



PELATIHAN PENINGKATAN KOMPETENSI SOSIAL PADA MAHASISWA & CIVITAS AKADEMIKA

Oleh

Rini Sugiarti¹, Erwin Erlangga², Arumwardani N³, Ade Machnun S⁴

^{1,2,4}Departemen Psikologi Pendidikan, Magister Psikologi. PascaSarjana Universitas Semarang

³Departemen Psi. Industri Organisasi, Magister Psikologi. PascaSarjana Universitas Semarang

Email Korespondensi : 1riendoe@usm.ac.id

Article History:

Received: 16-11-2021

Revised: 16-12-2021

Accepted: 24-12-2021

Keywords:

*Kompetensi Sosial,
Mahasiswa, Civitas
Akademika*

Abstract: Mahasiswa tidak sekedar sebagai peserta didik yang duduk di bangku perguruan tinggi. Tidak hanya mengikuti syarat administrasi saja, namun seorang mahasiswa juga memiliki peran dan tanggung jawab sumbangsih dalam meningkatkan sumber daya manusia. Secara ideal, tidak hanya sebagai calon sarjana, tetapi juga diharapkan mampu menjadi calon intelektual masa depan. Mahasiswa harus bisa membagi antar kegiatan kuliah, organisasi, belajar, hobi, *refreshing*, dan **berwawasan Luas**. Mahasiswa idealnya memiliki indeks prestasi yang baik, dan diasah dengan kompetensi sosial yang akan bermanfaat bagi kehidupan pascakampus serta masyarakat luas. Tujuan akhir dari kegiatan ini adalah mahasiswa dan seluruh sivitas akademika mampu meningkatkan kompetensi sosialnya yang akan tampak dalam perilaku kesehariannya. Bersama dengan Mitra PKM, tim pengabdian berinisiatif untuk melakukan program kegiatan pengabdian dengan topik “peningkatan pemahaman kompetensi sosial pada mahasiswa dan civitas akademika”. Metode kegiatan dalam PKM ini menggunakan ceramah dan diskusi. Ceramah berisi tentang bagian – bagian dari kompetensi sosial. Secara detil , materi yang diberikan yakni Komunikasi Efektif , Prosocial dalam Kompetensi Sosial, *Self Confidence* dalam Kompetensi Sosial, dan *Self Esteem* untuk Meningkatkan Kompetensi Sosial. Dari pelaksanaan kegiatan PKM, berdasarkan hasil evaluasi pre test dan post test, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman terhadap materi yang diberikan. Demikian dapat dikatakan bahwa kegiatan PKM peningkatan pemahaman kompetensi sosial pada mahasiswa dan civitas akademika, berhasil.



PENDAHULUAN

Arti mahasiswa menurut KBBI atau yang lebih akrab didengar dengan Kamus Besar Bahasa Indonesia sebagai pelajar yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa tersebut belajar sesuai dengan syarat, ketentuan dan struktur pendidikan yang berlaku. Mahasiswa merupakan generasi muda suatu bangsa. Mahasiswa tidak sekedar sebagai peserta didik yang duduk di bangku perguruan tinggi. Tidak hanya mengikuti syarat administrasi saja, namun seorang mahasiswa juga memiliki peran dan tanggung jawab sumbangsih dalam meningkatkan sumber daya manusia. Mahasiswa merupakan individu calon sarjana di salah satu Perguruan Tinggi (PT). Secara ideal, tidak hanya sebagai calon sarjana, tetapi juga diharapkan mampu menjadi calon intelektual masa depan.

