

**BIMBINGAN PRIBADI UNTUK MENGEMBANGKAN
KETERBUKAAN DIRI PESERTA DIDIK DI SEKOLAH
MENENGAH PERTAMA**

(Studi Deskriptif tentang Bimbingan Pribadi di SMP Negeri 3 Kota Cirebon
Tahun 2024/2025)

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling



Disusun oleh

Nanda Maulida Ajahro
(2001416)

**PROGRAM STUDI SARJANA BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

**BIMBINGAN PRIBADI UNTUK MENGEMBANGKAN KETERBUKAAN
DIRI PESERTA DIDIK DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

Oleh:

NANDA MAULIDA AJAHRO

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

© **Nanda Maulida Ajahro** 2025

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN

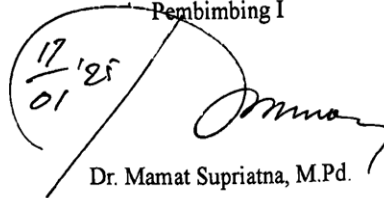
NANDA MAULIDA AJAHRO

NIM 2001416

**BIMBINGAN PRIBADI UNTUK MENGEMBANGKAN KETERBUKAAN
DIRI PESERTA DIDIK DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA**

disetujui dan disahkan oleh pembimbing :

Pembimbing I



Dr. Mamat Supriatna, M.Pd.

NIP. 196008291987031002

Pembimbing II



Dra. Tati Kustiawati, M.Pd.

NIP. 19620519198603002

Menyetujui,

Ketua Program Studi Sarjana Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Pendidikan Indonesia



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.

NIP. 197710142001122001

Nanda Maulida Ajahro, 2025

*Program Bimbingan Pribadi untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik
di Sekolah Menengah Pertama*

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan skripsi dengan Judul “Bimbingan Pribadi untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama” Studi Deskriptif tentang Bimbingan Pribadi di SMP Negeri 3 Kota Cirebon Tahun 2024/2025) ini beserta seluruh isinya adalah benar karya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan ketentuan penulisan karya tulis ilmiah. Atas pernyataan ini, saya menanggung risiko/sanksi yang diputuskan apabila ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya.

Bandung, Januari 2025

Nanda Maulida Ajahro

NIM. 2001416

ABSTRAK

Nanda Maulida Ajahro (2025), Bimbingan Pribadi untuk mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama

Keterbukaan diri adalah bentuk penerimaan individu untuk diketahui orang lain. merupakan salah satu keterampilan interpersonal yang dapat membantu individu dalam mencapai perkembangannya. Peran Guru Bimbingan dan Konseling sangat dibutuhkan untuk membantu peserta didik memiliki keterbukaan diri. Salah satu upayanya dengan pemberian bimbingan pribadi kepada peserta didik. Bimbingan pribadi adalah jenis bimbingan yang diberikan kepada peserta didik untuk membantu menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei serta sampel jenuh dengan jumlah 210 sampel (peserta didik kelas VIII). Instrumen yang digunakan yaitu pengembangan instrumen Jourard, Altman dan Taylor dan Devito mengenai keterbukaan diri. Hasil penelitian menunjukkan 48,6% peserta didik menunjukkan keterbukaan diri pada kategori terbuka. Serta 51,4% peserta didik pada kategori tertutup. Disimpulkan kecenderungan keterbukaan diri peserta didik kelas VIII setiap aspek secara umum berada pada kategori tertutup. Dirumuskan layanan bimbingan pribadi untuk mengembangkan keterbukaan diri peserta didik di SMP yang difokuskan pada layanan dasar melalui strategi bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok.

Kata kunci: Bimbingan Pribadi, Keterbukaan Diri

ABSTRACT

Nanda Maulida Ajahro (2025), *Personal Guidance to Develop Self-Disclosure Among Students in Junior High School*

Self-disclosure is a form of an individual's acceptance to be known by others. It is one of the interpersonal skills that can help individuals achieve their development. The role of Guidance and Counseling Teachers is crucial in assisting students in developing self-disclosure. One of the efforts is through providing personal guidance to students. Personal guidance is a type of counseling provided to students to help them face and solve personal problems. This research uses a quantitative approach with a survey method and a saturated sample of 210 participants (eighth-grade students). The instruments used are the development of instruments from Jourard, Altman and Taylor, and Devito regarding self-disclosure. The results show that 48.6% of students demonstrate self-disclosure in the open category, while 51.4% of students fall into the closed category. It is concluded that the tendency for self-disclosure among eighth-grade students, in general, is in the closed category across all aspects. A personal guidance service is formulated to develop self-disclosure among students in junior high school, focusing on basic services through classical guidance and group counseling strategies.

