

## STRATEGI OPTIMALISASI KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DAN INTERPERSONAL DI KALANGAN GEN Z DALAM PEMBANGUNAN MENUJU ERA INDUSTRI 5.0

Ni Putu Laksmi Krisnina Maharani<sup>1</sup>, Putu Renata Priyandari<sup>2</sup>, Ida Ayu Kartika Indrawan<sup>3</sup>

1. Fakultas Hukum, Universitas Warmadewa, Indonesia
2. Fakultas Hukum, Universitas Warmadewa, Indonesia
3. Fakultas Hukum, Universitas Warmadewa, Indonesia

Corresponding author : [Krisnina272@gmail.com](mailto:Krisnina272@gmail.com)

### ABSTRAK

*Dalam optimalisasi komunikasi intrapersonal dan interpersonal upaya yang bisa dilakukan untuk mengoptimalkan komunikasi intrapersonal dan interpersonal, langkah awal yang akan dilakukan adalah mengumpulkan informasi, menganalisis struktur dan sarana komunikasi, membuat analisis kritis, melakukan analisis terhadap komponen komunikasi, melakukan analisis kemajuan komunikasi dan menetapkan tujuan. Untuk mendukung langkah awal optimalisasi komunikasi intrapersonal dan interpersonal diperlukan beberapa strategi yang mampu digunakan, diantaranya ada strategi berbasis lingkungan, strategi perencanaan dan strategi partisipasi. Dalam penelitian ini membahas dua rumusan masalah yakni, (1) Faktor apa saja yang menghambat optimalisasi komunikasi Intrapersonal dan Interpersonal? (2) Bagaimana strategi pengembangan komunikasi intrapersonal dan interpersonal? serta (3) Mengapa perencanaan dan strategi komunikasi pembangunan penting? Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian studi literatur yang serangkaian kegiatan berkenaan dengan metode pungumpulan data pustaka, membaca jurnal, buku, dan mencatat, serta mengolah data penelitian yang terjadi di masyarakat khususnya dalam optimalisasi potensidiri dibidang komunikasi intrapersonal dan interpersonal. Hasil penelitian adalah: (1) Faktor penghambat dalam penggalan potensi dalam diri ini sebenarnya dapat dipengaruhi secara internal dan eksternal, (2) Merancang strategi merupakan langkah penting yang memerlukan pertimbangan matang dalam perencanaan komunikasi, karena jika strategi yang dipilih salah maka hasil yang dicapai bisa berakibat fatal terutama kerugian waktu, materi dan tenaga, (3) Perencanaan komunikasi dalam kerangka yang sangat sederhana adalah tentang menciptakan komunikasi yang efektif. Dalam kerangka yang lebih luas, perencanaan komunikasi diperlukan untuk merumuskan strategi keberhasilan suatu program nasional yang bertujuan untuk mengatasi hambatan yang ada untuk mencapai efisiensi komunikasi.*

**Kata Kunci:** Strategi, Optimalisasi, Komunikasi Intrapersonal, Komunikasi Interpersonal.

## I. PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan awal terjadinya interaksi antara satu orang dengan orang lain sehingga manusia sudah dikodratkan untuk hidup bermasyarakat dan berinteraksi dengan manusia lainnya dengan berkomunikasi. Menurut *Carl I. Hovland*, ilmu komunikasi adalah upaya yang sistematis untuk merumuskan secara tegas asas-asas penyampaian informasi serta pembentukan pendapat dan sikap. Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa komunikasi adalah penyampaian informasi dan pengertian seseorang terhadap orang lain.<sup>1</sup> Selanjutnya menurut *Achmad S. Ruky*, komunikasi merupakan proses pemindahan dan pertukaran pesan, dimana pesan ini dapat berbentuk fakta, gagasan, perasaan, data atau informasi dari seseorang kepada orang lain. Sehingga dapat dikatakan bahwa hubungan berkomunikasi *dapat* dibagi menjadi dua jenis yaitu komunikasi intrapersonal dan komunikasi interpersonal.

