



**SELF- DISCLOSURE EMERGING ADULTHOOD PADA SECOND ACCOUNT
INSTAGRAM: PERAN INTERPERSONAL TRUST DAN KONTROL DIRI**

Helga Agustin¹, Wina Lova Riza², Mohamad Sopian³

Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia

e-mail: ps22.helgaagustin@mhs.ubpkarawang.ac.id, wina.lova@ubpkarawang.ac.id,
mohamad.sopian@ubpkarawang.ac.id

Diterima: 29/05/2026; Direvisi: 25/06/2026; Diterbitkan: 21/07/2026

ABSTRAK

Penggunaan akun kedua Instagram memberikan ruang yang lebih privat bagi individu pada fase *emerging adulthood* untuk mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan informasi pribadi. Namun, keterbukaan tersebut dapat meningkatkan risiko pengungkapan informasi secara berlebihan apabila tidak disertai kemampuan regulasi diri yang memadai. Penelitian ini bertujuan menganalisis kontribusi *interpersonal trust* dan kontrol diri dalam memprediksi *self-disclosure* pada pengguna akun kedua Instagram di Karawang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional-prediktif. Sebanyak 349 partisipan berusia 18–25 tahun direkrut melalui teknik *snowball sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Self-Disclosure Scale*, *Interpersonal Trust Scale*, dan *Brief Self-Control Scale*, kemudian dianalisis menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *interpersonal trust* dan kontrol diri secara simultan berkontribusi signifikan dalam memprediksi *self-disclosure*. Secara parsial, *interpersonal trust* berkontribusi positif terhadap *self-disclosure*, sedangkan kontrol diri berkontribusi negatif dan menunjukkan kontribusi yang lebih besar dibandingkan *interpersonal trust*. Temuan ini menunjukkan bahwa kepercayaan terhadap orang lain dapat meningkatkan keterbukaan individu, sedangkan kontrol diri membantu membatasi informasi pribadi yang diungkapkan. Penelitian ini menegaskan pentingnya literasi digital, kesadaran privasi, dan penguatan kontrol diri untuk mendukung perilaku pengungkapan diri yang lebih bijaksana dan bertanggung jawab di media sosial.

Kata Kunci: *Pengungkapan Diri, Kepercayaan Antar Pribadi, Kontrol Diri, Masa Dewasa Awal, Akun Kedua*

ABSTRACT

Second Instagram accounts provide a relatively private space for individuals in emerging adulthood to disclose personal feelings, experiences, and information. However, such openness may increase the risk of excessive disclosure when it is not accompanied by adequate self-regulation. This study aimed to examine the contributions of interpersonal trust and self-control in predicting self-disclosure among users of second Instagram accounts in Karawang. The study employed a quantitative correlational-predictive design. A total of 349 participants aged 18–25 years were recruited through snowball sampling. Data were collected using the Self-Disclosure Scale, Interpersonal Trust Scale, and Brief Self-Control Scale and analyzed using multiple linear regression. The findings showed that interpersonal trust and self-control simultaneously contributed significantly to predicting self-disclosure. Partially, interpersonal trust positively contributed to self-disclosure, whereas self-control contributed negatively and demonstrated a greater contribution than interpersonal trust. These findings indicate that trust in others may encourage personal openness, whereas self-control may help individuals regulate the amount



and depth of personal information they disclose. This study highlights the importance of digital literacy, privacy awareness, and self-control development in promoting more thoughtful and responsible self-disclosure practices on social media.

Keywords: *Self-Disclosure, Interpersonal Trust, Self-control, Emerging Adulthood, Second Account*

PENDAHULUAN

Internet telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat dan mendorong berkembangnya berbagai bentuk interaksi sosial melalui media sosial (Karlina et al., 2020). Salah satu platform yang banyak digunakan adalah Instagram karena menyediakan berbagai fitur yang mendukung komunikasi visual dan ekspresi diri, seperti reels, stories, serta fitur multiple account yang memungkinkan pengguna mengelola first account dan second account secara bersamaan (Nabilah & Sinduwiatmo, 2023). Dalam penggunaannya, *first account* umumnya ditujukan kepada audiens yang lebih luas dan digunakan untuk membangun citra diri, sedangkan *second account* memiliki lingkup audiens yang lebih terbatas sehingga memberikan ruang yang relatif lebih privat untuk mengekspresikan perasaan, pengalaman, dan informasi pribadi (Nuvitasari & Hidayati, 2024; Wattimena et al., 2022).

Karakteristik *second account* tersebut berkaitan dengan perilaku *self-disclosure*, yaitu tindakan sadar individu dalam mengungkapkan informasi pribadi kepada orang lain yang dianggap dapat dipercaya (Jati & Rahayu, 2023). Menurut Wheelless dan Grotz, *self-disclosure* mencakup lima dimensi, yaitu *intent*, *amount*, *positive-negative*, *honesty-accuracy*, dan *depth-intimacy* (Putri & Rizal, 2021). Pengungkapan diri dapat membantu individu mengekspresikan emosi, membangun kedekatan, dan memperoleh dukungan sosial. Namun, pengungkapan informasi tanpa pertimbangan yang memadai terhadap batas privasi dapat meningkatkan risiko *oversharing*, penyebaran informasi pribadi, dan konsekuensi psikososial lainnya.

Fenomena tersebut relevan pada individu yang berada dalam fase *emerging adulthood*. Secara teoretis, *emerging adulthood* merupakan tahap perkembangan yang umumnya berlangsung pada rentang usia 18-25 tahun dan ditandai oleh eksplorasi identitas, perubahan relasi interpersonal, ketidakstabilan, serta proses membangun kemandirian. Pada fase ini, individu cenderung aktif mengeksplorasi identitas dan membangun hubungan sosial melalui media digital. Data Napoleoncat (2025) menunjukkan bahwa mayoritas pengguna Instagram di Indonesia berada pada rentang usia 18-24 tahun. Kelompok usia tersebut termasuk dalam fase *emerging adulthood*, ketika individu sedang mengeksplorasi identitas diri, memperluas relasi sosial, dan lebih aktif melakukan pengungkapan diri melalui media sosial (Ramadhani et al., 2025).

