

Mengurai Kompleksitas Komunikasi Interpersonal: Sintesis Faktor Psikologis, Sosial, dan Kontekstual dari Tinjauan Literatur

Tasya Eka Damayanti^{1*}, Kani Dwiharyani², Anita Yasmin³

^{1,2,3} Program Pascasarjana Ilmu Komunikasi, LSPR Institute of Communication and Business, Jakarta, Indonesia

Email: ^{1*}tasyadamayanti150@gmail.com, ²kanidwiharyani9@gmail.com, ³anitayasmin26@gmail.com

Abstract

Background: Interpersonal communication is very important in various aspects of life. This is because the benefits of interpersonal communication include: increasing comfort, increasing harmony, can make individuals receive and disclose information voluntarily, honestly, and without coercion. However, achieving effective interpersonal communication is not easy. There are several factors that can influence interpersonal communication. Research Method: This research method is a literature review using Google Scholar. The results of the study are presented in a qualitative descriptive manner. Results: The results of this study indicate that factors that can influence interpersonal communication are: empathy, supportive attitude, openness, equality and positive attitude, democratic parenting, self-concept, self-control, interpersonal viewing, social media use, self-confidence, self-esteem, sociodrama technique group guidance services, phubbing behavior, and self-disclosure. Conclusion: Empathy, supportive attitude, openness, equality and positive attitude, democratic parenting, self-concept, self-control, interpersonal observation, social media use, self-confidence, self-esteem, sociodrama technique group guidance services, phubbing behavior, and self-disclosure influence the effectiveness of interpersonal communication.

Keywords: *Communication, Interpersonal, Literature Review*

Abstrak

Latar belakang: Komunikasi interpersonal merupakan hal yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan. Hal ini dikarenakan manfaat dari komunikasi interpersonal diantaranya: meningkatkan rasa nyaman, meningkatkan keharmonisan, dapat membuat individu menerima dan mengungkapkan informasi secara sukarela, jujur, dan tanpa paksaan. Namun, untuk mencapai komunikasi interpersonal yang efektif tidaklah mudah. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi komunikasi interpersonal. Metode Penelitian: Metode penelitian ini adalah literature review dengan memanfaatkan google scholar. Hasil penelitian disajikan secara kualitatif deskriptif. Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi komunikasi interpersonal yaitu: empati, sikap mendukung, keterbukaan, kesetaraan dan sikap positif, pola asuh demokratis, konsep diri, kontrol diri, atraksi interpersonal, penggunaan media sosial, kepercayaan diri, harga diri, layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, perilaku phubbing, dan *self-disclosure*. Kesimpulan: empati, sikap mendukung, keterbukaan, kesetaraan dan sikap positif, pola asuh demokratis, konsep diri, kontrol diri, atraksi

interpersonal, penggunaan media sosial, kepercayaan diri, harga diri, layanan bimbingan kelompok teknik sosiodrama, perilaku *phubbing*, dan *self-disclosure* berpengaruh terhadap efektivitas komunikasi interpersonal.

Kata kunci: Interpersonal, Komunikasi, Literature Review

PENDAHULUAN

Komunikasi interpersonal merupakan hal yang penting dalam berbagai aspek kehidupan. Menurut Anggraini *et al.*, (2022) komunikasi interpersonal adalah interaksi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang saling memengaruhi satu sama lain. Ia juga menyebutkan bahwa jenis komunikasi ini dapat dilakukan dalam berbagai kepentingan seperti forum formal, pendidikan, hingga kegiatan sehari-hari.