Secara umum, komunikasi intrapersonal merupakan hubungan komunikasi yang berlangsung di dalam individu yang meliputi kegiatan mengamati dan memberikan makna secara intelektual dan emosional kepada lingkungan sekitar, sedangkan komunikasi interpersonal merupakan komunikasi yang dilakukan atau terjadi dengan dua orang atau lebih secara langsung maupun dengan menggunakan suatu perantara atau media. Namun dalam pengoptimalan potensi komunikasi ini masih belum terealisasi dengan baik karena ada faktor yang menghambat dalam optimalisasi pembangunann komunikasi intrapersonal dan komunikasi interpersonal Sehingga kedua bidang komunikasi inilah yang perlu menjadi perhatian dalam membangkitkan potensi-potensi yang ada pada diri generasi selanjutnya demi mewujudkan Indonesia emas.

Di masa milenial ini pentingnya *gen z* untuk memperdalam potensi diri di bidang komunikasi intrapersonal dan interpersonal ini, dikarenakan komunikasi tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan potensi dalam diri. Adapun potensi tersebut dapat digunakan sebagai sarana komunikasi yang baik dalam suatu interaksi untuk memudahkan dalam persaingan dunia kerja dimasyarakat industri 5.0.

## II. METODE PENELITIAN

Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian studi literatur yang serangkaian kegiatan berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca, dan mencatat, serta mengolah data penelitian. Seperti jurnal-jurnal, buku, *website*.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Faktor penghambat optimalisasi komunikasi Intrapersonal dan Interpersonal

Komunikasi intrapersonal adalah hubungan komunikasi yang berlangsung

---

<sup>1</sup> Onong Uchyana Effendy, *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2007), hlm.9.

di dalam individu sendiri meliputi kegiatan mengamati dan memberikan makna secara intelektual dan emotional kepada lingkungan sekitar, sedangkan komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang dilakukan dengan dua orang atau lebih secara langsung maupun dengan media. Kedua bidang komunikasi inilah yang perlu menjadi perhatian dalam membangkitkan potensi-potensi yang ada pada diri generasi selanjutnya demi mewujudkan Indonesia emas. Namun tentu saja ada hambatan dalam pengoptimalisasikan ini, seperti:

Terjadinya *miss communication* merupakan dampak apabila kita tidak bisa berkomunikasi atau mengkomunikasikan sesuatu dengan baik. Ini merupakan dampak kurangnya kemampuan kita dalam komunikasi interpersonal, sedangkan dampak kurangnya kemampuan komunikasi intrapersonal adalah kurangnya rasa percaya diri, susah untuk fokus, susah beradaptasi, kurang kesadaran dalam diri dan masih banyak lagi dampak yang diberikan apabila kita kurang mampu untuk membangun komunikasi baik secara intrapersonal maupun interpersonal.

Komunikasi intrapersonal adalah komunikasi yang terjadi di dalam diri sendiri atau komunikasi satu orang saja, seperti berbicara kepada diri sendiri, memberikan makna (intelektual dan emosional) kepada lingkungan, memikirkan suatu masalah, mempertimbangkan sampai mengambil keputusan, dan lain-lain. Semua komunikasi sampai pada batas tertentu merupakan komunikasi intrapersonal, yaitu setiap komunikasi yang selalu menjadi objek bagi penafsiran kita sendiri. Seorang individu menjadi pengirim sekaligus penerima pesan, memberikan umpan balik bagi dirinya sendiri dalam proses internal yang berkelanjutan. Dalam Proses Komunikasi intrapersonal, seorang komunikator melakukan pengolahan informasi yang ia peroleh, hingga menjadi pesan yang ia pahami dan diberikan makna. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan komunikasi intrapersonal seseorang bisa secara internal maupun eksternal, antara lain yaitu:

- **Perkembangan.** Tingkat perkembangan dalam berbicara bervariasi dan hal ini berhubungan erat dengan perkembangan anak. Orang tua memberikan pengaruh penting terhadap kemampuan anak untuk berkomunikasi. Perkembangan pada individu menentukan jenis komunikasi apa yang akan dipilih.