Tingkat *self-disclosure* di media sosial dipengaruhi oleh berbagai atribut psikologis, termasuk *interpersonal trust* dan kontrol diri (Firual & Hariyadi, 2022; Fitriyani & Rinaldi, 2022). *Interpersonal trust* dapat mendorong individu merasa aman ketika membagikan informasi pribadi karena individu meyakini bahwa penerima informasi akan bersikap dapat dipercaya. Sementara itu, kontrol diri membantu individu mempertimbangkan manfaat, risiko, dan konsekuensi sebelum mengungkapkan informasi sehingga dapat membatasi kecenderungan berbagi secara berlebihan. Dengan demikian, *interpersonal-trust* dan kontrol diri merupakan dua atribut psikologis individual yang menjalankan fungsi berbeda: *interpersonal trust* bersifat relasional dan berkaitan dengan penilaian individu terhadap orang lain, sedangkan kontrol diri bersifat regulatif dan berkaitan dengan kemampuan individu mengendalikan dorongan serta perilakunya.





Fenomena tersebut juga terlihat pada hasil pra-penelitian yang dilakukan peneliti pada Oktober 2025 terhadap 40 pengguna second account Instagram di Karawang. Sebagian besar responden menunjukkan tingkat *self-disclosure* yang tinggi, ditunjukkan oleh 95% responden yang mengaku menyampaikan perasaan secara apa adanya, 92,5% merasa terbuka membahas persoalan pribadi, dan 97,5% merasa nyaman mengungkapkan informasi tersebut melalui second account. Selain itu, 72,5% responden mengaku sering membagikan informasi yang bersifat rahasia. Hasil wawancara terhadap lima pengguna juga menunjukkan bahwa second account dimanfaatkan sebagai media untuk menyalurkan emosi dan memperoleh ketenangan psikologis. Namun demikian, beberapa responden mengaku pernah mengalami atau mengkhawatirkan penyebaran informasi pribadi akibat perilaku *oversharing* (Restu & Triyono, 2025).

Dalam konteks tersebut, *interpersonal trust* merupakan keyakinan bahwa ucapan, janji, dan perilaku orang lain dapat dipercaya sehingga individu merasa aman dalam menjalin hubungan interpersonal (Wahyudi et al., 2017). Pada penggunaan *second account*, rasa percaya terhadap audiens dapat mengurangi kekhawatiran terhadap penilaian negatif dan mendorong individu mengungkapkan informasi yang lebih personal. Penelitian Iloen dan Kusumiati (2024), Syah dan Ningsih (2025), serta Jannah dan Nawangsih (2025) menunjukkan bahwa *interpersonal trust* berhubungan positif dengan *self-disclosure*. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan individu terhadap orang lain, semakin besar pula kemungkinan individu mengungkapkan perasaan, pengalaman, dan informasi pribadinya.

Selain *interpersonal trust*, kontrol diri berperan dalam menentukan batas informasi yang layak diungkapkan. Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, emosi, dorongan, dan perilaku agar tetap sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai (Malau & Muhammad, 2022). Individu dengan kontrol diri yang baik cenderung lebih mampu mempertimbangkan manfaat dan risiko sebelum membagikan informasi pribadi di media sosial (Kharimah & Laili, 2024). Sebaliknya, kontrol diri yang rendah dapat membuat individu lebih mudah merespons dorongan sesaat dan mengungkapkan informasi secara spontan atau berlebihan. Namun, hasil penelitian mengenai hubungan kontrol diri dan *self-disclosure* belum menunjukkan pola yang konsisten. Lutchi et al. (2023) serta Widyaning dan Permana (2025) menemukan hubungan positif, sedangkan Sari dan Kustanti (2020) menemukan hubungan negatif yang signifikan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa hubungan kontrol diri dengan *self-disclosure* kemungkinan dipengaruhi oleh karakteristik partisipan, jenis platform, tujuan penggunaan media sosial, dan konteks audiens yang menerima informasi.

Penelitian sebelumnya telah menjelaskan peran *interpersonal trust* dan kontrol diri terhadap *self-disclosure*, tetapi sebagian besar menempatkan kedua variabel tersebut dalam model penelitian yang terpisah. Penelitian Firual dan Hariyadi (2022), Iloen dan Kusumiati (2024), Syah dan Ningsih (2025), serta Jannah dan Nawangsih (2025) lebih menekankan peran kepercayaan interpersonal dalam mendorong pengungkapan diri. Sementara itu, penelitian Fitriyani dan Rinaldi (2022), Lutchi et al. (2023), Widyaning dan Permana (2025), serta Sari dan Kustanti (2020) menguji hubungan kontrol diri dengan pengungkapan diri pada karakteristik pengguna dan platform yang berbeda. Penelitian-penelitian tersebut belum sepenuhnya menjelaskan kontribusi relatif *interpersonal trust* dan kontrol diri ketika keduanya dimasukkan secara bersamaan dalam satu model prediktif pada pengguna *second account* Instagram dalam fase *emerging adulthood*. Dengan demikian, belum dapat diketahui secara memadai apakah *self-disclosure* pada *second account* lebih kuat berkaitan dengan kepercayaan





terhadap audiens atau dengan kemampuan individu mengendalikan dorongan untuk membagikan informasi pribadi.