Keywords: *Personal Guidance, Self-Disclosure*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Program Bimbingan Pribadi untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama (Studi Deskriptif terhadap Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 3 Kota Cirebon Tahun Ajaran 2024/2025)."

Skripsi merupakan laporan akhir sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Bimbingan dan Konseling Prodi Bimbingan dan konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia. Bab I berisi pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, identifikasi dan rumusan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi. Bab II merupakan kajian teori yang terdiri dari teori penerimaan diri dan bimbingan pribadi. Bab III berupa metode penelitian yang terdiri dari pendekatan dan metode penelitian, partisipan, populasi dan sampel, definisi operasional variabel, pengembangan instrumen penelitian, analisis data, perumusan program dan prosedur penelitian. Bab IV membahas mengenai hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian, kemudian bab V berisi simpulan dan rekomendasi.

Semoga skripsi yang telah disusun penulis dapat memberikan manfaat bagi dunia Pendidikan, dan khususnya untuk bidang keilmuan bimbingan dan konseling.

Bandung, Januari 2025

Penulis,

Nanda Maulida Ajahro

NIM 2001416

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan hanya kepada Allah Subhanahu Wata'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah membimbing, mendoakan dan memberikan semangat. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Mamat Supriatna, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I Skripsi dan Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan dorongan, motivasi, masukan, dan bimbingan kepada penulis selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
2. Ibu Dra. R. Tati Kustiawati, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II yang selalu memberikan dorongan, motivasi, masukan, dan bimbingan kepada penulis selama penyusunan skripsi.
3. Ibu Dr. Ipah Saripah, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UPI beserta jajarannya yang telah memberikan dukungan dan kemudahan selama proses penyusunan skripsi.
4. Ibu dan Bapak Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membimbing, memberikan ilmu pengetahuan, dan pengalaman yang sangat berharga selama masa studi penulis.
5. Bapak Prof. Dr. Juntika Nurihsan, M.Pd dan Drs. Sudaryat Nurdin Akhmad, M.Pd selaku penimbang instrumen yang memberikan penilaian dan masukan pada instrumen yang dikembangkan guna penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Aam Imaduddin, M.Pd. dan Dr. Ibrahim Al-Hakim, M.Pd. dan Ibu Rafina Annisa Ridha, S.Pd. selaku ahli teoretis dan praktis yang menimbang bimbingan pribadi yang penulis rancangan, atas penilaian dan masukannya sehingga di dapatkan program bimbingan yang diharapkan.
7. Kepada sekolah, Humas, Kurikulum, dan Guru BK di SMP Negeri 3 Kota Cirebon dan SMP Negeri 10 Kota Cirebon yang telah memberikan kesempatan pada penulis untuk melakukan penelitian di sekolah.

8. Peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Kota Cirebon yang telah bersedia pengisian instrumen penelitian skripsi.
9. Peserta didik SMP Negeri 10 Kota Cirebon yang telah bersedia memberikan bantuan uji keterbacaan instrumen,
10. Kepada Ibu Fiji dan Bapak Rahadian, selaku tenaga kePendidikan program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu serta memudahkan.
11. Teman-teman BK angkatan 2020 yang telah berjuang bersama-sama melalui proses perkuliahan dengan suka dan duka yang dilalui bersama, terutama pada Azka Dhianti, Salsa Dwina, Hufha Alifatu Azka, Hanna Azzahra dan semua temen teman yang telah memberikan motivasi dan semangatnya.
12. Sahabat-sahabat penulis yang telah memberikan waktu, dukungan dan motivasi dalam proses skripsi dan proses bangkit dari patah hati terkhusus pada ukhty Ayu Mu'minah, Teh Dita, Tanti Anggraini, Salsabilla Shafa, Zahra Andika, Fadia Salsabila dan sahabat sholihah dari Moslem.Comunity.