- **Nilai Personal.** Nilai dapat mempengaruhi interpretasi pesan dan juga bagaimana individu menginterpretasikan ide yang datang dari orang lain. Jika nilai yang dimiliki seseorang berbeda dan tidak ada penyesuaian antar individu kemungkinan akan terjadi konflik saat melakukan komunikasi.

- **Emosi.** Emosi dapat membuat seseorang salah menginterpretasikan pesan yang diterima. Jika emosi mempengaruhi komunikasi dimaknai sebagai perasaan subjektif seseorang dan mempengaruhi individu bagaimana berinteraksi dengan seseorang. Jika pada seseorang yang berkomunikasi tidak terkontrol emosinya maka akan terjadi perdebatan karena emosi yang muncul.

- **Latar belakang sosiokultural/sosial budaya.** Budaya adalah hasil dari mempelajari cara berbuat, berpikir, dan merasakan. Pengaruh kebudayaan

menetapkan batas bagaimana seseorang bertindak dan berkomunikasi, dalam hal ini komunikator harus bisa menyesuaikan dengan kebudayaan komunikasi agar komunikasi yang berjalan menjadi efektif.

- **Gender.** Pria dan wanita memiliki cara berkomunikasi yang berbeda-beda. Anak perempuan biasanya perkembangan pusat komunikasi di otaknya lebih bagus dari pada laki-laki.

- **Pengetahuan.** Penggunaan bahasa yang umum sangat tepat digunakan jika pengirim dan penerima pesan memiliki tingkat pengetahuan yang berbeda. Pesan akan menjadi tidak jelas jika kata yang digunakan tidak dikenal penerima. Karena pemakaian bahasa yang lazim menjadi faktor yang sangat membantu dalam berkomunikasi untuk menjembatani perbedaan yang terjadi.

- **Lingkungan.** Seseorang dapat berkomunikasi lebih baik dalam lingkungan yang nyaman. Kurangnya kebebasan seseorang bisa mengakibatkan kebingungan, ketegangan. Gangguan lingkungan juga bisa mengganggu pesan yang dikirim. Lingkungan yang nyaman sangat membantu dalam proses komunikasi, karena inilah lingkungan menjadi faktor yang berpengaruh dalam komunikasi.

Komunikasi Interpersonal juga bisa dikatakan sebagai komunikasi antara orang-orang secara tatap muka, yang memungkinkan setiap pesertanya menangkap reaksi orang lain secara langsung, baik verbal maupun non verbal.<sup>2</sup> Komunikasi interpersonal merupakan proses pengiriman dan penerimaan pesan-pesan antara dua orang atau diantara sekelompok kecil orang-orang dengan beberapa efek dan beberapa umpan balik seketika. Setelah melalui proses interpersonal tersebut, maka pesan-pesan disampaikan kepada orang lain, proses pertukaran informasi antara seseorang dengan seseorang lainnya atau biasanya diantara dua orang yang dapat langsung diketahui balikkannya. Dengan bertambahnya orang-orang yang terlibat dalam komunikasi menjadi bertambah komplekslah komunikasi tersebut.

Fungsi komunikasi antar pribadi atau komunikasi interpersonal adalah berusaha meningkatkan hubungan insani, menghindari dan mengatasi konflik-konflik pribadi, mengurangi ketidakpastian sesuatu, serta berbagai pengetahuan dan pengalamandengan orang lain.<sup>3</sup> Komunikasi interpersonal, dapat meningkatkan hubungan kemanusiaan diantara pihak-pihak yang berkomunikasi. Dalam hidup bermasyarakat seseorang bisa memperoleh kemudahan dalam hidupnya karena memiliki pasangan hidup. Melalui komunikasi interpersonal juga dapat berusaha membina hubungan baik, sehingga menghindari dan mengatasi terjadinya konflik-konflik yang terjadi.<sup>4</sup> Adapun fungsi lain dari komunikasi interpersonal adalah:

- Mengetahui diri sendiri dan orang lain.

---

<sup>2</sup> Deddy Mulyana, *Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), hlm.73.

<sup>3</sup> H. Hafied Canggara, *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2004), hlm.33.