Komunikasi interpersonal memiliki berbagai manfaat dalam kehidupan manusia. Menurut Badawi & Rahadi (2021) manfaat dari komunikasi interpersonal diantaranya: meningkatkan rasa nyaman, meningkatkan keharmonisan, dapat membuat individu menerima dan mengungkapkan informasi secara sukarela, jujur, dan tanpa paksaan. Sedangkan dalam Pendidikan, Siskawati (2023) berpendapat bahwa komunikasi interpersonal sangat bermanfaat dalam proses interaksi guru dan siswa, sehingga dapat meningkatkan prestasi belajar siswa. Dengan demikian, mutu pendidikan akan semakin berkembang, Pada dunia kerja, komunikasi interpersonal juga memiliki peran penting. Menurut Sundari *et al.* (2024) saat bekerja, komunikasi interpersonal yang baik dapat menjadi pondasi dalam mensukseskan tujuan perusahaan secara menyeluruh. Hal ini dikarenakan, komunikasi interpersonal di tempat kerja dapat meningkatkan kerja sama tim, mengurangi konflik, menciptakan solusi, serta membangun kerharmonisan tim selama bekerja.

Komunikasi interpersonal menghadapi berbagai tantangan baru. Munculnya media sosial, sistem kerja *hybrid*, dan komunikasi berbasis gawai telah menggeser bentuk interaksi tatap muka menjadi komunikasi daring. Kondisi ini memunculkan fenomena seperti *phubbing* atau kebiasaan menggunakan ponsel saat berinteraksi. Menurut Hujaema & Herdi (2024), adiksi media sosial dan rendahnya kontrol diri terbukti meningkatkan perilaku *phubbing* di kalangan siswa SMA di DKI Jakarta, yang berdampak pada penurunan kualitas interaksi tatap muka. Hasil serupa ditemukan oleh Amiruddin *et al.* (2024) yang menunjukkan bahwa penggunaan ponsel berlebihan dalam komunikasi menyebabkan menurunnya kedekatan emosional antarindividu. Tidak hanya itu, penelitian Feenstra (2020) juga mengungkap bahwa penggunaan media sosial yang intens berkorelasi dengan meningkatnya *personal distress* dan penurunan empati dalam hubungan interpersonal remaja. Fenomena ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal tidak lagi hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh faktor kontekstual seperti lingkungan digital yang membentuk cara manusia berinteraksi.

Menurut Badawi & Rahadi, (2021) untuk menciptakan komunikasi interpersonal yang efektif tidaklah mudah. Faktor yang dapat menghambat terjalannya komunikasi yaitu faktor personal dan faktor situasi. Melihat pentingnya komunikasi interpersonal dalam kehidupan sehari-hari, maka perlu diteliti lebih lanjut mengenai Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Komunikasi Interpersonal. Penelitian ini diharapkan dapat mengemukakan faktor apa saja yang dapat mempengaruhi komunikasi interpersonal. Sehingga, setiap lapisan masyarakat dapat melakukan komunikasi interpersonal yang efektif untuk menunjang kesuksesan dalam hidupnya.

Meskipun telah banyak penelitian yang membahas faktor-faktor komunikasi interpersonal, sebagian besar studi tersebut masih bersifat parsial dan hanya menyoroti satu atau dua faktor tanpa mengaitkannya dalam kerangka konseptual. Kecenderungan ini menimbulkan kebutuhan akan kajian yang lebih komprehensif untuk memetakan berbagai faktor yang saling berhubungan dalam memengaruhi efektivitas komunikasi

interpersonal. Penelitian ini berupaya menyintesis temuan-temuan sebelumnya dengan menelusuri faktor-faktor yang berperan penting serta pola keterkaitannya, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih utuh dan menjadi dasar bagi pengembangan teori maupun praktik komunikasi interpersonal.

LANDASAN KONSEPTUAL

Teori Penetrasi Sosial

Teori Penetrasi Sosial (*Social Penetration Theory*) dikembangkan oleh Irwin Altman dan Dalmas Taylor pada tahun 1973 untuk menjelaskan bagaimana hubungan antarindividu berkembang dari tingkat yang dangkal menuju tingkat kedekatan yang lebih dalam. Teori ini berfokus pada proses pengungkapan diri (*self-disclosure*) yang dilakukan secara bertahap, di mana setiap tahap menunjukkan peningkatan keintiman dan kedalaman hubungan. Proses ini digambarkan melalui model “lapisan bawang” (*onion model*) yang menggambarkan bahwa setiap lapisan mewakili tingkat kedalaman informasi pribadi yang diungkapkan (Taylor & Altman, 1973).

