

# Sistem Komunikasi Interpersonal: Persepsi Interpersonal, Konsep Diri, Atraksi, dan Hubungan Interpersonal

*Interpersonal Communication System: Interpersonal Perception, Self-Concept, Attraction, and Interpersonal Relationships*

**Ahmad Fauzi Zainal Abidin<sup>a\*</sup>, Muhammad Husnan Syadiidan<sup>a</sup>, Umi Halwati<sup>b</sup>**

a Sekolah Tinggi Ilmu Dakwah Sinarasa, Indonesia

b Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, Indonesia

\* [afzalik561@gmail.com](mailto:afzalik561@gmail.com) (Primary Contact)

---

## ABSTRACT

---

### Keywords

communication  
psychology;  
interpersonal  
attraction;  
interpersonal  
communication;  
perception; self-  
concept

### Article History

Received: 2025-12-11

Accepted: 2026-06-25

Interpersonal communication often fails not merely because of message ambiguity, but because of psychological barriers within communicators. This study aims to examine interpersonal communication as a systemic psychological process involving four interdependent elements: interpersonal perception, self-concept, interpersonal attraction, and relationship quality. Using a qualitative literature review, the study applies content analysis and theoretical synthesis to selected scholarly works published between 2020 and 2025. The findings show that interpersonal communication operates cyclically: perception shapes self-concept, self-concept influences attraction, attraction determines interaction intensity, and these processes affect relationship quality. Disruption in one element, such as biased perception or negative self-concept, can weaken the entire relational system. This study contributes a holistic conceptual framework that explains interpersonal communication beyond message clarity by emphasizing the role of psychological integration in building effective, supportive, and adaptive interpersonal relationships.

---

Copyright © 2026, Zainal Abidin et al.

Published by MAN 4 Kota Pekanbaru

DOI: [10.56113/takuana.v5i1.269](https://doi.org/10.56113/takuana.v5i1.269)

---

## 1. PENDAHULUAN

Manusia pada hakikatnya merupakan makhluk sosial yang tidak dapat dipisahkan dari aktivitas komunikasi. Dalam konteks interaksi antar manusia, komunikasi interpersonal berperan penting sebagai sarana pertukaran informasi sekaligus penentu kualitas relasi antar personal (Mulyana, 2021). Di era digital saat ini, urgensi kajian komunikasi interpersonal semakin meningkat seiring dengan tingginya intensitas pertukaran pesan dalam kehidupan sehari-hari.

Secara empiris, tingginya intensitas komunikasi masyarakat Indonesia tercermin dari data penetrasi internet nasional. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia melaporkan bahwa jumlah pengguna internet Indonesia mencapai 221,56 juta orang dengan tingkat penetrasi sebesar 79,5% (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII], 2024). Tingginya frekuensi interaksi, baik tatap muka maupun bermediasi digital, pada satu sisi memperluas peluang konektivitas sosial, tetapi pada sisi lain meningkatkan potensi distorsi makna, salah tafsir, dan konflik relasional.

Meskipun komunikasi memiliki fungsi yang esensial bagi keberlangsungan kehidupan sosial, fenomena kegagalan komunikasi masih kerap terjadi dalam praktik sehari-hari. Temuan mutakhir menunjukkan bahwa kegagalan komunikasi tidak semata-mata disebabkan oleh ketidakjelasan pesan verbal, melainkan lebih dominan dipengaruhi hambatan psikologis pelaku komunikasi, seperti ketidakpercayaan diri dan bias persepsi (Chairunnisa et al., 2024). Dengan demikian, fokus pada dimensi psikologis menjadi penting untuk memahami efektivitas komunikasi interpersonal secara lebih komprehensif. Urgensi isu ini juga diperkuat oleh kondisi psikologis masyarakat secara umum. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa 6,1% penduduk usia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Kondisi tersebut berpotensi memengaruhi kemampuan individu dalam mengelola emosi, menafsirkan pesan, dan merespons lawan bicara secara adaptif. Oleh karena itu, kajian mengenai hambatan psikologis dalam komunikasi interpersonal menjadi krusial, baik untuk pengembangan ilmu komunikasi maupun untuk menjawab kebutuhan praktis dalam meningkatkan kualitas interaksi sosial kontemporer.

