia 5 Tahunke Atas Yang Mengakses Internet 3 Bulan Terakhir Menurut Kabupaten/Kota Di Provinsi Sumatera Barat (Persen), 2018-2020. Diakses pada 10 Juli 2022 .
- Debora, N., & Sukmawati, I. (2021). *The Relationship Of Self Control To Students Gadget Use*. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 129-133.
- Devito, J.A. 2011. *Komunikasi Antar Manusia*, edisi kelima. Tangerang: karisma Publishing Group.
- Firman, F. (2014). *Pendidikan Multikultural dalam Perkembangan Teknologi Informasi dan Komunikasi di Lingkungan Masyarakat Majemuk Indonesia*.
- Nirwana, H. (2013). *Pengungkapan Diri Siswa Sekolah Menengah dan Implikasinya Bagi Konseling*. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 18(1).
- Ifdil, I. (2013). *Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya Bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. *Pedagogi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 13(1), 110-117.
- Karyanti. 2018. *Dance Counseling*. Yogyakarta. Deepublish
- Khansa, S. D., & Putri, K. Y. S. (2022). Pengaruh sosial media *Tiktok* terhadap gaya hidup remaja. Ekspresi dan Persepsi: *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 5(1). <http://ejournal.upnvj.ac.id/index.php/JEP/index>.
- Kristanti, S. A., & Eva, N. (2022). *Self-esteem dan Self-disclosure Generasi Z. Pengguna Instagram*. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(1), 10-20.
- Kusuma, P. W. (2020). *Di Balik Fenomena Ramainya Tiktok di Indonesia*. Tekno Kompas.

-
- Kusumaningtyas, R. D. (2010). *Peran Media Sosial Online (Facebook) Sebagai Saluran Self Disclosure Remaja Putri Di Surabaya*. Surabaya: Yayasan Kesejahteraan Pendidikan dan Perumahan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jawa Timur.
- Prayitno&Amti, E. (2015). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pratiwi, S. W., & Sukma, D. (2013). Komunikasi Interpersonal Antar Siswa di Sekolah dan Implikasinya terhadap Pelayanan Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 2(1).
- Putra, Daharnis&Syahnar.(2013). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Self Efficacy Siswa. *Jurnal Ilmiah Konselor*. 2(2).
- Ramadhani, A. F., & Hariko, R. (2022). *Subjective Well-Being siswa pengguna Tiktok berdasarkan perbedaan intensitas penggunaan*. *Counseling and Humanities Review*, 2(1), 1-6.
- Rahmawati, N. H., Iqom, M. K., & Hermanto. (2017). *Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Motivasi Belajar Remaja*. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 77-81.
- Rakhmat, Jalaluddin. 2007. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Rofiq, F. A & Istiqomah. 2018. *Gambaran Self disclosure Melalui Sosial Media Pada Siswa SMAN Sukowono*. *Jurnal Unmuh Jember*. <http://repository.unmuhjember.ac.id/6187/1/Artikel.pdf> . Diakses 2 Juni 2023.
- Sasmita, H., & Karneli, Y. (2020). *Layanan Bimbingan Konseling Sebagai Upaya Pembentukan Kemandirian Siswa*. *IJoCE: Indonesian Journal of Counseling and Education*, 1(2).
- Statiska. (2021). Indonesia Jadi Pasar Kedua Terbesar Tiktok di Dunia pada 2020. [Databoks.katadata.co.id](https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/09/29/indonesia-jadi-terbesar-Tiktok-di-dunia-pada-2020). Retrieved from <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/09/29/indonesia-jadi-terbesar-Tiktok-di-dunia-pada-2020>.
- Supratiknya, A. (2014). *Pengukuran Psikologis*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Supratiknya, A. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif & Kualitatif dalam Psikologi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Syukur, Y, Neviyarni, & Zahri. (2019). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Purwokerto: IRDH.
- Tanjung, R. F., Neviyarni, N., & Firman, F. (2018). Layanan informasi dalam peningkatan keterampilan belajar mahasiswa STKIP PGRI sumatera barat. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 3(2).
- Yulfitri, Marjohan& Sano. (2014). Konformitas Internalisasi Siswa terhadap Peraturan Sekolah dan Implikasinya dalam Layanan Bimbingan dan Konseling.*Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 2 (1).