Taylor & Altman (1973) membagi perkembangan hubungan interpersonal ke dalam empat tahap utama. Tahap orientasi ditandai dengan komunikasi yang masih bersifat umum dan sopan, di mana individu saling bertukar informasi dasar seperti identitas diri atau pekerjaan untuk membangun kesan pertama yang baik. Selanjutnya, pada tahap eksplorasi afektif, individu mulai membuka diri dengan membagikan informasi yang lebih pribadi seperti minat, pandangan, dan nilai-nilai hidup, sehingga tercipta kedekatan emosional awal. Pada tahap afektif, kepercayaan meningkat dan pengungkapan diri menjadi lebih mendalam, melibatkan pembicaraan mengenai perasaan dan pengalaman pribadi, meskipun tetap ada batasan tertentu. Terakhir, tahap stabil menggambarkan hubungan yang sudah sangat dekat, di mana kedua pihak merasa nyaman berbagi hampir seluruh aspek kehidupan dengan komunikasi yang jujur, terbuka, dan penuh dukungan emosional.

Komunikasi Interpersonal

Komunikasi interpersonal adalah interaksi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih yang saling memengaruhi satu sama lain. Ia juga menyebutkan bahwa jenis komunikasi ini dapat dilakukan dalam berbagai kepentingan seperti forum formal, pendidikan, hingga kegiatan sehari-hari (Anggraini *et al.*, 2022). Sedangkan menurut Chairunnisa *et al.* (2024) komunikasi interpersonal merupakan proses menyampaikan dan menerima pesan secara lisan (verbal) ataupun tidak baik formal maupun non-formal. Ia juga menyebutkan bahwa dalam komunikasi ini, orang dapat saling mempengaruhi dengan semua informasi atau pikiran yang mereka miliki, sehingga berita yang disebarakan dapat menjadi informasi milik bersama.

Menurut Liliweri (dalam Fakhriyah & Pratiwi, 2021), keberhasilan komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh lima faktor utama yang saling berkaitan, yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Keterbukaan memungkinkan individu berbagi informasi pribadi secara jujur sebagai bentuk kepercayaan terhadap lawan bicara. Empati berperan dalam memahami dan merasakan apa yang dialami orang lain sehingga menciptakan kedekatan emosional. Sikap mendukung membantu memperkuat rasa saling percaya melalui dukungan emosional dan psikologis, sementara sikap positif seperti memberi apresiasi dan penghargaan menciptakan suasana komunikasi yang menyenangkan. Terakhir, kesetaraan memastikan kedua pihak memiliki kesempatan yang seimbang untuk berbicara dan didengarkan, sehingga interaksi berlangsung saling menghargai dan harmonis.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah *literature review* dengan pendekatan kualitatif deskriptif yang bersumber dari kajian pustaka penelitian sebelumnya. Data diperoleh dari artikel-artikel ilmiah yang membahas faktor-faktor yang memengaruhi komunikasi interpersonal. Seluruh artikel dikumpulkan melalui beberapa basis data akademik yang diakses pada bulan September 2025. Untuk menjaga sistematisa dan transparansi, penelitian ini menerapkan pendekatan *Systematic Literature Review* (SLR). Pendekatan ini bertujuan mengidentifikasi, menilai, dan mensintesis hasil penelitian terdahulu secara terstruktur dan dapat direplikasi.