Kajian terkini memperkuat urgensi isu ini. Penelitian Agustin & Claretta (2024) menemukan bahwa penerimaan diri positif pada individu berkorelasi dengan kemampuan memberikan dukungan sosial dan adaptasi interaksi yang lebih baik. Sebaliknya, konsep diri negatif terbukti menjadi pemicu hambatan komunikasi yang berujung pada hubungan yang toxic atau destruktif (Jannah & Warastri, 2023). Temuan-temuan ini secara konsisten mengindikasikan bahwa inti permasalahan komunikasi terletak pada sistem internal individu, bukan hanya pada teknik penyampaian pesan atau aspek eksternal lainnya. Penelitian-penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi hambatan psikologis sebagai faktor penting dalam kegagalan komunikasi. Namun, terdapat kesenjangan signifikan antara harapan komunikasi yang ideal (efektif dan suportif) dengan kenyataan di lapangan yang sering terhambat oleh faktor internal. Lebih spesifik lagi, studi yang secara komprehensif menganalisis keterkaitan sistemik antara berbagai elemen psikologis dalam komunikasi interpersonal masih terbatas. Sebagian besar penelitian cenderung mengkaji elemen-elemen tersebut secara terpisah, tanpa memberikan penjelasan mendalam tentang bagaimana persepsi, konsep diri, atraksi interpersonal, dan kualitas hubungan bekerja sebagai satu kesatuan sistem yang saling ketergantungan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan sistemik dan holistik dalam membedah komunikasi interpersonal. Penelitian ini memosisikan persepsi interpersonal sebagai “pintu gerbang” pengolah pesan verbal dan non-verbal (proksemik dan kinesik), yang secara simultan membentuk konsep diri sebagai regulator internal. Sementara itu, atraksi interpersonal berperan sebagai penentu dinamika interaksi. Orisinalitas kajian ini berfokus pada analisis keterkaitan keempat elemen tersebut sebagai satu kesatuan sistem yang dinamis—menjelaskan bagaimana disfungsi pada satu elemen dapat mendegradasi seluruh kualitas hubungan. Perspektif sistemik ini masih jarang dieksplorasi dalam literatur di

Indonesia, sehingga memberikan kontribusi signifikan terhadap pemahaman mekanisme psikologis komunikasi.

## 2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dengan jenis studi kepustakaan. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini berfokus pada analisis mendalam terhadap makna dan interpretasi konsep-konsep psikologis dalam komunikasi interpersonal. Jenis studi kepustakaan dipilih secara spesifik karena fokus utamanya adalah menganalisis dan menguraikan sistem komunikasi interpersonal melalui penelaahan kerangka teoretis dan konsep psikologi komunikasi yang telah dipublikasikan secara luas oleh para pakar (Creswell & Guetterman, 2019, hlm. 23).

