



Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Hubungan Interpersonal pada Mahasiswa Keperawatan Generasi Z

Imelia Rizky Pramudita^{1*}, Hasby Pri Choiruna¹, Asep Iskandar¹

¹Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto, Indonesia

*E-mail: simeliyyya@gmail.com

Diterima : 13 Januari 2025 Direvisi : 25 Juli 2025 Tersedia Online : 31 Juli 2025 Terbit Reguler: 31 Juli 2025

ARTIKEL INFO

Kata Kunci :
Generasi Z;
Hubungan
Interpersonal;
Kebutuhan;
Mahasiswa
Keperawatan

ABSTRAK

Latar Belakang: Mahasiswa keperawatan dalam proses pendidikan dituntut untuk membentuk dimensi karakter profesional. Salah satu aspek penting dalam pembentukan karakter tersebut adalah kemampuan membangun hubungan interpersonal yang bermakna. Hubungan interpersonal yang baik berperan dalam adaptasi kehidupan sehari-hari, sedangkan keterbatasan dalam menjalin hubungan dapat menimbulkan dampak negatif, seperti masalah kesehatan mental, perilaku menyimpang (misalnya kecenderungan depresi), rendahnya keterampilan sosial dalam bernegosiasi dan membangun jejaring, serta kurang efektifnya kemampuan coping terhadap stres. **Tujuan:** Mengetahui gambaran pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal pada mahasiswa keperawatan generasi Z. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Partisipan berjumlah 268 mahasiswa yang dipilih menggunakan teknik proportionate random sampling. Instrumen yang digunakan adalah Interpersonal Needs Questionnaire yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Data dikumpulkan melalui Google Form dan dianalisis secara univariat. **Hasil:** Sebagian besar mahasiswa generasi Z memiliki kebutuhan hubungan interpersonal yang terpenuhi, yaitu sebanyak 161 responden (60,1%). **Kesimpulan:** Mayoritas mahasiswa keperawatan generasi Z telah memiliki pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal yang baik, meskipun masih terdapat sebagian yang kebutuhannya belum terpenuhi. Temuan ini penting diperhatikan untuk mendukung pengembangan kesehatan mental, kemampuan sosial, dan kesiapan profesional mahasiswa keperawatan.

Keywords :

Generation Z;
Interpersonal
Needs; Nursing
Students;
Relationship

ABSTRACT

Background: Nursing students are expected to develop professional character dimensions during their education. One crucial aspect in this process is the ability to establish meaningful interpersonal relationships. Positive interpersonal relationships support better adaptation in daily life, while difficulties in building such relationships may lead to negative impacts, including mental health problems, deviant behaviors (such as depressive tendencies), limited social negotiation and networking skills, and ineffective stress coping. **Objective:** This study aimed to describe the fulfillment of interpersonal needs among Generation Z nursing students. **Methods:** This research employed a cross-sectional design with a quantitative descriptive approach. A total of 268 students were recruited using proportionate random sampling. Data were collected using the Interpersonal Needs Questionnaire, which has been tested for validity and reliability. The questionnaire was distributed via Google Form, and the data were analyzed using univariate analysis. **Results:** The majority of Generation Z nursing students had their interpersonal needs fulfilled, totaling 161 respondents (60.1%). **Conclusion:** Most Generation Z nursing students demonstrated fulfilled interpersonal needs, although some students still reported unmet needs. These findings highlight the importance of addressing interpersonal needs to support nursing students' mental health, social competence, and professional readiness.

How to Cite : Pramudita, I. R., Choiruna, H. P., & Iskandar, A. (2025). Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Hubungan Interpersonal pada Mahasiswa Keperawatan Generasi Z. *ASJN (Aisyiah Surakarta Journal of Nursing)*, 6(1), 78–84. <https://doi.org/10.30787/asjn.v6i1.1879>

PENDAHULUAN

Membangun hubungan antar individu merupakan kebutuhan dasar manusia yang terdapat pada teori Hierarki Kebutuhan Dasar Maslow tingkat tiga yaitu *Belongingness and Love Needs* (Kebutuhan Rasa Memiliki dan Cinta Kasih). Kebutuhan rasa memiliki dan cinta kasih mencakup perasaan yang timbul pada setiap individu yang saling berinteraksi sehingga dapat menimbulkan rasa afeksi yang dapat merefleksikan keakraban antar manusia (Maslow, 1954). Trisnani et al (2022) menjelaskan adanya interaksi sosial akan membuat seseorang merasakan kebersamaan sehingga menimbulkan perasaan aman dan mudah untuk menjalin hubungan interpersonal dengan orang lain.