Pencarian artikel dilakukan melalui beberapa basis data yaitu Google Scholar, SINTA, Garuda, dan Scopus. Adapun *keywords* yang digunakan dalam Bahasa Indonesia dan Inggris meliputi: “*faktor komunikasi interpersonal*” OR “*aspek komunikasi interpersonal*”, “*interpersonal communication factors*” OR “*self-disclosure*” OR “*social penetration theory*”. Rentang waktu publikasi dibatasi antara 2019–2024 untuk menjaga relevansi dan kebaruan penelitian. Kriteria inklusi mencakup artikel jurnal ilmiah yang telah melalui proses *peer-review*, menggunakan pendekatan empiris, dan diterbitkan dalam Bahasa Indonesia atau Inggris. Kriteria eksklusi mencakup artikel opini, prosiding *non-review*, laporan non-akademik, serta skripsi atau tesis yang tidak dipublikasikan secara resmi.

Proses seleksi artikel dilakukan melalui tiga tahap, dimulai dari penyaringan awal berdasarkan judul dan kata kunci untuk menilai relevansi topik, dilanjutkan dengan telaah abstrak guna memastikan kesesuaian dengan fokus penelitian tentang komunikasi interpersonal, dan diakhiri dengan analisis teks lengkap terhadap artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Data dari artikel terpilih kemudian diekstraksi dan dianalisis menggunakan metode analisis tematik. Setiap artikel dikaji untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berpengaruh terhadap komunikasi interpersonal, yang selanjutnya dikelompokkan berdasarkan dimensi utama seperti faktor personal, sosial, psikologis, dan situasional. Hasil sintesis ini menjadi dasar dalam pembahasan untuk melihat kesesuaian dengan teori penetrasi sosial dan teori komunikasi interpersonal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini menyajikan hasil sintesis dari berbagai penelitian terkait faktor-faktor yang memengaruhi komunikasi interpersonal. Berdasarkan analisis tematik terhadap sepuluh penelitian yang relevan, ditemukan tiga kelompok utama faktor, yaitu: (1) faktor psikologis individu, (2) faktor konteks sosial, dan (3) faktor mediasi dan perilaku digital, serta satu faktor pendukung tambahan berupa intervensi sosiodrama. Pengelompokan ini dilakukan berdasarkan keterkaitan konsep dalam literatur dan relevansinya terhadap proses komunikasi interpersonal.

Faktor Psikologis Individu

Faktor psikologis berperan penting dalam menentukan keberhasilan komunikasi interpersonal. Beberapa faktor yang termasuk dalam kategori ini adalah empati, konsep diri, kontrol diri, *self-disclosure*, kepercayaan diri, dan harga diri. Empati berfungsi sebagai dasar dalam memahami perasaan dan pikiran orang lain. Individu yang memiliki empati tinggi cenderung lebih mudah menjalin hubungan emosional dan memahami pesan lawan bicara dengan lebih akurat (Sidiq, 2024; Diswantika & Yustiana, 2022). Konsep diri dan kontrol diri berperan saling melengkapi. Konsep diri yang positif mendorong kepercayaan diri dan kemampuan untuk mengelola interaksi secara lebih terbuka, sedangkan kontrol diri membantu individu menjaga stabilitas emosi dan menghindari perilaku yang dapat mengganggu komunikasi (Asmarani & Wahyuni, 2023; Fiani & Fikry, 2023).

Kepercayaan diri dan harga diri turut menentukan kualitas komunikasi. Individu dengan tingkat kepercayaan diri tinggi dapat berinteraksi secara efektif tanpa kehilangan fokus terhadap tujuan komunikasi (Purba et al., 2023; Kamaruddin et al., 2022). Selain itu, *self-disclosure* atau pengungkapan diri memiliki kontribusi besar terhadap terbentuknya kedekatan interpersonal. Proses membuka diri menumbuhkan rasa saling percaya dan memungkinkan komunikasi yang lebih jujur dan mendalam (Simbolon et al., 2022; Anggraini et al., 2024). Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa faktor psikologis memiliki hubungan sinergis. Kepercayaan diri memperkuat empati dan keterbukaan, sedangkan kontrol diri memastikan interaksi berjalan dalam batas yang sehat dan konstruktif.