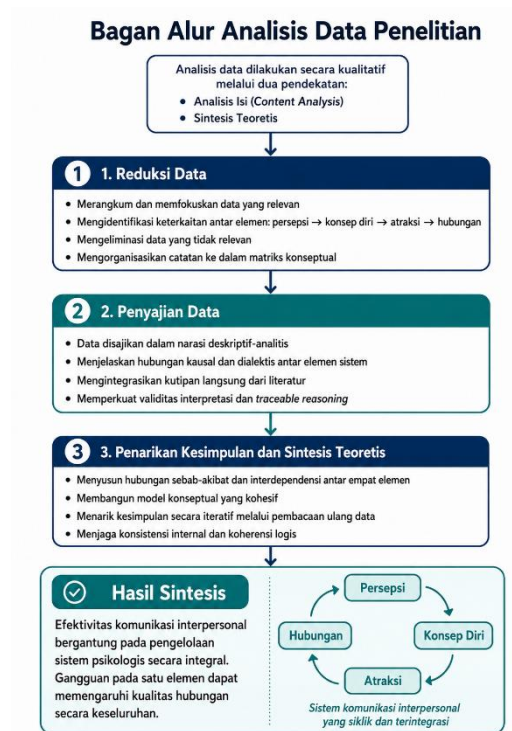
Sebagai penelitian kualitatif yang berbasis literatur, kehadiran peneliti dalam proses ini difokuskan sebagai instrumen kunci dalam menyeleksi, menginterpretasi, dan mensintesis data tekstual (Lincoln & Guba, 1985). Berbeda dengan penelitian lapangan, penelitian ini tidak melibatkan subjek penelitian, informan, atau lokasi geografis, melainkan berpusat pada korpus data berupa karya-karya ilmiah. Subjek penelitian dalam konteks ini adalah konsep-konsep dan teori-teori komunikasi interpersonal yang relevan. Peneliti bertindak sebagai penilai kritis (*critical evaluator*) untuk mengaitkan antar-konsep (persepsi, konsep diri, atraksi, dan hubungan) berdasarkan kerangka psikologi komunikasi yang mendasari.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah dokumentasi atau telaah literatur (*literature review*). Pendekatan ini sesuai dengan rekomendasi standar untuk penelitian kepustakaan yang memerlukan pengumpulan informasi sistematis dari sumber-sumber tertulis (Sugiyono, 2019). Langkah-langkah real dalam pengumpulan data meliputi identifikasi dan seleksi sumber, pembatasan temporal, dan penggalan dan kategorisasi data. Penentuan sumber-sumber utama dilakukan dengan mengidentifikasi buku referensi klasik dalam Psikologi Komunikasi (misalnya Rakhmat, Mulyana) yang memberikan fondasi teoretis yang kokoh, serta jurnal ilmiah terakreditasi (terindeks Scopus, SINTA, atau sejenisnya) yang mempublikasikan hasil-hasil penelitian empiris terkini. Strategi pencarian literatur menggunakan kombinasi basis data akademik seperti Google Scholar, ResearchGate, dan portal jurnal terbuka untuk memastikan aksesibilitas dan keragaman perspektif teoritis.

Pembatasan literatur dilakukan pada kurun waktu 5 tahun terakhir (2020–2025) untuk memastikan relevansi dan state-of-the-art kajian, terutama terkait hasil-hasil penelitian sejenis tentang hambatan psikologis dalam komunikasi interpersonal. Pembatasan temporal ini memungkinkan peneliti untuk menangkap perkembangan terkini dalam penelitian psikologi komunikasi sambil mempertahankan komparabilitas dengan studi-studi foundational yang lebih tua apabila relevan secara konseptual. Data-data penelitian digali melalui proses membaca, mencatat, dan mengklasifikasikan informasi secara sistematis. Fokus penggalan ditekankan pada empat pilar utama yang membentuk kerangka analisis penelitian ini: (1) definisi, mekanisme, dan manifestasi Persepsi Interpersonal, termasuk aspek verbal, proksemik, dan kinesik; (2) peran dan fungsi Konsep Diri sebagai regulator internal komunikasi; (3) fungsi dan mekanisme Atraksi Interpersonal dalam menentukan arah interaksi; dan (4) determinan dan indikator Kualitas Hubungan Interpersonal, dengan penekanan pada dimensi *content* dan *relationship*. Proses pencatatan

data menggunakan sistem coding sederhana untuk memudahkan proses sintesis antar-konsep.

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan menggunakan analisis isi (*content analysis*) dan sintesis teoretis. Pendekatan dual ini dipilih karena *content analysis* memungkinkan ekstraksi tema dan konsep utama dari teks, sementara sintesis teoretis memfasilitasi pengintegrasian konsep-konsep tersebut ke dalam kerangka sistemik (Krippendorff, 2004). Langkah-langkah analisis data meliputi: Untuk memperjelas tahapan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini, alur analisis disajikan pada Gambar 1 berikut.