Penelitian ini tidak mengklaim sebagai penelitian pertama yang mengkaji *interpersonal trust*, kontrol diri, atau *self-disclosure* pada pengguna media sosial. Kebaruan penelitian terletak pada pengintegrasian atribut relasional dan kapasitas regulasi diri dalam satu model prediktif untuk menjelaskan *self-disclosure* pada pengguna *second account* Instagram berusia 18-25 tahun di Karawang. Dalam model ini, *interpersonal trust* diposisikan sebagai atribut psikologis relasional yang dapat mendorong keterbukaan karena individu merasa aman terhadap audiensnya. Sebaliknya, kontrol diri diposisikan sebagai kapasitas regulasi intrapersonal yang membantu individu menentukan batas informasi yang akan diungkapkan. Pengujian kedua variabel secara simultan diharapkan memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai kontribusi masing-masing prediktor terhadap *self-disclosure*.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan menganalisis kontribusi *interpersonal trust* dan kontrol diri dalam memprediksi *self-disclosure* pada individu dalam fase *emerging adulthood* yang menggunakan *second account* Instagram di Karawang. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai atribut psikologis yang berkaitan dengan pengungkapan diri di media sosial serta menjadi dasar pengembangan edukasi literasi digital, kesadaran privasi, dan regulasi diri bagi pengguna media sosial.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif korelasional / prediktif dengan analisis regresi linier berganda, yakni suatu pendekatan yang menekankan pengolahan data berbasis angka dan pengujian hipotesis melalui analisis statistik (Sugiyono, 2022). Adapun desain yang digunakan adalah desain kuantitatif, yang bertujuan untuk mengkaji ada atau tidaknya hubungan sebab-akibat antara variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono, 2022). Dalam penelitian ini, variabel bebas yang ditetapkan meliputi *interpersonal trust* (X1) dan kontrol diri (X2), sementara *self-disclosure* ditempatkan sebagai variabel terikat (Y). Adapun teknik pengujian hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji analisis regresi linear berganda, dikarenakan penelitian ini melibatkan satu variabel terikat dan dua variabel bebas.

Partisipan dalam penelitian ini adalah individu yang berada pada rentang usia 18–25 tahun, memiliki *second account* Instagram, serta berdomisili di Karawang. Penentuan jumlah sampel mengacu pada tabel Isaac dan Michael untuk populasi dengan jumlah yang tidak diketahui, dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, sehingga diperoleh total sampel sejumlah 349 partisipan. Pada penelitian ini teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* yaitu teknik kuantitatif korelasional-prediktif. Sugiyono (2019) menjelaskan bahwa teknik ini merupakan metode penentuan sampel yang dimulai dari sejumlah kecil partisipan awal, kemudian secara bertahap berkembang melalui rujukan atau rekomendasi dari partisipan sebelumnya hingga jumlah sampel yang dibutuhkan terpenuhi. Penelitian ini belum melalui penelaahan komite etik secara formal. Namun, sebelum pengumpulan data dilakukan, seluruh calon partisipan memperoleh penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian, sifat sukarela keikutsertaan, kerahasiaan dan anonimitas data, serta hak untuk menghentikan partisipasi kapan saja tanpa konsekuensi. Hanya calon partisipan yang menyatakan kesediaannya melalui lembar informed consent yang dapat melanjutkan pengisian instrumen penelitian. Seluruh data dikumpulkan tanpa mencantumkan identitas pribadi dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.



Penelitian ini memiliki keterbatasan pada teknik kuantitatif korelasional-prediktif sampling yang digunakan dalam proses pengambilan sampel. Teknik ini berpotensi menimbulkan bias jejaring sosial, karena responden cenderung merekomendasikan individu yang memiliki karakteristik, latar belakang, atau lingkungan sosial yang serupa. Kondisi tersebut dapat mengurangi keberagaman sampel dan membatasi generalisasi hasil penelitian. Selain itu, komposisi responden yang didominasi oleh perempuan menyebabkan representasi gender menjadi kurang seimbang, sehingga hasil penelitian mungkin lebih mencerminkan karakteristik dan perilaku responden perempuan dibandingkan laki-laki. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan teknik sampling yang lebih representatif serta melibatkan proporsi responden yang lebih seimbang berdasarkan jenis kelamin.

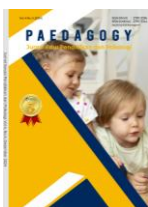
Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologis yang mencakup tiga skala sesuai dengan variabel yang diteliti. Pengukuran *self-disclosure* dalam penelitian ini merujuk pada *Self-Disclosure Scale* yang disusun oleh Ababil et al. (2024) berdasarkan teori Wheelless dan Grotz, skala ini terdiri dari 13 butir pernyataan yang meliputi 2 item dimensi *intent*, 2 item dimensi *amount*, 4 item dimensi *positive-negative*, 3 item dimensi *depth Intimacy*, serta 2 item dimensi *honesty-accuracy*. Skala *self-disclosure* disusun menggunakan format pengukuran yang digunakan mencakup lima alternatif pilihan respons, yaitu 1 = sangat setuju, 2 = setuju, 3 = netral, 4 = tidak setuju, dan 5 = sangat tidak setuju. Contoh pernyataan dalam skala ini adalah “Saya dengan sadar mengungkapkan tentang diri saya di *second account* Instagram” Item yang digunakan terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Berdasarkan uji coba penelitian, skala ini menunjukkan reliabilitas yang tinggi dengan nilai Cronbach's α 0,908 serta validitas dengan nilai r berkisar 0,369 hingga 0,769.

Pengukuran *interpersonal trust* mengacu pada *Interpersonal Trust Scale* (ITS) yang dikembangkan oleh Rottenberg (Hafizah & Koanda, 2025), di mana skala tersebut tersusun atas 24 butir pernyataan yang mencakup 6 item aspek reliabilitas, 9 item aspek emosional, dan 9 item aspek kejujuran. Format respons yang digunakan adalah skala likert terdapat empat alternatif respon, yaitu 1 = sangat setuju, 2 = setuju, 3 = tidak setuju, dan 4 = sangat tidak setuju. Contoh pernyataan dalam *Interpersonal Trust Scale* (ITS) antara lain “Saya menjaga kepercayaan yang diberikan dengan sepenuh hati” dan “Saya melindungi rahasia teman saya dengan baik.” Aitem dalam skala ini terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*, di mana pernyataan *unfavorable* diberi skor terbalik. Berdasarkan uji coba penelitian, skala ini menunjukkan tingkat reliabilitas yang sangat tinggi dengan nilai Cronbach's α sebesar 0,955 serta validitas yang memadai dengan rentang nilai r antara 0,413 hingga 0,779.