<sup>4</sup> *Ibid*, hlm. 56

- Komunikasi antar pribadi memungkinkan kita untuk mengetahui lingkungan kita secara baik.
- Menciptakan dan memelihara hubungan baik antar personal.
- Mengubah sikap dan perilaku.
- Bermain dan mencari hiburan dengan berbagai kesenangan pribadi.
- Membantu orang lain dalam menyelesaikan masalah.

Setelah fungsi-fungsi adapun faktor yang mempengaruhi komunikasi Interpersonal, yakni sebagai berikut:

- Percaya (*Trust*)

Kepercayaan sebagai kesediaan (*willingness*) seseorang untuk menggantungkan dirinya pada pihak lain dengan resiko tertentu.

- Sikap Sportif

Sikap yang mengurangi sikap bertahan (*defensif*) dalam berkomunikasi.

- Sikap Terbuka

Sikap ini merupakan hal yang sangat berpengaruh dalam menumbuhkan komunikasi interpersonal. Dengan komunikasi yang terbuka diharapkan tidak akan ada hal-hal yang ditutupi. Dengan sikap saling percaya dan supportif, sikap terbuka mendorong timbulnya saling pengertian, saling menghargai, dan paling penting saling mengembangkan kualitas hubungan interpersonal.

## **2. Strategi Upaya Optimalisasi Komunikasi Intrapersonal Dan Interpersonal Gen z Dalam Pembanguna Industri 5.0**

Merancang strategi merupakan langkah penting yang memerlukan pertimbangan matang dalam perencanaan komunikasi, karena jika strategi yang dipilih salah maka hasil yang dicapai bisa berakibat fatal terutama kerugian waktu, materi dan tenaga. Konsep strategi komunikasi disini diartikan sebagai bagian dari perencanaan komunikasi untuk mencapai tujuan yang dapat dicapai, sedangkan perencanaan strategis hanya merupakan kebijakan komunikasi tingkat makro untuk program jangka panjang. Perencanaan dan strategi yang tepat diperlukan untuk melaksanakan program pembangunan untuk mencapai hasil yang tepat. Banyak model yang digunakan dalam penelitian desain komunikasi, mulai dari model yang sederhana hingga model yang lebih kompleks. Perlu diketahui bahwa penggunaan model dan tahapan penerapannya bergantung pada sifat atau jenis pekerjaan yang dilakukan. Tidak ada model yang dapat digunakan secara universal, melainkan sesuai dengan kondisi dan realitas yang ada. UNESCO akan mengambil langkah-langkah yang dapat ditindaklanjuti dalam perencanaan komunikasi, yaitu:

1. Mengumpulkan informasi tentang keadaan sumber daya komunikasi, baik yang dikelola oleh pemerintah, swasta, maupun gabungan antara pemerintah dan swasta.

2. Analisis struktur dan sarana komunikasi yang ada , berapa banyak surat kabar, televisi dan radio yang ada di masyarakat dan media apa.
3. Membuat analisis kritis tentang apa yang audiens butuhkan untuk dikomunikasikan, informasi apa yang dibutuhkan, apakah itu hiburan, opini atau berita.
4. Melakukan analisis terhadap komponen komunikasi, mulai dari sumber, pesan, saluran atau media, penerima, dan umpan balik masyarakat.
5. Lakukan analisis kemajuan komunikasi, apakah komunikasi telah berkembang dalam jumlah pengiriman, distribusi, atau penempatan.
6. Menetapkan tujuan dan sasaran yang dapat dicapai sesuai dengan kebijakan komunikasi yang berlaku.<sup>5</sup>