Sebagai mahasiswa calon intelektual masa depan, secara ideal mahasiswa di harapkan memiliki berbagai karakteristik yang dapat memperlancar tugas dan peran yang diemban. Karakteristik tersebut diantaranya 1) **pintar membagi waktu**. Mahasiswa harus bisa memanfaatkan waktu dengan baik, pembagian waktu harus termanajemen dengan cermat dan terimplementasi secara nyata. Mahasiswa harus bisa membagi antar kegiatan kuliah, organisasi, belajar, hobi, *refreshing*, dan lain sebagainya (Nair & Fahimirad, 2019; Shofwan et al., 2019), 2) **Rajin dan Disiplin**. Selalu aktif kuliah, tidak pernah terlambat mengikuti mata kuliah, dan jarang membolos, mahasiswa juga dituntut selalu mengumpulkan tugas tepat waktu. Kedisiplinan mengikuti kegiatan yang berhubungan dengan perkuliahan dan selalu mengerjakannya dengan baik (Gruslyte, 2021). Rajin dan disiplin akan memberikan hasil yang memuaskan (Choi et al., 2018), 3). **Berwawasan Luas**. Wawasan yang luas dapat diperoleh dari kampus, masyarakat dan dunia luar. Wawasan ini berguna agar mahasiswa bisa mengetahui seluk beluk tentang dunia luar dan tidak ketinggalan zaman, wawasan akan membantu mengembangkan minat serta bakat yang teraktualisasi dalam bentuk keahlian mahasiswa, dan 4. **Organisatoris (Morata, 2020)**. Dengan mengikuti organisasi yang ada di kampus atau diluar kampus, mahasiswa bisa mendapatkan kegiatan yang sangat positif. Salah satunya bisa bersosialisasi dengan banyak orang sehingga bisa mendapatkan lebih banyak relasi (Smith et al., 2019). Dengan bahasa sederhana, mahasiswa diharapkan memiliki kesuksesan secara akademis dan organisatoris (Pazzaglia et al., 2020). Mahasiswa idealnya memiliki indeks prestasi yang baik, dan diasah dengan **kompetensi sosial** yang akan bermanfaat bagi kehidupan pascakampus serta masyarakat luas (Sugiarti et al., 2021; Yudha et al., 2019).

Lebih lanjut, mahasiswa sebagai elemen kampus juga berinteraksi dengan seluruh civitas akademika. Dalam hal ini civitas akademika adalah semua anggota komunitas Perguruan Tinggi yang terdiri dari dosen, mahasiswa, dan semua badan kepengurusan *kampus*.

Berangkat dari latar belakang tersebut diatas maka Tim Pengabdian Pasca Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Semarang bergerak untuk memberikan peningkatan pemahaman kompetensi sosial pada mahasiswa dan civitas akademika.

A. Permasalahan Mitra

Berdasarkan dari permasalahan yang telah diuraikan, dapat dinyatakan bahwa pentingnya peningkatan kompetensi sosial pada mahasiswa. Dalam kegiatan tersebut, sesi utama yang akan dibahas adalah penerapan pengetahuan tentang strategi peningkatan



kompetensi sosial pada mahasiswa dan civitas akademika.

Tujuan akhir dari kegiatan ini adalah mahasiswa dan seluruh sivitas akademika mampu meningkatkan kompetensi sosialnya yang akan tampak dalam perilaku kesehariannya. Bersama dengan Mitra PKM, tim pengabdian berinisiatif untuk melakukan program kegiatan pengabdian dengan tema “**peningkatan pemahaman kompetensi sosial pada mahasiswa dan Civitas Akademika**”

METODE

A. Peserta

Peserta kegiatan PKM dalam kesempatan ini adalah Mahasiswa dan Civitas Akademika Universitas Sultan Fattah Demak.

B. Bentuk Pelaksanaan

a. Ceramah

Ceramah sebagai sarana pemberian informasi yang terkait dengan **peningkatan pemahaman kompetensi sosial pada Mahasiswa dan civitas akademika**.

b. Pre Test – Post Test

Peserta diberi beberapa pertanyaan untuk menggali pemahaman terkait topik kompetensi sosial.

c. Diskusi

Sesi Tanya jawab dilakukan setelah ceramah. Sebelum dan sesudah kegiatan diberikan *pre-test dan post-test* untuk mengetahui pemahaman dari peserta.

C. Tempat dan Waktu Pelaksanaan

a. Tempat Pelaksanaan:

Universitas Sultan Fattah - Demak

b. Waktu Pelaksanaan:

Hari / Tgl : Senin , 6 Desember 2021

Peserta : Mahasiswa dan Civitas Akademika

Universitas Sultan Fattah Demak Jawa Tengah





Untuk sosialisasi kegiatan PKM, dilakukan dengan menyebarkan informasi kegiatan di berbagai media sosial melalui flyer sebagai berikut

Pengabdian Masyarakat

Pelatihan Peningkatan Kompetensi Sosial di Universitas Sultan Fatah

Narasumber
Dr. Rini Sugiarti M.Psi Psikolog
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Semarang