Faktor Konteks Sosial

Konteks sosial mencakup nilai-nilai, pola asuh, dan norma interaksi yang membentuk kebiasaan berkomunikasi seseorang. Faktor yang paling menonjol dalam kategori ini meliputi pola asuh demokratis, keterbukaan, sikap mendukung, kesetaraan, dan sikap positif. Pola asuh demokratis menumbuhkan kebiasaan untuk berkomunikasi secara terbuka dan menghargai perbedaan pendapat. Anak yang tumbuh dalam pola asuh seperti ini terbiasa menyampaikan gagasan tanpa paksaan, yang berlanjut pada kemampuan komunikasi interpersonal yang lebih baik di kemudian hari (Sari et al., 2021; Dhiu & Fono, 2022).

Sikap mendukung, keterbukaan, dan kesetaraan juga menjadi elemen penting dalam menciptakan komunikasi yang efektif. Semua faktor tersebut berorientasi pada penerima pesan, sehingga tujuan komunikasi lebih mudah tercapai (Sidiq, 2024). Secara konseptual, faktor sosial berfungsi sebagai ruang eksternal yang memfasilitasi atau menghambat ekspresi psikologis individu. Dukungan sosial dan kesetaraan peran membuka ruang interaksi yang aman, sehingga memungkinkan individu mengekspresikan diri secara lebih terbuka dan produktif.

Faktor Mediasi dan Perilaku Digital

Perkembangan teknologi komunikasi mengubah cara individu berinteraksi. Media sosial kini menjadi wadah utama dalam membangun dan memelihara hubungan interpersonal. Penggunaan media sosial dan perilaku *phubbing* menjadi dua faktor mediasi yang paling sering dibahas dalam literatur terkini. Penggunaan media sosial secara aktif memungkinkan komunikasi tetap terjalin meskipun jarak memisahkan individu. Media sosial memperluas jaringan sosial dan meningkatkan frekuensi komunikasi (Rakhmaniar, 2024; Kartini et al., 2020). Namun, intensitas penggunaan yang tinggi juga berpotensi menurunkan kedalaman interaksi tatap muka.

Sebaliknya, perilaku *phubbing*, yakni kecenderungan untuk mengabaikan lawan bicara karena fokus pada gawai terbukti menghambat efektivitas komunikasi interpersonal. Perilaku ini menyebabkan lawan bicara merasa tidak dihargai dan mengurangi kualitas interaksi (Sigalingging et al., 2021; Pranoto & Walisyah, 2023). Dengan demikian, faktor digital memiliki peran ganda sebagai jembatan sekaligus penghalang komunikasi interpersonal. Efektivitasnya bergantung pada sejauh mana individu mampu mengontrol penggunaan teknologi dalam proses komunikasi.

Faktor Pendukung

Selain ketiga kategori utama di atas, ditemukan pula faktor pendukung berupa intervensi sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok. Metode ini terbukti meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dengan memberikan pengalaman bermain peran yang meniru situasi sosial nyata (Nindi et al., 2023; Silvia et al., 2022). Pendekatan ini memperlihatkan bahwa komunikasi interpersonal dapat ditingkatkan melalui pelatihan

yang melibatkan keterlibatan emosional dan refleksi sosial. Intervensi semacam ini membuka peluang pengembangan strategi komunikasi yang lebih partisipatif dan empatik.