Secara khusus penulis persembahkan kepada kedua orang tua dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan kasih sayang, dukungan, dan doa tiada henti. Kalian adalah pondasi yang paling kuat dalam hidup. Tanpa dukungan dan pengorbanan kalian, penulis tidak bisa mencapai titik ini. Untuk itu penulis bersyukur dan berjanji akan mengusahakan yang terbaik kepada kalian.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR DIAGRAM	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah dan Pernyataan Penelitian	5
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	8
BAB II KONSEP BIMBINGAN PRIBADI UNTUK MENGEMBANGKAN KETERBUKAAN DIRI PESERTA DIDIK DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA	9
2.1 Konsep Bimbingan Pribadi untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri	9
2.1.1 Konsep Bimbingan.....	9
2.1.2 Konsep Bimbingan Pribadi	10
2.1.3 Keterbukaan Diri.....	14
2.2 Penelitian Terdahulu	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
3.1 Paradigma dan Pendekatan Penelitian	26
3.2 Metode dan Desain Penelitian.....	26
3.3 Partisipan Penelitian.....	27
3.4 Lokasi Penelitian.....	27
3.5 Populasi dan Sampel	28

3.6 Pengembangan Instrumen	29
3.6.1 Analisis Definisi Konseptual Keterbukaan Diri.....	29
3.6.2 Definisi Operasional Keterbukaan Diri.....	33
3.6.3 Kisi-Kisi Instrumen.....	34
3.6.4 Penyekoran Data	36
3.7 Tahapan Pengujian	39
3.7.1 Uji Kelayakan Instrumen	39
3.7.2 Uji Keterbacaan Instrumen	40
3.7.3 Uji Validitas Instrumen	41
3.7.4 Uji Reliabilitas	46
3.7.5 Hasil Pengembangan Instrumen.....	48
3.8 Prosedur Penelitian.....	50
3.9 Teknik Analisis Data.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	53
4.1 Hasil Penelitian	53
4.1.1 Gambaran Keterbukaan Diri Siswa SMP.....	53
4.1.2 Bimbingan Pribadi untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 3 Kota Cirebon	60
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	60
4.2.1 Pembahasan Gambaran Keterbukaan Diri Peserta Didik SMP.....	61
4.2.2 Bimbingan Pribadi pada Peserta Didik Di Sekolah Menengah Pertama	66
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	69
BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	70
5.1 Simpulan	70
5.2 Rekomendasi	70
5.2.1 Rekomendasi Teoretis	70
5.2.2 Rekomendasi Praktis	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Partisipan Penelitian	27
Tabel 3.2	Jumlah populasi peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 3 Kota Cirebon Tahun Ajaran 2024/2025.....	28
Tabel 3.3	Tabel Integrasi Aspek	29
Tabel 3.4	Analisis Konsep Keterbukaan Diri	30
Tabel 3.5	Kisi-kisi Instrumen Keterbukaan Diri.....	34
Tabel 3.6	Kriteria Skor Alternatif Jawaban Instrumen	37
Tabel 3.7	Skor Kategori Data	37
Tabel 3.8	Kategorisasi Keterbukaan Diri.....	38
Tabel 3.9	Penafsiran Data	38
Tabel 3.10	Uji Kelayakan	39
Tabel 3.11	Partisipan Uji Keterbacaan Instrumen	40
Tabel 3.12	Hasil Uji Keterbacaan Instrumen.....	41
Tabel 3.13	Hasil Analisis <i>Undimentionality</i>	42
Tabel 3.14	Kreteria Skor	43
Tabel 3. 15	Hasil <i>Rating Scale Diagnostic</i>	43
Tabel 3.16	Hasil Kesukaran Butir Item	44
Tabel 3.17	Hasil Analisis Kesesuaian Butir Item	46
Tabel 3.18	<i>Reliability Person and Item</i>	47
Tabel 3.19	Kisi-kisi Instrumen Keterbukaan Diri.....	48
Tabel 4.1	Hasil Persentasi Ketegori Keterbukaan Diri Perindikator	56
Tabel 4.2	Hasil Penilaian Program Bimbingan Pribadi oleh Dosen dan Praktisi	60