Bentuk penerapan kebutuhan dasar sosial dalam kehidupan sehari-hari diawali di lingkungan keluarga kemudian menjalin hubungan pertemanan dengan orang-orang di lingkungan sekitar. Berbagai masalah kehidupan terjadi ketika manusia tidak merasa dicintai dan tidak diterima oleh orang lain yang akan menimbulkan masalah seperti kesepian, kecemasan, depresi bahkan ide bunuh diri.

Sejarah kehidupan manusia bersifat dinamis, kebutuhan generasi Z bergantung pada internet yang dapat menjadi pemicu mereka memiliki sikap individualistik, jarang untuk meminta bantuan kepada orang lain atau teman dekat bahkan berdampak menjadi anti sosial (Rosdiana & Hastutiningtyas 2020). Pada penelitian Husna (2018) menjelaskan bahwa penggunaan media sosial yang tidak efektif mengakibatkan kurangnya kepedulian sehingga berdampak pada hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal akan tercipta melalui komunikasi interpersonal yang memiliki makna penyampaian pesan atau informasi secara verbal maupun non verbal dengan bertatap muka sehingga terdapat hubungan timbal balik antar individu dengan memahami satu sama lain (Novia, Danny & Dwikurnianingsih 2023).

Hubungan interpersonal merupakan keterlibatan dari dua atau lebih individu yang merasa saling membutuhkan dengan didasari oleh pola interaksi yang konsisten (Saunoh and Korohama, 2022). Menjalinkan hubungan interpersonal yang terpelihara memperhatikan beberapa indikator antara lain keterbukaan satu sama lain, empati atau kepekaan memahami perasaan orang lain, adanya dukungan antar individu, rasa positif terhadap diri sendiri, dan kesetaraan antar individu yang saling menghargai dan membutuhkan (Devito 2011; Saputri, Sukarelawati & Kusumadinata 2022).

Hubungan interpersonal memiliki peran penting dalam setiap tahap perkembangan manusia, terbentuknya hubungan yang intim dan bermakna memengaruhi cara beradaptasi dalam menjalani kehidupan. Namun, seseorang yang mengalami kesulitan dalam membentuk hubungan yang saling mendukung dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental individu. *The Interpersonal Theory of Suicide (IPTS)* yang dikemukakan oleh Joiner (2005) menjelaskan perasaan psikologis yang mengarah pada upaya bunuh diri bermula dari adanya stimulus dari kepemilikan yang digagalkan (*thwarted belongingness*) dan beban yang dirasakan (*perceived burdensomeness*) akibat dari kebutuhan hubungan interpersonal yang tidak terpenuhi.

Generasi Z saat ini sangat mendominasi sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Mahasiswa dalam rentang usianya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal usia 18-25 tahun. Pada rentang usia ini mahasiswa mengalami (*emerging adulthood*) yaitu masa peralihan yang akan mendorong dirinya untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yang baru diantaranya penyesuaian terhadap pola-pola kehidupan dan harapan-harapan sosial baru sehingga individu rentan menghadapi masalah pribadi, keluarga, dan sosial (Mariyati, Dwiastuti & Hamidah 2023). Mereka diharapkan dapat menjalin hubungan dengan lawan jenis, memahami hak dan kewajiban yang dibebankan oleh orang tua dan orang-orang di sekitar serta memiliki kebebasan dalam pengambilan keputusan.