Keterkaitan dengan Teori

Berdasarkan hasil telaah literatur dari berbagai sumber, ditemukan bahwa komunikasi interpersonal berperan penting dalam pembentukan dan perkembangan hubungan antarindividu. Komunikasi interpersonal yang efektif tidak hanya bergantung pada frekuensi interaksi, tetapi juga pada kualitas keterbukaan, empati, dukungan emosional, sikap positif, dan kesetaraan antara pihak yang berinteraksi. Kelima faktor ini menjadi pondasi utama bagi terciptanya hubungan yang hangat dan bermakna, sebagaimana dikemukakan oleh Liliweri (dalam Fakhriyah & Pratiwi, 2021).

Temuan ini dapat dijelaskan melalui Teori Penetrasi Sosial yang dikembangkan oleh Altman dan Taylor (1973), yang memandang hubungan interpersonal berkembang secara bertahap dari tingkat komunikasi yang dangkal menuju kedalaman emosional yang lebih intim melalui proses *self-disclosure* (pengungkapan diri). Proses ini digambarkan melalui model “lapisan bawang”, di mana setiap lapisan merepresentasikan tingkat kedalaman informasi pribadi yang diungkapkan seseorang kepada orang lain. Semakin dalam lapisan yang terbuka, semakin tinggi tingkat kedekatan dan kepercayaan dalam hubungan interpersonal.

Hubungan antara faktor-faktor komunikasi interpersonal dengan tahapan dalam teori penetrasi sosial menunjukkan keterkaitan yang kuat. Pada tahap orientasi, individu masih berada pada tingkat komunikasi permukaan. Dalam konteks ini, keterbukaan (*openness*) berperan sebagai pintu awal untuk membangun kesan positif. Individu yang mampu mengomunikasikan informasi dasar dengan jujur dan hangat akan lebih mudah menciptakan rasa aman, sebagaimana dijelaskan Altman & Taylor (1973) bahwa *self-disclosure* pada tahap ini bersifat hati-hati namun penting untuk menumbuhkan rasa percaya.

Hubungan antara faktor-faktor komunikasi interpersonal dengan tahapan dalam teori penetrasi sosial menunjukkan keterkaitan yang erat. Pada tahap orientasi, faktor keterbukaan (*openness*) menjadi dasar untuk membangun kesan positif dan rasa percaya awal melalui pengungkapan diri yang masih terbatas. Memasuki tahap afektif eksploratori, empati (*empathy*) berperan penting dalam memperdalam komunikasi karena individu mulai memahami emosi dan perspektif lawan bicara. Pada tahap afektif, komunikasi interpersonal ditandai oleh meningkatnya kepercayaan dan kedekatan emosional. Dukungan (*supportiveness*) menjadi faktor utama yang memperkuat kelekatan melalui penerimaan dan penguatan emosional. Sementara itu, pada tahap stabil, sikap positif (*positiveness*) dan kesetaraan (*equality*) membantu menjaga keseimbangan dan keharmonisan interaksi, menunjukkan hubungan yang matang dan saling mendukung.

PENUTUP

Berdasarkan hasil dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang saling berkaitan, seperti keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Kelima faktor tersebut memiliki hubungan erat dengan tahapan perkembangan hubungan dalam teori penetrasi sosial Altman dan Taylor, yang menjelaskan bagaimana komunikasi berkembang dari interaksi permukaan menuju kedekatan emosional yang stabil. Proses komunikasi interpersonal yang efektif ditandai oleh kemampuan individu untuk membangun kepercayaan, memahami perasaan lawan bicara, serta menciptakan hubungan yang setara dan saling mendukung. Dengan demikian, keberhasilan komunikasi interpersonal bukan hanya bergantung pada kemampuan verbal, tetapi juga pada kualitas psikologis dan sosial yang terbentuk melalui proses pengungkapan diri secara bertahap.