Pengukuran kontrol diri dalam penelitian ini merujuk pada *Brief Kontrol diri Scale* (BSCS) yang disusun oleh De Ridder (Arifin & Milla, 2020), di mana skala tersebut tersusun atas 10 butir pernyataan yang mencakup 6 item aspek inhibisi dan 4 item aspek inisiasi. Format pemberian respons menggunakan 7 poin penilaian dengan kategori, yaitu 1 = sangat tidak setuju, 2 = tidak setuju, 3 = agak tidak setuju, 4 = netral, 5 = agak setuju, 6 = setuju, dan 7 = sangat setuju. Contoh pernyataan dalam *Brief Self-Control Scale* (BSCS) antara lain “Secara umum, saya dapat menahan godaan apapun dengan baik” dan “Saya kesulitan menghentikan kebiasaan buruk.” Item yang digunakan terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Berdasarkan uji coba penelitian, skala ini memperlihatkan tingkat konsistensi internal yang tergolong baik, ditandai dengan perolehan nilai Cronbach's α sebesar 0,881 serta validitas dengan nilai r berkisar antara 0,361 hingga 0,805.

Sebelum pengujian hipotesis dilaksanakan, penelitian ini mengawali prosesnya dengan menjalankan serangkaian uji prasyarat yang mencakup uji normalitas dan uji linearitas





menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25. Pengujian hipotesis selanjutnya dilakukan melalui analisis regresi linear berganda, yang memungkinkan peneliti mengidentifikasi besaran serta kontribusi dua variabel bebas terhadap satu variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Partisipan yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 349 orang pada tahap *emerging adulthood* dengan rentang usia 18 hingga 25 tahun. Seluruh partisipan merupakan pengguna *second account* Instagram, dan berdomisili di Karawang. Data demografi responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Demografi Partisipan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	253	72,5%
Laki-laki	96	27,5%
Total	349	100%
Usia		
18–20 Tahun	80	22,9%
21–23 Tahun	215	61,6%
24–25 Tahun	54	15,5%
Total	349	100%

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa partisipan berjenis kelamin perempuan berjumlah 253 orang (72,5%), sedangkan partisipan berjenis kelamin laki-laki berjumlah 96 orang (27,5%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas partisipan dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan. Selanjutnya demografi berdasarkan usia, partisipan pada rentang usia 18–20 tahun berjumlah 80 responden (22,9%), partisipan pada rentang usia 24–25 tahun berjumlah 54 responden (15,5%), mayoritas responden pada penelitian ini pada rentang usia 21–23 tahun berjumlah 215 responden (61,6%). Untuk memenuhi syarat uji parametrik, dilakukan uji normalitas terlebih dahulu sebagaimana dipaparkan pada Tabel 2.

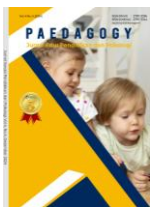
Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

Asymp. Sig. (2-tailed)	A	Interpretasi
0,076	0,05	Berdistribusi Normal

Merujuk pada Tabel 2, nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* yang diperoleh adalah 0,076, dimana nilai $p > \alpha$ ($0,076 > 0,05$). Hal ini mengindikasikan bahwa distribusi data bersifat normal dan telah memenuhi prasyarat untuk menjalankan uji parametrik. Tahap berikutnya, dilakukan uji linearitas pada variabel *interpersonal trust* terhadap *self-disclosure* dan variabel kontrol diri terhadap *self-disclosure*, sebagaimana dipaparkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

Variabel	P	A	Interpretasi
<i>Interpersonal trust</i> terhadap <i>self-disclosure</i>	0,918	0,05	Linear



Kontrol diri terhadap <i>self-disclosure</i>	0,192	0,05	Linear
---	-------	------	--------

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan bahwa nilai sig. *Deviation from Linearity* untuk *interpersonal trust* terhadap *self-disclosure* memperoleh angka 0,918, sedangkan untuk kontrol diri terhadap *self-disclosure* sebesar 0,192. Data dikatakan linear jika sig. *Deviation from Linearity* > 0,05 dan hasil dari kedua nilai sig. *deviation from linearity* tersebut melebihi dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memenuhi asumsi linearitas dan terbukti linear. Selanjutnya, teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis adalah analisis regresi, dengan hasil analisis regresi linear berganda yang disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Uji Analisis Regresi Berganda - Simultan

Model		Sum of square	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4740.717	2	2370.358	65.591	0,000

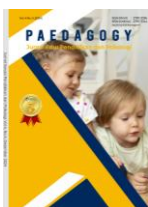
Merujuk pada tabel 4, nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,000 dimana nilai tersebut < 0,05, yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak. Sehingga dapat diartikan bahwa adanya pengaruh *interpersonal trust* dan kontrol diri terhadap *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Analisis kemudian dilanjutkan dengan uji regresi berganda parsial untuk mengetahui pengaruh dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat, sebagaimana dipaparkan pada Tabel 5.

Tabel 5. Uji Regresi Berganda - Parsial

Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	43.693	2.880		15.172	0.000
	<i>Interpersonal trust</i>	0,312	0,043	0,331	7.220	0,000
	Kontrol diri	-0,277	0,032	-0,396	-8.636	0,000

Berdasarkan Tabel 5, nilai korelasi *interpersonal trust* senilai 0,312 memperlihatkan arah hubungan yang positif, sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi *interpersonal trust* maka semakin tinggi pula *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Sebaliknya, semakin rendah *interpersonal trust* maka semakin rendah pula *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Adapun nilai korelasi kontrol diri senilai -0,277 memperlihatkan arah hubungan yang negatif, dimana semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Nilai signifikansi *interpersonal trust* sebesar 0,000 < 0,05, artinya H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat diartikan bahwa adanya pengaruh *interpersonal trust* terhadap *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Temuan ini membuktikan bahwa variabel ini berpengaruh secara signifikan terhadap *self-disclosure*.