Mahasiswa berisiko mengalami masalah kesehatan mental dan perilaku menyimpang seperti kecenderungan untuk depresi, permasalahan *self-efficacy*, kemampuan sosial untuk bernegosiasi dan mengembangkan jaringan sosial serta kemampuan coping stres (Mukarromah and Nuryati, 2020). *Centers for Disease Control and Prevention (CDC)* melalui *Web-based Injury Statistic* menyatakan bunuh diri adalah penyebab utama kematian di kalangan mahasiswa yang mengalami masalah kesehatan mental akibat tugas perkembangan pada masa peralihan.

Di Indonesia jumlah kasus bunuh diri yang dilaporkan resmi pada tahun 2020 adalah 670 (Onie et al., 2022). Terdapat 19 kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa yang disebabkan oleh permasalahan akademik dan permasalahan dalam hubungan dengan pacar, keluarga, dan teman (Mariyati & Hamidah, 2021). Terbentuknya hubungan interpersonal

yang bermakna memengaruhi cara beradaptasi dalam menjalani kehidupan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan kepada mahasiswa keperawatan didapatkan hasil wawancara didapatkan 5 dari 10 partisipan merasa memiliki hubungan yang baik dengan keluarga, mudah bergaul dengan lingkungan sekitar, dan menyadari bahwa keberadaan orang lain menjadi sumber dukungan dan bantuan dalam mengatasi kesulitan, namun terdapat 5 dari 10 partisipan mengalami kendala dalam menjalin hubungan interpersonal mereka di lingkungan jurusan keperawatan. Beberapa alasan di antaranya karena faktor internal kepribadian individu yang tertutup, selektif dan tidak bisa memulai obrolan dengan orang lain, takut menjadi pengganggu kenyamanan orang lain, dan lebih menyukai tempat yang sunyi.

Pada proses pendidikan, mahasiswa keperawatan diajarkan untuk dapat memenuhi kebutuhan dasar dirinya sendiri sebelum nantinya akan menjadi seorang perawat yang bertugas untuk memenuhi kebutuhan dasar pasien. Maka dari itu, pentingnya seorang mahasiswa keperawatan melakukan dan meningkatkan interaksi sosial yang baik dengan orang lain dan lingkungannya untuk dapat menciptakan sebuah hubungan interpersonal. Berdasarkan hal tersebut maka perlu untuk dilakukan penelitian mengenai Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Hubungan Interpersonal pada Mahasiswa Keperawatan Generasi Z.

METODE DAN BAHAN

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan desain *cross-sectional* menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* di Jurusan Keperawatan Universitas Jenderal Soedirman. Partisipan dalam penelitian ini merupakan mahasiswa keperawatan kelahiran tahun 1995-2010. Pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal diukur menggunakan instrumen *Interpersonal Needs Questionnaire* (INQ-15) yang terdiri dari dua aspek yaitu *thwarted belongingness* dan *perceived burden someness*. Uji validitas dan reliabilitas pada instrumen penelitian ini telah dilakukan oleh Pandia et al pada tahun 2022.

Analisis data yang digunakan adalah analisis data univariat. Dalam penelitian ini karakteristik partisipan yaitu jenis kelamin, tahun angkatan dan status kesehatan disajikan dalam tabel distribusi frekuensi dan persentase. Selain itu, karakteristik partisipan berupa usia disajikan dalam bentuk *mean* dan standar

deviasi. Terkait pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal termasuk dalam skala data kategorik dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menjelaskan mengenai karakteristik partisipan meliputi usia, jenis kelamin, tahun Angkatan, dan status kesehatan kemudian juga menyajikan gambaran pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal pada mahasiswa keperawatan generasi Z.

A. Gambaran Karakteristik Partisipan

Tabel 1. Karakteristik Mahasiswa Keperawatan Generasi Z (n=268)

Karakteristik Partisipan	Mean	SD	f	%
Usia	19	1,259		
Jenis Kelamin				
Laki – laki			31	11,6
Perempuan			237	88,4
Angkatan				
2024			73	27,2
2023			74	27,6
2022			66	24,6
2021			55	20,5
Status Kesehatan				
Sehat			263	98,1
Tidak Sehat			5	1,9