### **3. Pentingnya Perencanaan Dan Strategi Komunikasi Pembangunan**

Proses komunikasi yang diterapkan tidak luput dari berbagai hambatan dan hambatan. Oleh karena itu, tujuan perencanaan komunikasi adalah untuk mengatasi hambatan yang ada untuk mencapai efisiensi komunikasi, sedangkan implementasi program yang dapat diakses memerlukan fungsi dan metode penggunaan perencanaan komunikasi. Perencanaan komunikasi dalam kerangka yang sangat sederhana adalah tentang menciptakan komunikasi yang efektif. Dalam kerangka yang lebih luas, perencanaan komunikasi diperlukan untuk merumuskan strategi keberhasilan suatu program nasional. Misalnya, dari perspektif pembangunan ekonomi, Mefalopulos, seorang konsultan senior di Bank Dunia di New York, mengakui bahwa; Bank Dunia telah merancang banyak program untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat di seluruh dunia, dengan mengutamakan pendekatan ekonomi. Namun ketika banyak dari program ini gagal, keluhan pertama para politisi adalah faktor komunikasi. Bahkan Mefalopulos mengakui bahwa hal yang sangat penting dan seringkali hilang dalam proses pembangunan adalah terputusnya komunikasi antara pengambil keputusan, para ahli dan orang-orang yang menjadi objek pengembangan diri.<sup>6</sup>

Dalam keadaan seperti ini komunikasi harus menjadi tugas mereka tidak hanya menciptakan kesadaran, menginformasikan, mempengaruhi atau mengubah perilaku, tetapi juga membantu untuk mendengarkan, memahami, memaksa dan membangun konsensus untuk perubahan. Akibatnya, perencanaan komunikasi menjadi sangat penting bagi keberhasilan suatu negara atau organisasi. Melalui perencanaan komunikasi, diasumsikan bahwa program serupa dari organisasi yang berbeda dapat dilakukan secara logis, realistis, terintegrasi, komprehensif dan menyeluruh untuk menghindari duplikasi dan pemborosan uang, tenaga dan waktu. Perencanaan komunikasi

---

<sup>5</sup> Hafied Cangara, *Perencanaan Dan Strategi Komunikasi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), 67.

<sup>6</sup> Onong Uchayana Effendi, *Ilmu, Teori, Dan Filsafat Komunikasi* (Bandung: Citra Aditya Bakti, 2000), 43.

juga sangat penting untuk keberhasilan program, yaitu. seluruh karyawan dan pemangku kepentingan harus dapat memahami tujuan yang ingin dicapai. Oleh karena itu, waktu yang paling tepat untuk mengembangkan pemahaman perencanaan komunikasi adalah pada awal program.

Ada beberapa strategi komunikasi pembangunan yang digunakan, dimana setiap strategi mencerminkan prioritas tertentu, bagaimana komunikasi digunakan untuk mencapai kebutuhan pembangunan.<sup>7</sup>

1. Strategi berbasis lingkungan. Komunikator yang menggunakan strategi ini cenderung memfokuskan aktivitas mereka di sekitar lingkungan tertentu yang mereka sukai. Strategi ini memang merupakan teknik yang paling sederhana, paling populer, dan tentunya paling tidak efektif.
2. Mempelajari strategi perencanaan. Para pengguna strategi ini biasanya para pendidik. Mereka memfokuskan strategi mereka pada pembelajaran yang dipersonalisasi yang ditujukan pada tujuan utama. Strategi kelompok ini didasarkan pada teori pembelajaran formal dan berfokus pada pendekatan sistematis untuk mengembangkan materi pembelajaran.
3. Strategi partisipasi. Kerja sama masyarakat dan pertumbuhan pribadi merupakan prinsip penting untuk mengatur kegiatan dalam strategi partisipatif ini. Dalam kasus strategi ini, tidak penting berapa banyak informasi yang dipelajari seseorang melalui program komunikasi pembangunan, tetapi pengalaman partisipasi yang setara dalam berbagi pengetahuan dan keterampilan. Komunikasi yang efektif memerlukan perencanaan dan strategi komunikasi dalam proses pembangunan. Komunikasi harus digerakkan oleh misi, tidak hanya untuk meningkatkan kesadaran, memberikan informasi, mempengaruhi atau mengubah perilaku, tetapi komunikasi juga berfungsi untuk mendengarkan, menggali, memahami, memberdayakan dan membangun konsensus untuk perubahan, karena komunikasi itu perlu. mendukung proses pembangunan.