DAFTAR DIAGRAM

Tabel 4.1	Gambaran Umum Keterbukaan Diri.....	54
Tabel 4.2	Gambaran Keterbukaan Diri Berdasarkan Aspek	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Surat Keputusan Dosen Pembimbing	78
Lampiran 1.2 Surat Permohonan Izin Melakukan Penelitian	79
Lampiran 1.3 Surat Telah Melakukan Penelitian	80
Lampiran 1.4 Surat Permohonan Judgment Instrumen.....	81
Lampiran 1.5 Surat Permohonan Judgment Program	83
Lampiran 1.6 Surat Rekomendasi Uji Plagiarisme	86
Lampiran 1.7 Surat Rekomendasi Ujian Sidang Skripsi.....	87
Lampiran 1.8 Lembar Bimbingan Skripsi.....	88
Lampiran 2.1 Hasil Uji Rasional Instrumen Keterbukaan Diri.....	91
Lampiran 2.2 Hasil Uji Empiris Instrumen Keterbukaan Diri	93
Lampiran 2.3 Instrumen Penelitian Keterbukaan Diri	97
Lampiran 3.1 Hasil Uji Konseptual Bimbingan Pribadi	103
Lampiran 3.2 Program Bimbingan Pribadi Berdasarkan Keterbukaan Diri ..	105
Lampiran 4.1 Data Mentah Keterbukaan Diri Peserta Didik	176
Lampiran 4.2 Dokumentasi Pengambilan Data Peserta Didik.....	184
Lampiran 5 Riwayat Hidup Penulis	187

Nanda Maulida Ajahro, 2025

Program Bimbingan Pribadi untuk Mengembangkan Keterbukaan Diri Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, N. D. Alviana, W. K. D. Wahyuni, D. F. Ainurrosyidah, L. D. K., ketut Mahardika, 1, Sutarto, S, & Wicaksono, 1 (2024) ANALISIS PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK MENURUT TEORI JEAN PIAGET DAN PENGIMPLEMENTASIANYA PADA PEMBELAJARAN IPA SMP EDUSAINTEK Jurnal Pendidikan, Sains dan Teknologi, 11(3), 1503-1519.
- Afiq, N. A. (2019). Upaya Guru BK Menumbuhkan Keterbukaan Diri Siswa dalam Layanan Konseling Individual Di SMAN 1 Kecamatan Lareh Sago Halaban. Skripsi. Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi.
- Ardi, Z., Ibrahim, Y., & Said, A. (2012). Masa remaja dan penyesuaian sosial. Jurnal Psikologi, 5(2), 123-135.
- Bazarova, N. N., & Choi, Y. H. (2014). Self-disclosure in social media: Extending the functional approach to disclosure motivations and characteristics on social network sites. *Journal of Communication*, 64(4), 635-657.
- Buhrmester, D. (1998). Need for belonging and interpersonal relationships. In A Rahmadhaningrum & S. Sugiyanto (Eds.), *Keterampilan sosial dan perkembangan remaja* (pp. 45-60), Jakarta: Penerbit ABC.
- Carpenter, A., & Greene, K. (2015). Teori penetrasi sosial. *Ensiklopedia internasional komunikasi antarpribadi*, 1-4.
- Choi, Y. H., & Bazarova, N. N. (2015). Self-disclosure characteristics and motivations in social media: Extending the functional model to multiple social network sites. *Human Communication Research*, 41(4), 480-500.
- Creswell J. W. (2012). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative* (Vol 7) Prentice Hall Upper Saddle River, NJ.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage publications.
- Creswell, J. W., & Clark, V. P. (2011). *Designing and conducting mixed methods research*. Sage Publications. Thousand Oaks: USA.
- Calhoun, L. G., & Acocella, J. R. (1990). The role of self-disclosure in the development of interpersonal relationships. *Journal of Social Psychology*, 130(3), 345-356.
- Collins, N. L., & Miller, L. C. (1994). Self-disclosure and liking: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 116(3), 457-475.
- Dudi, J. (2017). Pengungkapan diri siswa dalam mengikuti layanan konseling kelompok (Studi kasus di man model palangkaraya). *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 3(1).
- Depdiknas. (2007). *Standar kompetensi bimbingan dan konseling di sekolah*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Derlega, V. J., & Grzelak, J. (1979). Self-disclosure and the development of interpersonal relationships. *Journal of Social Issues*, 35(4), 102-118.