Kondisi serupa ditemukan pada variabel kontrol diri dengan nilai signifikansi 0,000 < 0,05, artinya H_a diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat diartikan bahwa adanya pengaruh



kontrol diri terhadap *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Hal ini membuktikan bahwa kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap *self-disclosure*. Selanjutnya, untuk mengetahui besar pengaruh antara variabel bebas terhadap variabel terikat, dilakukan uji koefisien determinasi pada Tabel 6 dan Tabel 7.

Tabel 6. Uji Koefisien Determinasi Simultan

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,524	0,275	0,271	6.011

Berdasarkan Tabel 6, didapatkan hasil *interpersonal trust* dan kontrol diri terhadap *self-disclosure* memperoleh nilai R Square 0,275 dimana $(R \text{ Square} \times 100\%) = 27,5\%$. Sehingga dapat dikatakan bahwa secara simultan kedua variabel bebas tersebut memiliki pengaruh senilai 27,5% terhadap *self-disclosure*, sementara sisanya yakni 72,5% disebabkan oleh faktor-faktor lain diluar penelitian ini.

Tabel 7. Uji Koefisien Determinasi Parsial

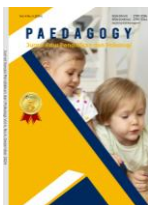
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.	Pearson	Sig.
1	(Constant)	43.693	2.880		15.172	0,000		
	<i>Interpersonal trust</i>	0,312	0,043	0,331	7.220	0,000	0,344	0,000
	Kontrol diri	-0,277	0,032	-0,396	-8.636	0,000	-0,407	0,000

Berdasarkan Tabel 7 bahwa *interpersonal trust* memiliki skor beta sebesar 0.331 dan *pearson correlation* 0.344 yang berarti pengaruh *interpersonal trust* terhadap *self-disclosure* berkontribusi pada nilai beta dan *pearson* senilai $0.331 \times 0.344 = 0.1138 \times 100 = 11,4\%$. Selanjutnya kontrol diri memiliki skor beta sebesar -0.396 dan *pearson correlation* -0.344 yang berarti pengaruh kontrol diri terhadap *self-disclosure* berkontribusi senilai $-0.396 \times -0.407 = 0,1612 \times 100 = 16,1\%$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *kontrol diri* memiliki pengaruh lebih besar daripada *interpersonal trust* terhadap *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang. Analisis dilanjutkan dengan uji kategorisasi yang bertujuan untuk mengelompokkan individu pada suatu tingkatan berdasarkan atribut yang diukur, disajikan pada Tabel 8.

Tabel 8. Uji Kategorisasi Self-Disclosure

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
>48	Tinggi	181	51,9%
<30	Rendah	168	48,1%
	Total	349	100%

Berdasarkan Tabel 8. diketahui bahwa tingkat *self-disclosure* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* instagram di Karawang mayoritas berada pada kategori tinggi. Sebanyak 181 responden (51,9%) termasuk ke dalam kategori tinggi dengan skor lebih dari 48, dan 168 responden (48,1%) termasuk ke dalam kategori rendah dengan skor kurang dari 30. Temuan ini memperlihatkan bahwa mayoritas pengguna *second account* Instagram dengan rentang usia 18-25 cenderung terbuka dalam berbagi informasi pribadi. Hal ini tercermin dari



frekuensi dan waktu yang dibutuhkan ketika individu *self-disclosure*, informasi yang dibagikan positif maupun negatif mengenai diri sendiri, tingkat kejujuran atau ketepatan dalam mengungkapkan informasi yang bersifat personal kepada pihak lain, dan kapasitas dalam mengelola dan menyesuaikan berita yang berkaitan dengan dirinya serta menentukan sejauh mana kedalaman *self-disclosure* kepada orang lain.

Tabel 9. Uji Kategorisasi *Interpersonal Trust*

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
>72	Tinggi	152	43,6%
<48	Rendah	197	56,4%
	Total	349	100%

Berdasarkan Tabel 9, diketahui bahwa tingkat *interpersonal trust* pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang mayoritas berada pada kategori rendah. Sebanyak 152 responden (43,6%) termasuk ke dalam kategori tinggi dengan skor diatas 72, dan 197 responden (56,4%) termasuk ke dalam kategori rendah dengan skor dibawah 48. Temuan ini memperlihatkan bahwa mayoritas pengguna *second account* Instagram dengan rentang usia 18-25 cenderung lebih selektif dalam mempercayai orang lain. Hal ini tercermin dari keterandalan, emosi dan kejujuran seseorang dalam berbagi informasi.

Tabel 10. Uji Kategorisasi Kontrol diri

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
>50	Tinggi	162	46,4%
<30	Rendah	187	53,6%
	Total	349	100%

Berdasarkan Tabel 10, diketahui bahwa tingkat kontrol diri pada *emerging adulthood* pengguna *second account* Instagram di Karawang mayoritas berada pada kategori rendah. Sebanyak 162 responden (46,4%) termasuk ke dalam kategori tinggi dengan skor diatas 50, dan 187 responden (53,6%) termasuk ke dalam kategori rendah dengan skor dibawah 30. Temuan ini memperlihatkan bahwa mayoritas pengguna *second account* Instagram dengan rentang usia 18-25 cenderung sulit menahan diri dan lebih mudah untuk *oversharing*. Hal ini tercermin dari inhibisi dan inisiasi seseorang dalam menahan dan mengatur informasi yang akan dibagikan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *interpersonal trust* dan kontrol diri secara simultan berkontribusi signifikan dalam memprediksi *self-disclosure* pada individu dalam fase *emerging adulthood* yang menggunakan *second account* Instagram di Karawang. Kedua prediktor menjelaskan 27,5% variasi *self-disclosure*, sedangkan 72,5% sisanya berkaitan dengan faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Secara parsial, *interpersonal trust* menunjukkan kontribusi positif, sedangkan kontrol diri menunjukkan kontribusi negatif terhadap *self-disclosure*. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa pengungkapan diri melalui *second account* berkaitan dengan penilaian individu terhadap keamanan relasi dan kemampuannya mengatur dorongan untuk membagikan informasi pribadi.