Tabel 1 menunjukkan dari 268 partisipan, rata-rata berusia 19 tahun dan didominasi perempuan sebanyak 237 mahasiswa (88,4%). Jumlah partisipan terbanyak berasal dari angkatan 2023 sebesar 74 mahasiswa (27,6%). Mahasiswa yang menjadi partisipan memiliki status kesehatan yang sehat sebanyak 263 mahasiswa (98,1%). Mahasiswa tingkat sarjana pada umumnya berada pada rentang usia 18-24 tahun. Pada usia tersebut merupakan transisi dari masa remaja menuju masa dewasa awal pada rentang usia 18-25 tahun (Putri, 2018). Seseorang akan mengalami banyak pengalaman mengenai percintaan, keluarga, pertemanan, pekerjaan, dan tuntutan penyesuaian diri terhadap lingkungannya pada masa dewasa awal (Maimunah & Satwika, 2021). Jurusan keperawatan telah dikenal sebagai jurusan yang didominasi oleh perempuan sebagai mayoritas dan laki-laki sebagai minoritas. Hal ini sebagian besar disebabkan karena stereotip gender bahwa

perempuan lebih cocok untuk peran yang melibatkan perawatan dan empati (Baiduri et al. 2023).

Mahasiswa memiliki tingkatan pada setiap tahap belajarnya mulai dari mahasiswa tingkat awal, tingkat dua, tingkat tiga, dan tingkat akhir. Mahasiswa tingkat pertama berada pada masa beradaptasi dengan lingkungan baru, memahami sistem perkuliahan, mulai mencari teman serta terlibat dalam kegiatan organisasi mahasiswa (Agestia, Safitri & Sujarwo 2024; Nariswari et al. 2023). Setiap tingkatan, mahasiswa akan mengalami penambahan beban akademik yang kompleks dari penjurusan mata kuliah dan tugas-tugas akademik sehingga berdampak pada respons adaptif individu tersebut (Putri, 2024). Status kesehatan pada mahasiswa dapat memengaruhi kualitas hidup dan hubungan sosial mereka. Mahasiswa yang mengalami status kesehatan mental maupun fisik yang tidak sehat menyebabkan kurangnya kesejahteraan dalam menjalani proses pendidikan (Julika & Setiyawati, 2019; Setyanto et al., 2023).

B. Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Hubungan Interpersonal pada Mahasiswa Keperawatan Generasi Z

Tabel 2. Gambaran pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal (n=268).

Kategori Pemenuhan Kebutuhan Hubungan Interpersonal	f	%
Terpenuhi	161	60,1
Belum Terpenuhi	107	39,9
Total	268	100

Tabel 2 menunjukan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan generasi Z memiliki kategori hubungan interpersonal yang sudah terpenuhi (60,1%) dan kategori hubungan interpersonal yang belum terpenuhi (39,9%). Tahapan terbentuknya hubungan interpersonal dipengaruhi oleh adanya kebutuhan untuk berinteraksi dan bersosialisasi, memiliki empati atau kemampuan memahami perasaan orang lain, kesamaan minat atau latar belakang yang membuat individu cenderung merasa lebih nyaman (Irwan, 2017). Hubungan interpersonal yang sudah terpenuhi dapat digambarkan melalui kondisi individu yang merasa puas dan mendapatkan manfaat dari interaksi sosial mereka dengan orang lain. Terpenuhinya kebutuhan hubungan interpersonal diawali dengan adanya komunikasi interpersonal yang tercipta melalui kepercayaan diri, penyesuaian diri, dan konsep diri. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chairunnisa et al (2024)

bahwa individu dengan keterampilan komunikasi interpersonal yang baik dapat dengan mudah menyampaikan, menerima, dan menguraikan informasi baik verbal maupun non-verbal.

Salah satu karakteristik generasi Z dikenal kreatif dan inovatif dalam mengatasi tantangan komunikasi sehingga tak jarang sebagian besar dari mereka mencari cara untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal. Generasi Z dinilai juga sebagai generasi yang ekspresif, cenderung toleran terhadap perbedaan kultur serta memiliki kepedulian terhadap lingkungan (Badri 2022; Wijoyo et al. 2020). Generasi Z memiliki pola pikir yang terbuka dan menerima perbedaan, namun terdapat kekurangan yang membuat mereka kesulitan mendefinisikan dirinya sendiri dan sering menggunakan publik figur dunia maya sebagai referensinya (Rastati 2018). Masifnya penggunaan teknologi dan digital pada generasi Z memberikan dampak yang bervariasi salah satunya terhadap keterampilan sosial yang dimiliki untuk memenuhi kebutuhan hubungan interpersonalnya.