- Derlega, V. J., Winstead, B. A., Wong, P. T., & Greenspan, M. (1987). Self-disclosure and relationship development. In J. L. Gibbs, N. B. Ellison, & R. D. Heino (Eds.), *The psychology of self-disclosure* (pp. 23-45). New York: Academic Press.
- Fitriani, R. (2020). Pengaruh bimbingan kelompok terhadap kemandirian siswa di SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 78-85.
- Farber, B. A. (2006). Self-disclosure in psychotherapy: A review of the literature. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 43(1), 1-10.
- Fitriatun, E., Nopita, N., & Mulyani, S. E. M. (2018). Perkembangan remaja dan tantangan sosial. *Jurnal Psikologi Remaja*, 6(1), 78-90.
- Gainau, M. B. (2009). Keterbukaan diri dan komunikasi interpersonal. *Jurnal Komunikasi*, 4(2), 112-120.
- Gamayanti, W., Mahardianisa, M., & Syafei, I. (2018). Keterbukaan diri dan pengaruhnya terhadap penerimaan sosial. *Jurnal Psikologi Sosial*, 7(3), 201-210.
- Ghifari, A. A. (2022). *Pengaruh Intimasi Pertemanan Dengan Keterbukaan Diri Pada Pengguna Instagram* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Riau).
- Gibbs, J. L., Ellison, N. B., & Heino, R. D. (2006). Self-presentation in online personals: The role of anticipated future interaction, self-disclosure, and perceived success in Internet dating. *Communication research*, 33(2), 152-177.
- Hurlock, E. B. (2012). *Developmental psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Ifdil. (2013). Konsep Dasar Self Disclosure dan Pentingnya bagi Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Ilmiah Pendidikan* (Nomor 1 Tahun 2013). Universitas Negeri Padang. Hlm. 110-117.
- Jourard, S. M., & Lasakow, P. (1958). Some factors in self-disclosure. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 56(1), 91.
- Jourard, S. M. (1971). *The transparent self*. New York, NY: Van Nostrand Reinhold.
- Johnson, S. M. (1990). Communication patterns in relationships. *Journal of Family Psychology*, 4(2), 123-135.
- Juwitaningrum, I. (2013). Masa remaja dan identitas diri. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 45- 60.
- Julianda, N., Nita, D., & dkk. (2021). Keterbukaan diri siswa dalam bimbingan konseling. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 3(2), 150-160.
- Khan, M. A., & Khan, M. A. (2021). Hubungan antara pengungkapan diri dan kesejahteraan emosional di kalangan mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*,

- Kumar, S., & Kaur, R. (2020). Peer influence on self-disclosure among adolescents: A study of Indian youth. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 1-12.
- Kennedy, R. S. (2020). Bullying in schools: A comprehensive study. *Journal of Educational Psychology*, 12(4), 345-360.
- Lumsden, D. (1996). Self-disclosure and interpersonal relationships. *Journal of Social Psychology*, 136(2), 145-156.
- Nurhalimah, S. (2013). Penerapan layanan informasi bimbingan pribadi untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai dampak perilaku seks bebas di SMAN 1 Sugihwaras Bojonegoro (Doctoral dissertation, State University of Surabaya).
- Ma, L., Ding, X., Zhang, X., & Zhang, G. (2020). Factors influencing self-disclosure among adolescents. *Journal of Youth Studies*, 23(5), 678-690
- Maharani, L., & Hikmah, L. (2015). Hubungan Keterbukaan Diri dengan Interaksi Sosial Peserta Didik di Sekolah Menengah Pertama Minhajuth Thullab Way Jepara Lampung Timur. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 2(2), 57-62.
- Maslan, M. (2024). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Mengembangkan Keterbukaan Diri Siswa di SMA Swasta Budisatrya Medan. *Pedagogik: Jurnal Pendidikan dan Riset*, 2(1), 43-50.
- Mahaly, S. (2021). The impact of personal guidance on student problem-solving skills. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 34-45.
- Murphy, J. (2009). Characteristics of bullying victims. In A. Wardah (Ed.), *Bullying in schools: Understanding and prevention* (pp. 67-80). Jakarta: Penerbit XYZ.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2013). *Motivational Interviewing: Helping People Change*. Guilford Press.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. American Psychological Association.
- Rahmadhaningrum, A., & Sugiyanto, S. (2013). Keterampilan sosial dan perkembangan remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 6(2), 90-105.
- Santrock, J. W. (2012). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- Shabahang, R., Shim, H., Aruguete, M. S., & Zsila, Á. (2022). Oversharing on Social Media: Anxiety, Attention-Seeking, and Social Media Addiction Predict the Breadth and Depth of Sharing. *Psychological Reports*, 00332941221122861.