Kontribusi positif *interpersonal trust* menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan individu terhadap orang lain, semakin tinggi kecenderungannya untuk mengungkapkan informasi pribadi. Kepercayaan dapat mengurangi kekhawatiran terhadap penolakan, penilaian



negatif, dan penyalahgunaan informasi sehingga individu merasa lebih aman dalam menyampaikan perasaan atau pengalaman pribadinya. Temuan ini sejalan dengan Putri et al. (2023), yang menjelaskan bahwa individu dengan *interpersonal trust* tinggi cenderung lebih jujur dalam menyampaikan pendapat dan perasaan serta lebih bersedia membicarakan topik personal. Sebaliknya, individu dengan tingkat kepercayaan yang rendah cenderung lebih berhati-hati, membatasi kedalaman percakapan, dan kurang terbuka dalam menyampaikan informasi pribadi.

Dalam konteks *second account* Instagram, kepercayaan tidak selalu diberikan kepada seluruh pengguna media sosial, tetapi terutama kepada audiens yang telah dipilih oleh pemilik akun. Pengguna umumnya membatasi pengikutnya pada teman dekat atau individu yang dinilai mampu menjaga informasi pribadi. Kondisi tersebut memungkinkan pengguna menampilkan sisi diri yang tidak diperlihatkan melalui *first account*. Oleh karena itu, *interpersonal trust* dapat dipahami sebagai atribut psikologis relasional yang mendukung rasa aman dalam melakukan *self-disclosure*.

Temuan tersebut juga dapat dijelaskan melalui aspek *interpersonal trust* menurut Rottenberg, yaitu keterandalan, emosi, dan kejujuran. Keterandalan berkaitan dengan keyakinan bahwa orang lain dapat memenuhi janji, aspek emosional berkaitan dengan keyakinan bahwa orang lain tidak akan menimbulkan kerugian emosional, sedangkan kejujuran berkaitan dengan keyakinan terhadap ketulusan informasi yang diberikan. Maharani et al. (2025) menunjukkan bahwa *interpersonal trust* berkaitan dengan kesediaan mahasiswa pengguna *second account* Instagram untuk mengungkapkan dirinya. Interpretasi setiap aspek tersebut perlu mengikuti arah penskoran instrumen agar skor yang lebih tinggi secara konsisten menunjukkan tingkat kepercayaan interpersonal yang lebih tinggi.

Kontrol diri menunjukkan kontribusi negatif terhadap *self-disclosure*, yang berarti bahwa individu dengan kontrol diri lebih tinggi cenderung lebih mampu membatasi jumlah, kedalaman, dan jenis informasi pribadi yang diungkapkan. Temuan ini sejalan dengan Nawangsari et al. (2024), yang menunjukkan bahwa kontrol diri berperan dalam pengelolaan *self-disclosure* pada pengguna media sosial. Kontrol diri membantu individu menunda respons, mengevaluasi isi unggahan, dan mempertimbangkan konsekuensi sebelum membagikan informasi pribadi. Dengan demikian, semakin baik kemampuan regulasi diri individu, semakin selektif pula keputusan yang diambil dalam mengungkapkan informasi melalui *second account*.

Individu dengan kontrol diri tinggi umumnya lebih mampu mempertimbangkan dampak perilaku *self-disclosure* sebelum membagikan informasi pribadi (Budiani & Magistarina, 2023). Sebaliknya, individu dengan kontrol diri rendah cenderung lebih sulit mengendalikan impuls dan lebih mudah mengungkapkan informasi secara spontan atau berlebihan (Marsela & Supriatna, 2019). Meskipun demikian, *self-disclosure* tidak dapat disamakan secara langsung dengan *oversharing*. *Self-disclosure* dapat menjadi perilaku adaptif ketika dilakukan secara sadar, sesuai konteks, dan ditujukan kepada audiens yang tepat, sedangkan *oversharing* mengacu pada pengungkapan yang melampaui batas privasi atau tidak mempertimbangkan konsekuensinya.

Berdasarkan teori De Ridder, kontrol diri mencakup aspek inhibisi dan inisiasi (Arifin & Milla, 2020). Inhibisi membantu individu menahan dorongan untuk mengunggah informasi yang sensitif, sedangkan inisiasi membantu individu menjalankan perilaku yang sesuai dengan tujuan dan batas privasinya. Dalam penggunaan *second account*, kedua kemampuan tersebut dapat diterapkan melalui kebiasaan menunda unggahan, meninjau kembali isi pesan, mengevaluasi daftar pengikut, dan mempertimbangkan risiko penyebaran informasi. Oleh



karena itu, kontrol diri tidak menghilangkan kebutuhan untuk mengungkapkan diri, tetapi membantu individu mengatur waktu, isi, kedalaman, dan penerima informasi yang diungkapkan.

Kontribusi efektif kontrol diri sebesar 16,1% lebih besar dibandingkan kontribusi *interpersonal trust* sebesar 11,4%. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan mengatur dorongan pribadi memiliki kontribusi relatif lebih kuat daripada kepercayaan terhadap audiens dalam menjelaskan *self-disclosure* pada sampel penelitian. Salah satu penjelasan yang mungkin adalah bahwa pengguna *second account* telah memilih audiens yang lebih terbatas sehingga kepercayaan terhadap pengikut relatif telah terbentuk sebelum pengungkapan dilakukan. Sebaliknya, keputusan untuk mengunggah atau menahan informasi tetap bergantung pada kemampuan individu mengelola emosi, impuls, dan pertimbangan terhadap konsekuensi unggahan.

Arah negatif kontribusi kontrol diri terhadap *self-disclosure* mendukung temuan Sari dan Kustanti (2020), tetapi berbeda dari hasil Lutchi et al. (2023) serta Widyaning dan Permana (2025), yang menemukan arah hubungan positif. Perbedaan tersebut dapat berkaitan dengan karakteristik partisipan, jenis platform, tujuan penggunaan akun, dan cara *self-disclosure* dioperasionalkan dalam setiap penelitian. Ketika *self-disclosure* dipahami sebagai keterbukaan yang terencana dan adaptif, kontrol diri dapat membantu individu berkomunikasi secara tepat. Namun, ketika pengungkapan diri mencakup penyampaian informasi yang spontan, mendalam, atau sensitif, kontrol diri dapat membatasi kecenderungan tersebut sehingga menghasilkan hubungan negatif.