Dengan demikian, dapat peneliti sarankan kepada setiap individu untuk selalu mengasah kemampuan komunikasi interpersonal. Hal tersebut dapat dilakukan dengan memperhatikan faktor-faktor yang telah diulas sebelumnya. Kemudian bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencari solusi yang efektif untuk melatih komunikasi interpersonal yang baik dengan memerhatikan faktor-faktor yang mempengaruhinya

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyusunan artikel jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin, A. M., Syahrudin, & Menungsa, A. S. (2024). Analisis faktor-faktor penyebab perilaku *phonesnubbing* (*phubbing*) dalam komunikasi interpersonal mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 2(2), 160–164.
- Anggraini, C., Ritonga, D. H., Kristina, L., Syam, M., & Kustiawan, W. (2022). Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Multidisiplin Dehasen*, 1(3), 337–342.
- Anggraini, R. D., Ardiyansyah, A., Aminah, S., & Nurkhayati, A. (2024). Second Account Instagram sebagai Media *Self-disclosure* di Kalangan Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 24(2), 1104–1113. <https://doi.org/10.33087/jjubj.v24i2.5039>
- Asmarani, Z., & Wahyuni, S. (2023). Konsep Diri Individu Pengguna Media Sosial terhadap Komunikasi Interpersonal Remaja. *Journal of Education Research*, 4(3), 1548–1559.
- Aulia, F., Dwianggraeni, P. R., & Ishak, A. R. (2023). Peran Organisasi Mahasiswa dalam Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal yang Efektif. *Jurnal Mahasiswa Komunikasi Cantrik*, 3(2), 141–150. <https://doi.org/10.20885/cantrik.vol3.iss2.art5>
- Badawi, M. A., & Rahadi, D. R. (2021). Analisis Komunikasi Interpersonal Antar Mahasiswa President University. *Communicology: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 9(1), 123–137. <http://journal.unj.ac.id/>
- Chairunnisa, A., Arum, H. S., & Salamah, P. U. (2024). Pengaruh Hubungan dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Aspek Psikologis: Sebuah Systematic Review. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 1–14. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2717>
- Dhiu, K. D., & Fono, Y. M. (2022). Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *EDUKIDS : Jurnal Inovasi Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 56–62.
- Dinata, E. S., & Tusyanah, T. (2023). Pengaruh Konsep Diri, Kepercayaan Diri, dan Atraksi Interpersonal dengan Penggunaan Media Sosial sebagai Variabel Moderasi terhadap Komunikasi Interpersonal. *Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia*, 1(1), 16. <https://doi.org/10.47134/ptk.v1i1.7>
- Diswantika, N., & Yustiana, Y. R. (2022). Model Bimbingan Dan Konseling Bermain Cognitive-Behavior Play Therapy Untuk Mengembangkan Empati Mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(1), 40–57.