**Gambar 1.** Bagan Alur Analisis Data Penelitian (Sumber: Diolah oleh peneliti, 2026.)

Berdasarkan Gambar 1, proses analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan sintesis teoretis.

a. Reduksi Data

Peneliti merangkum dan memfokuskan data yang relevan dengan tujuan penelitian, yakni mengidentifikasi keterkaitan dan interdependensi antar-empat elemen sistem komunikasi (persepsi, konsep diri, atraksi, dan hubungan). Data yang tidak relevan atau tangensial dieliminasi untuk mempertahankan fokus analitik. Proses ini melibatkan pengorganisasian catatan-catatan dari berbagai sumber ke dalam matriks konseptual yang memudahkan perbandingan antara perspektif teoritis yang berbeda.

b. Penyajian Data

Data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif-analitis untuk menguraikan bagaimana komunikasi interpersonal beroperasi sebagai sistem siklik dan terintegrasikan. Narasi ini bukan sekadar deskripsi linear, melainkan mencerminkan hubungan-hubungan kausal dan dialektis antara elemen-elemen sistem. Penyajian data juga mengintegrasikan kutipan-

kutipan langsung dari sumber literatur untuk memperkuat validitas interpretasi dan memastikan *traceable reasoning* (Guba & Lincoln, 1989).

### c. Penarikan Kesimpulan dan Sintesis Teoretis

Pada tahap ini, peneliti menyusun hubungan sebab-akibat atau interdependensi antara keempat elemen utama untuk membangun model konseptual yang kohesif. Sintesis ini menghasilkan kesimpulan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal sangat bergantung pada kemampuan individu mengelola sistem psikologisnya secara integral, dan kegagalan atau gangguan pada satu elemen dapat merusak keseluruhan kualitas hubungan. Proses penarikan kesimpulan dilakukan secara iteratif, melibatkan pembacaan ulang data dan penyesuaian interpretasi untuk mencapai konsistensi internal dan koherensi logis.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

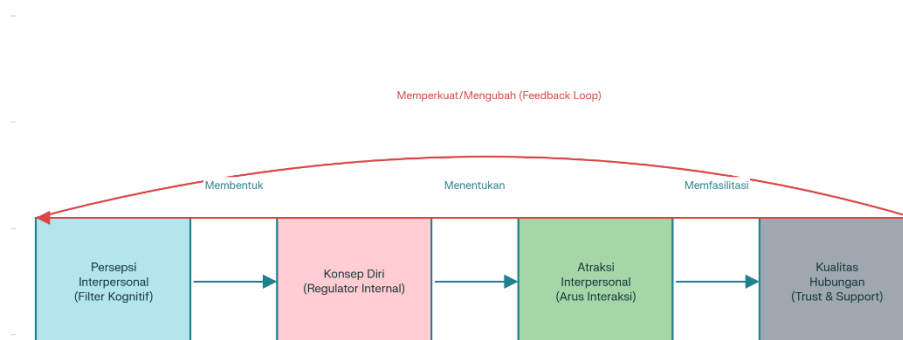
### 3.1. Sistem Siklik Komunikasi Interpersonal: Integrasi Persepsi dan Konsep Diri

Hasil telaah literatur menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal bukan sekadar proses linear pengiriman pesan, melainkan sebuah sistem siklik yang kompleks di mana kegagalan utamanya bersumber dari hambatan psikologis, bukan teknis. Pendirian ini didasarkan pada temuan bahwa meskipun pesan (*content*) tersampaikan dengan baik, kualitas hubungan (*relationship*) sering kali rusak akibat gangguan pada sistem internal individu.

Analisis mendalam terhadap literatur mengidentifikasi Persepsi Interpersonal sebagai fondasi mutlak sistem ini. Persepsi bertindak sebagai filter kognitif yang memproses stimulus sebelum dimaknai. Temuan kritis dalam studi ini menegaskan bahwa akurasi persepsi sangat bergantung pada kemampuan membaca petunjuk non-verbal, yang sering kali lebih jujur daripada kata-kata. Sebagaimana diungkapkan dalam penelitian Aulia dan Ritonga (2024), kegagalan orang tua dalam membaca petunjuk non-verbal anak berkorelasi langsung dengan ketidakefektifan komunikasi keluarga. Petunjuk-petunjuk non-verbal ini meliputi aspek proksemik (jarak), kinesik (gerak tubuh), paralinguistik (nada suara), dan arti faktual (penampilan).