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat *self-disclosure* yang tinggi, sedangkan *interpersonal trust* dan kontrol diri lebih banyak berada pada kategori rendah. Pola tersebut tidak selalu menunjukkan pertentangan karena individu dapat memiliki kepercayaan interpersonal umum yang rendah, tetapi tetap terbuka kepada sejumlah kecil orang yang telah dipilih sebagai audiens *second account*. Banun dan Hastuti (2026) menjelaskan bahwa kepercayaan dapat membuat individu merasa aman untuk menampilkan sisi dirinya yang tidak ditunjukkan melalui *first account*. Dengan demikian, seleksi audiens dapat memungkinkan individu melakukan *self-disclosure* yang tinggi meskipun cenderung berhati-hati dalam mempercayai orang lain secara umum.

Kategori kontrol diri yang rendah perlu ditafsirkan secara hati-hati karena temuan tersebut tidak secara otomatis membuktikan bahwa responden melakukan *oversharing*. Kesimpulan mengenai *oversharing* memerlukan pengukuran khusus terhadap sensitivitas informasi, frekuensi pengungkapan, kesesuaian konteks, dan konsekuensi yang dialami pengguna. Selain itu, kategorisasi perlu menggunakan batas skor yang jelas dan mencakup seluruh kemungkinan skor responden. Oleh karena itu, hasil kategorisasi lebih tepat dipahami sebagai gambaran kecenderungan atribut psikologis daripada bukti langsung mengenai perilaku pengungkapan yang berisiko.

Secara praktis, hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang sehat tidak hanya bergantung pada rasa percaya terhadap audiens, tetapi juga pada kemampuan mengatur perilaku sebelum membagikan informasi pribadi. Program literasi digital dapat mencakup kebiasaan memeriksa kembali konten sebelum diunggah, mengenali informasi sensitif, mengevaluasi daftar pengikut, dan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang dari jejak digital. Penguatan kontrol diri dapat membantu pengguna mempertahankan manfaat *self-disclosure* sebagai sarana ekspresi diri dan memperoleh dukungan sosial tanpa





mengabaikan keamanan informasi pribadi. Program tersebut dapat dikembangkan oleh institusi pendidikan, konselor, keluarga, dan komunitas pengguna media sosial.

Temuan penelitian perlu dipahami dengan mempertimbangkan beberapa keterbatasan. Desain korelasional-prediktif tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat, sedangkan penggunaan *snowball sampling* berpotensi menimbulkan bias jejaring sosial dan membatasi generalisasi hasil. Komposisi partisipan yang didominasi perempuan juga memungkinkan hasil penelitian lebih banyak mencerminkan karakteristik pengguna perempuan. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan teknik sampling yang lebih representatif, desain longitudinal, serta variabel tambahan seperti *intimate friendship*, *privacy concern*, *fear of missing out*, dan kecemasan sosial untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai *self-disclosure* di media sosial.

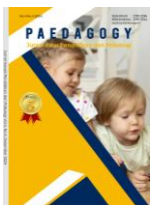
KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *interpersonal trust* dan kontrol diri secara bersama-sama berkontribusi signifikan dalam memprediksi *self-disclosure* pada individu dalam fase *emerging adulthood* yang menggunakan *second account* Instagram di Karawang. *Interpersonal trust* berkontribusi positif, yang menunjukkan bahwa rasa percaya terhadap audiens berkaitan dengan meningkatnya keterbukaan dalam membagikan informasi pribadi. Sebaliknya, kontrol diri berkontribusi negatif dan memiliki kontribusi relatif lebih besar, sehingga kemampuan mengatur dorongan berkaitan dengan kecenderungan individu untuk lebih selektif dalam melakukan *self-disclosure*. Temuan ini menegaskan bahwa pengungkapan diri melalui *second account* tidak hanya berkaitan dengan keamanan relasional, tetapi juga dengan kapasitas regulasi diri pengguna.

Secara praktis, hasil penelitian mendukung pentingnya literasi digital, kesadaran privasi, dan penguatan kontrol diri agar pengguna mampu mengelola informasi pribadi secara lebih bijaksana. Program edukasi dapat diarahkan pada kemampuan mengenali informasi sensitif, mengevaluasi audiens, dan mempertimbangkan konsekuensi sebelum mengunggah konten. Namun, hasil penelitian ini perlu dipahami dalam batas desain korelasional-prediktif dan penggunaan *snowball sampling*, sehingga tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat atau digeneralisasikan secara luas. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih representatif, desain longitudinal, dan variabel tambahan seperti *intimate friendship*, *privacy concern*, *fear of missing out*, serta kecemasan sosial untuk memperluas pemahaman mengenai *self-disclosure* di media sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Ababil, V. A., Hakim, A. R., & Ibad, M. C. (2024). Peran self control dan intimate friendship sebagai prediktor terhadap self disclosure pada remaja pengguna second account instagram di Karawang. *Jurnal Social Library*, 4(2), 324–331. <https://doi.org/https://doi.org/10.51849/sl.v4i3.299>
- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179–195. <https://doi.org/10.7454/jps.2020.18>
- Banun, J. S., & Hastuti, R. (2026). Pengaruh interpersonal trust terhadap self-disclosure pada dewasa awal pengguna second account instagram. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 6(1), 187–194. <https://doi.org/https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i1.5930>
- Budiani, A. N., & Magistarina, E. (2023). Kontribusi self control terhadap online self disclosure