Penelitian ini menemukan kebutuhan hubungan interpersonal mahasiswa keperawatan generasi Z yang belum terpenuhi sebanyak 39,9% yang menunjukkan bahwa terdapat mahasiswa belum merasa cukup mendapatkan keterlibatan dalam hubungan sosial yang sehat dan produktif. Mayoritas partisipan mengalami *thwarted belongingness* digambarkan dengan mahasiswa merasa terputus hubungan dengan orang lain, sering merasa asing ketika berkumpul dengan orang lain sehingga tidak memiliki hubungan yang bermakna. Preferensi komunikasi generasi Z lebih cenderung menggunakan *platform* digital seperti media sosial dan aplikasi pesan instan untuk berkomunikasi (Lutfiah, Rahmadiani & Febrianto 2023). Ketergantungan pada teknologi dapat mengurangi kesempatan mereka untuk mengembangkan keterampilan interpersonal seperti empati dan membaca bahasa tubuh. Mataputun and Saud (2020) menemukan adanya hubungan signifikan antara komunikasi interpersonal dengan adaptasi diri. Individu yang memiliki keterampilan komunikasi interpersonal pada kategori rendah akan menghindari interaksi dengan orang lain yang dapat dilihat dari kecenderungan perilaku diantaranya merasa sendirian bahkan ketika berada di sekitar orang lain, sulit beradaptasi pada lingkungan baru sehingga timbul perasaan malu dan gugup (Endah, Rohaeti & Supriatna 2021).

Aspek yang kedua yaitu *perceived burdensomeness* melibatkan konsep diri yang negatif bahwa kehadiran diri sendiri adalah beban bagi orang lain. Pada penelitian ini partisipan dengan konsep diri negatif merasa keberadaan mereka akan memperburuk keadaan orang-orang di sekitar. Sejalan dengan penelitian Ningsih (2019) menunjukkan bahwa individu dapat mengalami kegagalan dalam membangun hubungan interpersonal karena konsep diri yang rendah memandang bahwa dirinya tidak dapat melakukan apapun, mudah gagal, sulit berinteraksi, tidak disukai oleh orang lain, tidak memiliki hal yang menarik dalam dirinya dan tidak memiliki ketertarikan dalam menjalani hidup.

Pada era generasi Z perkembangan teknologi dan digital semakin pesat dan masifnya penggunaan media sosial untuk berinteraksi secara *online* sehingga berdampak pada berkurangnya keterampilan komunikasi interpersonal dalam mendengarkan dan berpartisipasi secara aktif ketika berinteraksi secara langsung. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap (2022) menjelaskan ketergantungan pada komunikasi digital dapat mengurangi frekuensi dan kualitas interaksi tatap muka yang dapat menyebabkan kebutuhan hubungan interpersonal menjadi dangkal. Penurunan kualitas komunikasi yang dapat memicu persepsi selektif sehingga mengarah pada kesalahpahaman situasi atau pesan yang diterima.

Pada tahun 2014 dilakukan penelitian oleh Firdausi mengenai tingkat komunikasi interpersonal pada mahasiswa generasi Y atau generasi millennial. Penelitian dilakukan pada tiga angkatan yaitu mahasiswa tahun angkatan 2011, 2012, dan 2013 didapatkan hasil 70% tingkat komunikasi interpersonal mahasiswa berada dalam kategori tinggi. Kategori tinggi pada tingkat komunikasi interpersonal mahasiswa ketiga angkatan tersebut dapat diartikan bahwa mahasiswa pada tahun tersebut telah berusaha untuk memenuhi kebutuhan dasar Hierrarki Maslow tingkat tiga yaitu *Belongingness and Love Needs*. Mahasiswa pada tahun tersebut bersikap empati kepada lawan bicara, bersikap mendukung agar komunikasi mau berpartisipasi saat berkomunikasi, merasa positif tentang diri sendiri dan orang lain serta memberikan dampak positif dari komunikasi yang dilakukan (Firdausi 2014).