#### Hubungan Siklik Elemen Psikologis dalam Komunikasi

Model umpan balik empat tahap menunjukkan sifat dinamis



**Gambar 2.** Sistem Siklik Psikologi Komunikasi Interpersonal

(Sumber: Olahan Peneliti, 2025)

Hubungan antara persepsi dan Konsep Diri bersifat kausalitas langsung. Jika persepsi adalah pintu masuk, konsep diri adalah regulator atau "prosesor" utamanya. Individu dengan konsep diri positif cenderung memiliki persepsi yang akurat dan terbuka, sejalan dengan area "Open Self" dalam Johari Window. Sebaliknya, konsep diri negatif menciptakan bias defensif yang mendistorsi persepsi. Penelitian Anas dan Tatiyani (2024) serta Jannah dan Warastri (2024) mengonfirmasi bahwa konsep diri negatif (yang ditandai dengan rasa tidak aman dan pesimisme) secara fundamental menghambat interaksi sosial dan memicu hubungan destruktif. Gambar 2 mengilustrasikan bagaimana keempat elemen psikologis tersebut bekerja sebagai satu kesatuan sistem yang saling mempengaruhi. Gangguan pada satu elemen (misalnya konsep diri negatif) akan memutus rantai siklus ini, mencegah terbentuknya atraksi interpersonal yang sehat.

### 3.2. Atraksi Interpersonal sebagai Determinan Interaksi

Atraksi interpersonal, atau daya tarik antarpribadi, bukan sekadar preferensi emosional, melainkan determinan objektif dari arus dan intensitas komunikasi. Analisis literatur menunjukkan bahwa individu cenderung berkomunikasi lebih efektif, terbuka, dan sering dengan orang-orang yang mereka sukai. Atraksi ini tidak muncul dalam ruang hampa; ia adalah produk langsung dari persepsi yang akurat dan konsep diri yang sehat. Tabel 1 di bawah ini merangkum perbandingan karakteristik komunikasi berdasarkan tingkat konsep diri dan atraksi interpersonal yang dihasilkan, menyintesis temuan dari berbagai studi terkini.

**Tabel 1.** Perbandingan Karakteristik Komunikasi Berdasarkan Konsep Diri

<i>Aspek</i>	<b>Konsep Diri Positif (Atraksi Tinggi)</b>	<b>Konsep Diri Negatif (Atraksi Rendah)</b>
<i>Gaya Komunikasi</i>	Asertif, terbuka, dan suportif	Defensif, agresif, atau pasif
<i>Respons Kritik</i>	Menerima sebagai masukan konstruktif	Menganggap sebagai serangan personal
<i>Fokus Interaksi</i>	Berorientasi pada solusi dan hubungan	Berorientasi pada masalah dan pertahanan diri
<i>Dampak Hubungan</i>	Membangun <i>trust</i> dan kedekatan	Menciptakan jarak atau konflik toksik

Sumber: Sintesis dari Jannah & Warastri (2023); Anas & Tatiyani (2024)

Dari tabel 1, terlihat jelas bahwa atraksi interpersonal berfungsi sebagai katalisator. Tanpa atraksi yang memadai (yang bersumber dari kesehatan psikologis pelaku komunikasi) interaksi akan cenderung kaku, formal, atau bahkan penuh konflik. Hal ini menegaskan bahwa memperbaiki teknik komunikasi tanpa memperbaiki konsep diri dan atraksi interpersonal adalah upaya yang sia-sia.

### 3.3. Dinamika Kualitas Hubungan: Content vs. Relationship dalam Komunikasi Termediasi

Muara komunikasi interpersonal terletak pada kualitas hubungan (*relationship*), bukan semata pada ketepatan isi pesan (*content*). Karena itu, kegagalan komunikasi modern sering muncul ketika komunikator terlalu berfokus pada transfer informasi, tetapi mengabaikan pengelolaan relasi antarpihak. Dalam kerangka ini, hubungan interpersonal yang sehat ditandai oleh kepercayaan, sikap suportif, dan keterbukaan sebagai fondasi interaksi yang

saling menguatkan. Ketiga fondasi tersebut bersifat interdependen. Sikap suportif cenderung menurunkan respons defensif, yang selanjutnya memperkuat kepercayaan dan keterbukaan. Sebaliknya, dominasi, rendahnya empati, dan pola interaksi yang tidak resiprokal berpotensi mendorong penurunan kualitas relasi hingga mengarah pada pola relasi tidak sehat. Dalam konteks ini, temuan Jannah dan Warastri menunjukkan bahwa kemampuan komunikasi interpersonal berkaitan dengan rendahnya kecenderungan *toxic relationship* pada remaja perempuan (Jannah & Warastri, 2023).