- pada usia emerging adulthood pengguna second account instagram. *INNOVATIVE: Jurnal Of Social Science Research*, 3(5), 1–10. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/view/5729>
- Firual, R., Athira Sugeng, & Hariyadi. (2022). Pengaruh interpersonal trust dan intimate friendship terhadap self-disclosure generasi z pengguna twitter. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 11 (1)(1), 44–52. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip>
- Fitriyani, C., & Rinaldi. (2022). Hubungan kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna instagram. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 612–615. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/2932>
- Hafizah, N. A., & Koanda, N. (2025). Interpersonal trust dan self-disclosure pengguna second account instagram pada dewasa awal di kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 5(1), 303–308. <https://doi.org/10.56326/jpk.v5i1.6352>
- Iloen, A. S. N., & Kusumiati, R. Y. E. (2024). Social media dynamics: interpersonal trust and self-disclosure on instagram second accounts. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 8(2), 270. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v8i2.2015>
- Jannah, H. F., & Nawangsih, E. (2025). Hubungan kepercayaan interpersonal dengan pengungkapan diri online pengguna akun kedua instagram. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 5(1), 41–48. <https://doi.org/10.29313/bcsp.v5i1.15865>
- Jati, P. P., & Mardi Rahayu, M. N. (2023). Intimate friendship and self disclosure on early adult instagram second account users. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(3), 436. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i3.11302>
- Karlina, D. A., Aeni, A. N., & Syahid, A. A. (2020). Mengenal dampak positif dan negatif internet untuk anak pada orang tua. *Jurnal Pasca Dharma Pengabdian Masyarakat*, Kharimah, I. I., & Laili, N. (2024). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif pada mahasiswi prodi psikologi universitas muhammadiyah Sidoarjo. *ResearchJet Journal of Analysis and Inventions*, 3(2), 1–8. <https://doi.org/10.47134/researchjet.v3i2.20>
- Lutchi, V. M. S., Nurhidayah, S., & Pramintari, R. D. (2023). Kontrol diri dan strategi coping terhadap pengungkapan diri dalam aplikasi tiktok pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 15(1), 13–21. <https://doi.org/10.33558/soul.v15i1.9700>
- Maharani, F. D., Wibowo, D. S., & Widyarini, N. (2025). Self disclosure of college students who use instagram second account based on interpersonal trust. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 10(1), 111–119. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v10i1.1848>
- Malau, A., Muhammad, R. H., & Amri. (2022). Kontrol diri dan perilaku cyberloafing pada karyawan generasi z. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 11(2), 94–110. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip>
- Nabilah, F., & Sinduwiatmo, K. (2023). Motif penggunaan second account instagram bagi pelajar smk negeri 1 Gempol. *Jurnal Nomosleca*, 9(1), 105–122. <https://doi.org/10.26905/nomosleca.v9i1.9610>
- Napoleoncat. (2025). *Instagram Users In Indonesia – September 2025*. Napoleoncat. <https://stats.napoleoncat.com/instagram-users-in-indonesia/2025/11/>
- Nawang Sari, S., Huda, N., & Puspita, A. D. A. (2024). Peran kontrol diri dalam self-disclosure di kalangan generasi z pengguna tiktok. *Kaganga Romunika Journal of Communication Science*, 6(2), 327–336. <https://doi.org/10.36761/kagangakomunika.v6i2.4946>
- Nuvitasari, W., & Hidayati, N. (2024). Instagram as a value for self-disclosures media sosial instagram sebagai wadah self disclosure. *Empatia*, 1(1), 28.



<https://share.google/a0aVI6b1o1JgyleU4>

- Putri, N. A., Sitasari, N. W., & Prasetyani, D. (2023). Keterkaitan kepercayaan interpersonal dengan keterbukaan diri pada dewasa awal (studi pada pengguna tinder). *Optimalisasi Potensi Generasi: Membangun Pribadi Yang Tangguh Dalam Berbagai Bidang*, 2020, 130–140. <https://prosiding.esaunggul.ac.id/index.php/SEMNASPSIKOLOGI/article>
- Putri, S. A., & Rizal, G. L. (2021). Hubungan antara Parent Attachment terhadap Self Disclosure pada Middle Adolescent. *Wacana*, 13(2), 154–166. <https://doi.org/https://doi.org/10.13057/wacana.v13i2.208>
- Ramadhani, A. F., Rosita, R., & Marhanah, S. (2025). Analisis kluster emerging adulthood mengenai pengaruh perjalanan wisata terhadap kualitas hidup. *Ganaya : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 8(2), 185–197. <https://doi.org/10.37329/ganaya.v8i2.4176>
- Restu, E. E., & Triyono, A. (2025). Motif oversharing sebagai bentuk self-disclosure pada second account instagram di kalangan generasi z. *EduTIK: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi Dan Komunikasi*, 5(4), 1236–1242. <https://doi.org/10.53682/070a1t21>
- Sari, I. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan pengungkapan diri pada remaja pengguna media sosial instagram. *Jurnal Empati*, 9(Nomor 1), 52–57. <https://doi.org/10.14710/empati.2020.26921>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian dan Pengembangan Research and Development*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Alfabeta.
- Syah, R. A., & Ningsih, Y. T. (2025). Hubungan interpersonal trust terhadap self disclosure pada remaja di Bukittinggi. *Edu Sociata (Jurnal Pendidikan Sosiologi)*, 8(1), 171–177. <https://doi.org/10.33627/es.v8i1.3180>
- Wahyudi, J., Milla, M. N., & Muluk, H. (2017). Persepsi keadilan sosial dan kepercayaan interpersonal sebagai prediktor kepercayaan politik pada mahasiswa di Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 15(1), 59–71. <https://doi.org/10.7454/jps.2017.6>
- Wattimena, G. H. J., Ramadhani, Y. dwi, & Marsetio. (2022). Second account instagram sebagai ruang ekspresi generasi milenial grace. *Jurnal Pewarta Indonesia*, 2(1), 113–120. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.25008/jpi.v4i2.119>
- Widyaning, K. N., & Permana, R. H. (2025). Pengaruh self-control terhadap self-disclosure pada emerging adulthood. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 5(2), 1911–1918. <https://doi.org/https://doi.org/10.29313/bcsps.v5i2.19142>