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa mayoritas kebutuhan hubungan interpersonal mahasiswa keperawatan generasi Z sudah

terpenuhi sebanyak 161 mahasiswa (60,1%) yang berarti mayoritas mahasiswa keperawatan sudah bisa terbuka dengan lingkungannya, berpikir dan bersikap positif dengan orang lain, memiliki rasa menghargai orang lain dan dapat memberikan dukungan serta semangat terhadap sesama. Kebutuhan dasar tingkat tiga pada hierarki kebutuhan dasar maslow terkait *Belongingness and Love Needs* mayoritas sudah terpenuhi namun mengalami penurunan dari generasi sebelumnya akibat dari adanya stimulus perkembangan teknologi dan digital yang sangat pesat saat ini.

Penelitian ini menggambarkan mayoritas kebutuhan hubungan interpersonal pada mahasiswa keperawatan generasi Z sudah terpenuhi dibuktikan dengan adanya hubungan sehat dan penuh kasih sayang antarpribadi meliputi sikap saling percaya, memberikan dukungan, mendapatkan kepercayaan dan cinta kasih, merasa dirinya membutuhkan dan dibutuhkan oleh orang lain.

KESIMPULAN DAN SARAN

Mayoritas pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal mahasiswa keperawatan generasi Z sudah terpenuhi sebanyak 60,1% namun masih terdapat beberapa mahasiswa yang belum terpenuhi sebanyak 39,9%.

Berdasarkan hasil penelitian ini, mahasiswa keperawatan generasi Z disarankan untuk dapat memanfaatkan teknologi dan digital secara bijak dan meningkatkan keterlibatan sosial secara langsung. Bagi peneliti selanjutnya mengkorelasikan faktor-faktor yang memengaruhi pemenuhan kebutuhan hubungan interpersonal.

DAFTAR PUSTAKA

- Agestia, E., Safitri, D. & Sujarwo Sujarwo 2024, 'Adaptasi mahasiswa dalam mengatasi culture shock dalam perkuliahan', *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, vol. 2, no. 4, pp. 253–64.
- Badri, M. 2022, 'Pribumi digital moderat: profil kecakapan komunikasi digital generasi Z', *Jurnal Riset Komunikasi*, vol. 5, no. 2, pp. 291–303.
- Baiduri, I., Jurnal, H., Hasanah, N., Maulana, F. & Anshori, M.I. 2023, 'Gender dan kepemimpinan : sebuah kajian literatur', *Jurnal Ilmu Manajemen, Ekonomi, dan Kewirausahaan*, vol. 3, no. 2.
- Chairunnisa, A., Arum, H.S. & Salamah, P.U. 2024, 'Pengaruh hubungan dan