- Fakhriyah, F., & Pratiwi, I. A. (2021). Pengaruh pola asuh demokratis terhadap kemampuan komunikasi interpersonal anak usia 10-12 tahun. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 2513–2520. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.1222>
- Feenstra, R. (2021). *Social media use and empathy in late adolescents* [Undergraduate honors thesis, University of Maine]. The Honors College, University of Maine.
- Fiani, A., & Fikry, Z. (2023). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Dalam Pengguna Smartphone. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 3529–3539.
- Hujaema, M., & Herdi. (2024). Pengaruh pengendalian diri dan adiksi media sosial terhadap perilaku *phubbing* pada siswa SMA di DKI Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 13(1). <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.131.11>
- Kamaruddin, I., Tabroni, I., & Azizah, M. (2022). Konsep Pengembangan Self-Esteem Pada Anak Untuk Membangun Kepercayaan Diri Sejak Dini. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(3), 496–504. <https://doi.org/10.35931/am.v6i3.1015>
- Kartini, Harahap, I. A., Arwana, N. Y., & Rambe, S. W. T. B. (2020). Teori dalam Penelitian Media. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 3(2), 136–141.
- Kustiawan, W., Hidayati, J., Daffa, V., Hamzah, A., Harmain, M., Fadli, A., & Kuswananda, E. (2022). Keberadaan Ilmu Komunikasi dan Perkembangan Teori Komunikasi dalam Peradaban Dunia. *MAKTABATUN: Jurnal Perpustakaan Dan Informasi*, 1(2), 1–4.
- Lisbeth, F. H., Aprilia, L., & Fath, A. N. (2025). Komunikasi Intra dan Antarpersonal. *JICN: Jurnal Intelek Dan Cendekiawan Nusantara*, 2(3), 1981–1989. <https://jicnusantara.com/index.php/jicn>
- Luas, G. N., Irawan, S., & Windrawanto, Y. (2023). Pengaruh Konsep Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Mahasiswa The Effect Of Self-Concept On Student Consumptive Behaviour. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 13(1), 1–7.
- Nindi, J., Fitriana, S., & Widiharto, Chr. A. (2023). Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sociodrama Terhadap Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 2(7), 99–125.
- Pohan, D. D., & Fitria, U. S. (2021). Jenis Jenis Komunikasi. *Cybernetics: Journal Educational Research and Social Studies*, 2(3), 29–38. <http://pusdikrapublishing.com/index.php/jrss>
- Pranoto, B., & Walisyah, T. (2023). Analisis Fenomena Perilaku Phubbing Terhadap Rendahnya Kualitas Pergaulan Remaja di Kecamatan Hinai. *JIIP (Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan)*, 6(7), 5077–5085.
- Purba, R. K., Soesilo, T. D., & Irawan, S. (2023). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dan Harga Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(01), 331–340. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.4799>

- Rakhmaniar, A. (2024). Pengaruh Media Sosial Terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja Kota Bandung. *WISSEN: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 239–249. <https://doi.org/.v1i4.244>
- Safitri, B., & Mujahid, N. S. (2024). Komunikasi Efektif dalam Organisasi. *Cendekia Inovatif Dan Berbudaya*, 1(3), 309–316. <https://doi.org/10.59996/cendib.v1i3.318>
- Sari, A. M. S., Fakhriyah, F., & Pratiwi, I. A. (2021). Pengaruh Pola Asuh Demokratis Terhadap Kemampuan Komunikasi Interpersonal Anak Usia 10-12 Tahun. *Jurnal Basicedu*, 5(4), 2513–2520. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i4.1222>
- Sidiq, N. (2024). *Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Komunikasi Interpersonal Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 3 Tanjung Morawa* [Skripsi]. Universitas Medan Area.
- Sigalingging, L. H., Setiawan, K., & Purnomo, A. M. (2021). Pengaruh Perilaku Phubbing Terhadap Komunikasi Interpersonal Di Kalangan Mahasiswa Universitas Djuanda Angkatan 2020. *Karimah Tauhid*, 3(6), 7071–7084.
- Silvia, T., Yandri, H., & Juliawati, D. (2022). Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Berbicara Di Depan Kelas Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Sociodrama. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(2), 9–16.
- Simbolon, P., Pakpahan, R. E., & Gultom, E. M. (2022). Hubungan *Self-disclosure* Dengan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Tingkat Ii Prodi Ners Stikes Santa Elisabeth Medan. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 19(1), 25–35. <https://uia.e-journal.id/guidance>
- Siskawati, I. (2023). Seminar Pendidikan: Pentingnya Komunikasi Interpersonal Guru Dalam Membentuk Prestasi Belajar Siswa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(12), 7159–7169. <https://doi.org/10.37542/iq.v2i02.30>
- Sundari, S., Silalahi, V. A. J. M., & Siahaan, R. S. (2024). Komunikasi Interpersonal Dalam Membangun Harmoni Dan Produktivitas Di Tempat Kerja. *Jurnal Cakrawala Akademika*, 1(3), 419–438. <https://doi.org/10.70182/jca.v1i3.29>
- Taylor, D. A., Wheeler, L., & Altman, I. (1973). Self-disclosure in isolated groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 26(1), 39. <https://doi.org/10.1037/h0034233>