- Sprecher, S., & Hendrick, S.S. (2004). Pengungkapan diri dalam hubungan intim: Asosiasi dengan karakteristik individu dan hubungan dari waktu ke waktu. *Jurnal Psikologi Sosial dan Klinis*, 23 (6), 857-877.
- Setiawati, D. (2012). Keterbukaan diri dalam hubungan interpersonal remaja. *Jurnal Psikologi*, 5(3), 200-215.
- Sejiwa, A. (2008). Bullying dan perbedaan individu. *Jurnal Psikologi Sosial*, 4(1), 50-60.
- Sugiyono. (2010). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D. K., & Kusmawati, D. P. E. N. (2008). Proses bimbingan dan konseling di sekolah: untuk memperoleh angka kredit. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- Schwarzer, R., & Luszczynska, A. (2015). Health Action Process Approach. In *Health Psychology: A Handbook*
- Setiawati, D. (2019). Pengaruh bimbingan kelompok terhadap keterbukaan diri siswa di SMP. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(3), 112-120.
- Sari, A. P., & Jatiningsih, O. (2015). Peningkatan perilaku bullying di SMP Negeri 1 Mojokerto. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 3(1), 45-60.
- Sullivan, M. J., & Kessler, R. C. (2021). Pengungkapan diri dan penerimaan emosional: Implikasi bagi kesehatan mental. *Jurnal Psikologi Konseling*, 68(4), 456-467
- Thornburgh, D. (2013). Adolescent development: A comprehensive overview. New York: Academic Press.
- Taddei, S., & Contena, B. (2013). Privacy, trust and control: Which relationships with online self-disclosure?. *Computers in human behavior*, 29(3), 821-826.
- Tere, M.I. (2021). Penilaian Kebutuhan Sebagai Dasar Perencanaan Program Bimbingan Pribadi Berbasis Multikultural di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Terapan Bimbingan dan Konseling*, 5 (01).
- Telaumbanua, S. J., Lase, F., Zebua, E., & Damanik, H. R. (2024). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Peningkatan Kualitas Kegiatan Belajar terhadap Motivasi Berprestasi dalam Belajar. *Journal on Education*, 6(3), 16397-16409.
- Umar, Z. M., Prasasti, S., Prakoso, E. T. R., & Haryanti, U. (2024). Efektifitas Bimbingan Kelompok Menggunakan Teknik Asertif Untuk Meningkatkan Self Efficacy Pada Siswa Kelas Viii Smp N 2 Jenawi Karanganyar. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 24(1), 76-83.
- UNICEF. (2020). Perundungan Di Indonesia: Fakta-fakta Kunci, Solusi, dan Rekomendasi.

- Wang, S. S., & Stefanone, M. A. (2013). Showing off? Human mobility and the interplay of traits, self-disclosure, and Facebook check-ins. *Social Science Computer Review*, 31(4), 437-457.
- Wardah, A. (2020), Karakteristik kepribadian korban bullying. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 8(2), 150-160.
- Wulandari, A. (2021). Analisis Keterbukaan Diri (Self Disclosure): Studi Fenomenologi Pengguna Aplikasi Online Dating Tinder. *Skripsi*. Diambil dari <https://repository.upnvj.ac.id/16145>.
- Yusuf, S. (2019). Bimbingan dan Konseling Perkembangan: Suatu Pendekatan Komprehensif. Bandung: Refika Aditama
- Zulamri, Z. (2019). Pengaruh Layanan Konseling Individual Terhadap Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II B Pekanbaru. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 19-36.