Urgensi pembahasan ini semakin tinggi pada era komunikasi termediasi digital. Di Indonesia, penetrasi internet telah mencapai 79,5% dengan 221.563.479 pengguna, sehingga sebagian besar interaksi relasional kini berlangsung lintas kanal daring dan luring (APJII, 2024). Literatur mutakhir menegaskan bahwa media digital bekerja sebagai “pedang bermata dua.” Taylor et al. (2022) menggambarkan media sosial sebagai ruang yang secara simultan dapat mendorong koneksi sekaligus dis-koneksi, termasuk melalui perilaku seperti *phubbing* dan *surveillance*. Sejalan dengan itu, meta-analisis Coundouris et al. (2021) (53 dataset; 13.873 partisipan) menemukan asosiasi yang dapat bersifat positif maupun negatif terhadap kualitas relasi, bergantung pada jenis perilaku digital yang dilakukan.

Pada level psikologis, komunikasi video juga membawa beban nonverbal baru. Fauville et al. (2023) menunjukkan bahwa *mirror anxiety*, *hyper-gaze*, rasa “terkurung,” serta beban memproduksi dan memantau isyarat nonverbal berkaitan dengan meningkatnya kelelahan komunikasi daring (*Zoom fatigue*). Pada level relasional, Roberts dan David (2022) menemukan bahwa *partner phubbing* berkaitan negatif dengan kepuasan hubungan, dengan *perceived relational denigration* sebagai mediator penting. Dengan demikian, efektivitas komunikasi interpersonal harus dipahami sebagai hasil kerja sistem psikologis yang holistik mulai dari persepsi interpersonal, konsep diri, atraksi interpersonal, hingga pemeliharaan hubungan. Gangguan pada satu elemen dapat memicu efek berantai pada elemen lain, sehingga intervensi tidak cukup berhenti pada aspek teknis “cara menyampaikan pesan,” tetapi perlu menysasar fondasi psikologis bagaimana individu memaknai diri, orang lain, dan relasi dalam ekologi komunikasi hibrida (tatap muka-digital).

#### 4. KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal bukan sekadar pertukaran pesan verbal, tetapi sebuah sistem psikologis yang kompleks dan bersifat siklik yang ditopang oleh sinergi empat elemen utama: persepsi interpersonal, konsep diri, atraksi interpersonal, dan kualitas hubungan. Persepsi interpersonal berfungsi sebagai pintu gerbang kognitif yang memproses petunjuk verbal dan non-verbal, sedangkan konsep diri bertindak sebagai regulator internal yang menentukan apakah individu bersikap terbuka, asertif, atau defensif dalam berkomunikasi. Atraksi interpersonal kemudian mengarahkan intensitas dan kualitas arus komunikasi, yang akhirnya bermuara pada kualitas hubungan interpersonal yang tidak hanya diukur dari kejelasan konten pesan, tetapi terutama dari kekuatan ikatan emosional yang terbangun. Dengan demikian, kegagalan komunikasi interpersonal pada hakikatnya lebih banyak bersumber dari disfungsi sistem psikologis internal ini dibandingkan dari aspek teknis penyampaian pesan.

Penelitian ini berdampak signifikan secara teoretis dan praktis. Secara teoretis, kajian ini menawarkan model konseptual yang holistik dengan memandang komunikasi

interpersonal sebagai sistem yang interdependen, bukan rangkaian unsur yang terpisah, sehingga dapat memperkaya pengembangan teori psikologi komunikasi. Secara praktis, temuan ini mengimplikasikan bahwa intervensi untuk meningkatkan kualitas komunikasi tidak cukup hanya berfokus pada pelatihan teknik berbicara atau kejelasan pesan, tetapi harus diarahkan pada pengembangan kesadaran diri, penerimaan diri, kecerdasan emosional, dan kepekaan terhadap petunjuk non-verbal. Dengan menata ulang faktor-faktor personal ini, individu diharapkan mampu mengelola persepsi, konsep diri, serta atraksi interpersonal secara lebih seimbang sehingga hubungan yang terjalin menjadi lebih sehat dan konstruktif.

Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang membuka peluang bagi studi lanjutan. Kajian ini berbasis studi kepustakaan sehingga belum menguji model siklik yang diajukan melalui data empiris di lapangan, dan fokus pada empat elemen utama membuat faktor lain seperti konteks budaya, situasi kekuasaan, dan aspek neurofisiologis belum tergarap secara mendalam. Selain itu, dominasi literatur Barat dan pembatasan rentang tahun rujukan juga berpotensi menimbulkan bias budaya dan historis. Oleh sebab itu, penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk menguji model ini melalui pendekatan empiris (misalnya dengan desain kuantitatif, kualitatif lapangan, atau *mixed-method*), melakukan kajian lintas budaya untuk melihat relevansi model dalam konteks sosial yang berbeda, serta mengembangkan penelitian intervensi yang secara langsung melatih pengelolaan sistem psikologis komunikasi interpersonal agar temuan konseptual dapat diterjemahkan menjadi praktik yang nyata dan terukur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024, February 7). *APJII jumlah pengguna internet Indonesia tembus 221 juta orang*.
- Agustin, R., & Claretta, M. (2024). Efektivitas komunikasi interpersonal dalam dukungan sosial terhadap penerimaan diri penderita bipolar. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(2), 1643–1647. <https://doi.org/10.54371/jiip.v7i2.3912>
- Anas, D. H., & Tatiyani. (2024). Hubungan antara konsep diri dan lingkungan sosial dengan kemampuan komunikasi interpersonal di SMA Negeri 42 Jakarta. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 4(1), 32–37.
- Aulia, M. P., & Ritonga, S. (2024). Interpersonal communication patterns of parents and children in understanding the danger of gadgets. *Hulondalo Jurnal Ilmu Pemerintahan Dan Ilmu Komunikasi*, 3(2), 71-83. <https://doi.org/10.59713/jipik.v3i2.947>
- Chairunnisa, N., Arum, D., & Salamah, S. (2024). Pengaruh hubungan dan komunikasi interpersonal terhadap aspek psikologis: Sebuah systematic review. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 9(1), 14-22. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2717>
- Coundouris, S. P., Tyson, C. L., & Henry, J. D. (2021). Social networking site use and relationship quality: A double edged sword. *Computers in Human Behavior*, 123, 106871. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106871>
- Creswell, J. W., & Guetterman, T. C. (2019). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (6th ed.). Pearson.

- Fauville, G., Luo, M., Queiroz, A. C. M., Lee, A., Bailenson, J. N., & Hancock, J. (2023). Video-conferencing usage dynamics and nonverbal mechanisms exacerbate Zoom fatigue, particularly for women. *Computers in Human Behavior Reports*, *10*, 100271. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2023.100271>
- Hardman Taylor, S., Zhao, P., & Bazarova, N. N. (2022). Social media and close relationships: A puzzle of connection and disconnection. *Current Opinion in Psychology*, *45*, 101292. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.004>
- Jannah, N., & Warastri, A. (2023). Pengaruh kemampuan komunikasi interpersonal terhadap toxic relationship pada remaja wanita di Yogyakarta. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, *3*(3), 289–297. <https://doi.org/10.51574/jrip.v3i3.1199>
- Krippendorff, K. (2004). *Content analysis: An introduction to its methodology* (2nd ed.). SAGE.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic inquiry*. SAGE.
- Mulyana, D. (2021). *Ilmu komunikasi: Suatu pengantar* (ed. revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Rakhmat, J. (2020). *Psikologi komunikasi* (ed. revisi). PT Remaja Rosdakarya.
- Roberts, J. A., & David, M. E. (2022). Partner phubbing and relationship satisfaction through the lens of social allergy theory. *Personality and Individual Differences*, *195*, 111676. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111676>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kualitatif: Untuk penelitian yang bersifat eksploratif, enterpretif, interaktif, dan konstruktif*. Alfabeta.