- komunikasi interpersonal terhadap aspek psikologis', *Jurnal Psikologi*, vol. 1, no. 4, p. 14.
- Devito, J.A. 2011, *Komunikasi antarmanusia*, 5th edn, Karisma Publishing Group, Tangerang.
- Endah, N., Eti Rohaeti, E. & Supriatna, E. 2021, 'Keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas IX SMA Negeri 1 Margaasih Kabupaten Bandung', *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, vol. 4, no. 2, p. 121.
- Firdausi, A. 2014, 'Tingkat komunikasi interpersonal mahasiswa jurusan bimbingan dan konseling Universitas Negeri Semarang Angkatan 2011, 2012, dan 2013', Universitas Negeri Semarang, Semarang.
- Harahap, R.R. 2022, 'Pengaruh penggunaan media sosial terhadap keterampilan komunikasi interpersonal siswa SMA Swasta Kartika 1-4 Pematangsiantar', *Communication & Social Media*, vol. 2, no. 2, pp. 86–90.
- Joiner, T. 2005, *Why people die by suicide*, Harvard University Press.
- Julika, S. & Setiyawati, D. 2019, 'Hubungan antara kecerdasan emosional, stres akademik, dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa', *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, vol. 5, no. 1, p. 50.
- Lutfiah, A.Q., Rahmadiani, D. & Febrianto, A.S. 2023, 'Peran perilaku komunikasi interpersonal generasi Z dalam pemanfaatan media digital', *Manajerial: Jurnal Manajemen dan Sistem Informasi*, vol. 23, no. 1.
- Maimunah, S. & Satwika, Y.W. 2021, *Hubungan media sosial dengan body dissatisfaction pada mahasiswa perempuan di Kota Surabaya*, Surabaya.
- Mariyati, P., Dwiastuti, R. & Hamidah 2023, 'Gambaran dinamika psikologis mahasiswa yang memiliki ide bunuh diri', *JURNAL PIKES Penelitian Ilmu Kesehatan*, vol. 4, no. 2, pp. 39–48.
- Mariyati, P. & Hamidah, H. 2021, 'Group cognitive therapy for suicide prevention berbasis internet untuk mengurangi ide bunuh diri pada mahasiswa', *Jurnal Diversita*, vol. 7, no. 2, pp. 201–10.
- Mataputun, Y. & Saud, H. 2020, 'Analisis komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri remaja', *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, vol. 8, no. 1, pp. 32–7.
- Mukarromah, I.T. & Nuryati, L. 2020, 'Problem dan ide bunuh diri pada mahasiswa', Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta.
- Nariswari, A.S., Damayanti, F., Ikhsan, M.F. & Edy, D.F. 2023, 'Self-adjustment mahasiswa baru fakultas psikologi Universitas Negeri Malang', *Jurnal Flourishing*, vol. 3, no. 8, pp. 321–9.
- Ningsih, A. 2019, 'Konsep diri remaja yang mengalami kegagalan hubungan interpersonal', *Jurnal Psikologi Terapan*, vol. 2, no. 1, pp. 19–22.
- Novia, N.H., Danny, T. & Dwikurnianingsih, Y. 2023, 'Hubungan pola asuh orangtua dan komunikasi interpersonal dengan interaksi sosial remaja karang taruna Grogol RW 07 Blotongan Salatiga', *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Januari*, vol. 9, no. 1, pp. 310–7.
- Onie, S., Daswin, A., Taufik, K., Abraham, J., Setiyawati, D. & Colucci, E. 2022, *Indonesian national suicide prevention strategy*.
- Pandia, V., Fitriana, E., Afriandi, I., Purba, F.D., Danasasmita, F.S., Ichsan, A. & Pradana, K. 2022, 'Psychometric evaluation of the interpersonal needs questionnaire in the Indonesian language', *PLOS ONE*, vol. 17, no. 12, pp. 1–15.
- Putri, A.F. 2018, 'Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya', *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, vol. 3, no. 2, p. 35.
- Putri, V.M. 2024, 'Hubungan tingkat stres akademik dengan kesehatan mental mahasiswa dalam menjalani proses pembelajaran kuliah', Skripsi, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Rastati, R. 2018, 'Media literasi bagi digital natives: prespektif generasi Z di Jakarta', *Jurnal Teknologi Pendidikan*, vol. 6, no. 1, p. 60.
- Rosdiana, Y. & Hastutiningtyas, W. 2020, 'Hubungan perilaku phubbing dengan interaksi sosial pada generasi Z mahasiswa keperawatan Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang', *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, vol. 6, no. 1, pp. 42–7.
- Saputri, I.H.Y., Sukarelawati & Kusumadinata, A.A. 2022, 'Komunikasi interpersonal diadik antara anak dan orang tua tiri dalam keluarga', *Jurnal Komunikatio*, vol. 8, no. 1, pp. 55–66.

- Setyanto, A.T., Hakim, M.A. & Muzakki, F.P. 2023, 'Deteksi dini prevalensi gangguan kesehatan mental mahasiswa di Perguruan Tinggi', *Wacana Jurnal Psikologi*, vol. 15, no. 1, p. 66.
- Wijoyo, H., Indrawan, I., Cahyono, Y., Handoko, A.L. & Santamoko, R. 2020, *Generasi Z dan revolusi industri 4.0*, Banyumas: Pena Persada, Banyumas.