#### **IV. KESIMPULAN**

Dari penelitian yang para penulis temukan dalam optimalisasi komunikasi intrapersonal dan interpersonal ini ditemukan beberapa faktor yang menghambat optimalisasi potensi diri bagi generasi z bisa secara internal dan eksternal, dalam faktor eksternal adalah perkembangan, nilai personal, emosi, latar belakang sosial budaya, gender, dan pengetahuan, serta lingkungan. Dan juga faktor internal adalah kurangnya rasa kepercayaan mau itu ke diri sendiri atau orang lain, kemudian sikap tidak terbuka, serta terlalu mempertahankan pendapat sendiri. Selain faktor penghambat, ada beberapa upaya yang bisa dilakukan untuk mengoptimalkan komunikasi intrapersonal dan interpersonal langkah awal yang

---

<sup>7</sup> Rochayat Harun and Elvinaro Ardianto, *Komunikasi Pembangunan Dan Perubahan Sosial* (Jakarta: Rajawali Press, 2011), 165–166.

akan dilakukan adalah mengumpulkan informasi, menganalisis struktur dan sarana komunikasi, membuat analisis kritis, melakukan analisis terhadap komponen komunikasi, melakukan analisis kemajuan komunikasi dan menetapkan tujuan. Untuk mendukung langkah awal optimalisasi komunikasi intrapersonal dan interpersonal diperlukan beberapa strategi yang mampu digunakan, diantaranya ada strategi berbasis lingkungan, strategi perencanaan dan strategi partisipasi. Dari penelitian ini, diharapkan dapat menjadi suatu acuan bagi pengoptimalisasi bagi generasi z dalam membangun atau menggali potensi dalam diri mereka khususnya di bidang komunikasi intrapersonal dan interpersonal, demi kemajuan diri sendiri serta kemajuan bangsa Indonesia, karena jika kita tidak mau membangun atau meng-*upgrade* potensi diri kita sendiri bagaimana bisa kita membawa Indonesia untuk muju ke era industri masyarakat 5.0. Maka dari ini marilah keluar dari zona nyaman masing-masing dan memulai langkah baru demi pembangun Indonesia emas yakni persiapan atau pembangun Indonesia ke era industri masyarakat 5.0.

## V. UCAPAN TERIMAKASIH

Puja dan puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat-Nya dan karunianya, seta kami juga berterimakasih kepada Orang tua, senior-senior, teman-teman serta dosen pembimbing kami Ibu Indah Permatasari S.H. M.H. Atas doa dan bimbingannya kami penulis dapat menyelesaikan artikel ilmiah dengan judul “ **STRATEGI OPTIMALISASI KOMUNIKASI INTRAPERSONAL DAN INTERPERSONAL DI KALANGAN GEN Z DALAM PEMBANGUNAN MENUJU ERA INDUSTRI 5.0**” ini dengan lancar.

## VI. DAFTAR PUSTAKA

### **SUMBER BUKU:**

- Deddy Mulyana, *Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2004), hlm.73.
- H. Hafied Canggara, *Pengantar Ilmu Komunikasi* (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2004), hlm.33.
- Hafied Canggara, *Perencanaan Dan Strategi Komunikasi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2013), 67.
- Onong Uchyana Effendy, *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2007), hlm.9.
- Rochayat Harun and Elvinaro Ardianto, *Komunikasi Pembangunan Dan Perubahan Sosial* (Jakarta: Rajawali Press, 2011), 165–166.

### **SUMBER JURNAL:**

- Asep Sudarman, 2018, Strategi Komunikasi untuk Meningkatkan Kesadaran Masyarakat dalam Membayar Zakat Maal, <https://journal.uinsgd.ac.id/index.php/cjik/article/download/5056/2818>, diakses pada 21 Desember 2022.

**Fisipol, 2021, Apa Itu Komunikasi Intrapersonal Dan Interpersonal Dengan**

Perbedaan, <https://ilmukomunikasi.uma.ac.id/2021/03/18/apa-itu-komunikasi-intrapersonal-dan-interpersonal-dengan-perbedaan/>, diakses pada 21 Desember 2022.

Zulfani Sesmiarni, 2009, Komunikasi Intrapersonal (Strategi Mengungkap Kecerdasan), <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/almunir/article/view/665>, diakses pada tanggal 17 Desember 2022