Narasumber
Dr. Erwin Erlangga S.Pd, M.Pd
Wakil Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Semarang

Narasumber
Dr. Arumwardani Nusandari, M.Si
Dosen Magister Psikologi
Universitas Semarang

Moderator
Dr. E. Caroline, SE, M.Si
Wakil Rektor 1 Unisfat

Narasumber
Ade Machnun Saputra Lc
Mahasiswa Magister Psikologi
Universitas Semarang

Senin | **zoom**
06 Desember 2021 | **13.30 - 15.30 WIB**

Link Pendaftaran :
<https://forms.gle/vTb36gwMcdou6nB2A>

Info Pendaftaran :
Riza **0878 1772 3020**

**Setiap Peserta mendapatkan E-SERTIFIKAT dan MATERI*



d. Partisipasi Mitra

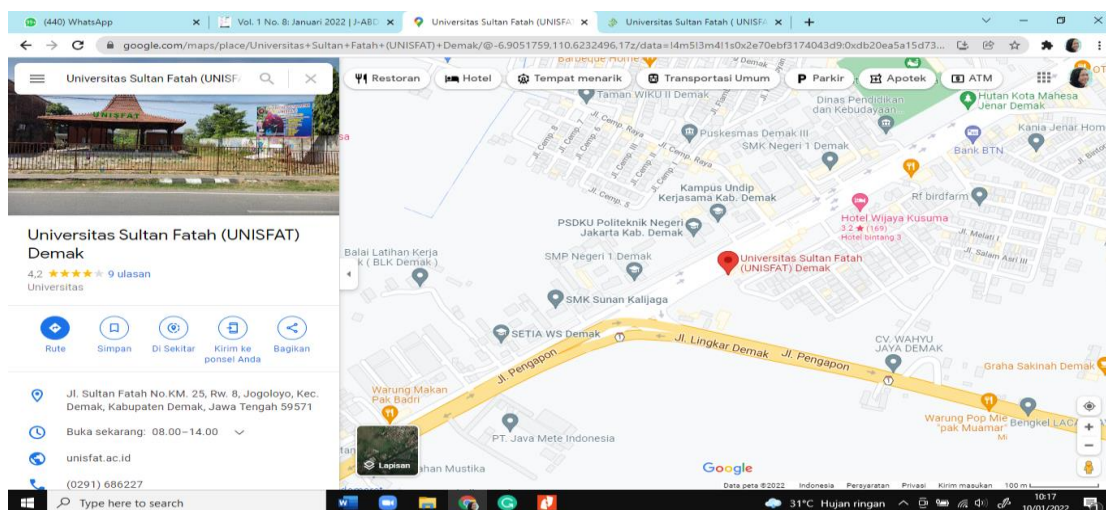
Partisipasi Mitra dalam pelaksanaan program PKM ini adalah **Universitas Sultan Fatah Demak** dengan menyediakan peserta yakni mahasiswa dan Civitas Akademika. Adapun peserta adalah para mahasiswa dan Civitas Akademika yang memiliki peran penting dalam menerapkan pemahaman kompetensi sosial sebagai intelektual muda yang akan berkiprah di masyarakat.

Universitas Sultan Fatah Demak didirikan tahun 2002 oleh Yayasan Sultan Fatah dengan visi ingin menjadikan Universitas sebagai Pusat pengkajian Ilmu pengetahuan, Teknologi dan Seni yang mengakar pada kebutuhan masyarakat lokal, nasional dan global yang berbasis pada iman dan taqwa. Maksud dan tujuan Pendiri Yayasan Sultan Fatah adalah :

- untuk menghasilkan lulusan yg mempunyai kemampuan berpikir melalui pendekatan masalah dan mampu mengembangkan profesi dalam spektrum yg luas.
- Menghasilkan lulusan yg memiliki integritas kepribadian tinggi yg bersifat terbuka dan berjiwa wirausaha serta tanggap pada kemajuan IPTEK
- Mengembangkan kerjasama dengan institusi lain dalam rangka meningkatkan pengalaman dan wawasan peserta didik
- Mewujudkan pelayanan prima dlm penyelenggaraan pendidikan, pelatihan, penellitian dan pengabdian masyarakat

Universitas Sutan Fatah Demak yang memiliki 3 Fakultas dan 11 Program Studi, bahu membahu dengan kompak antara Yayasan dan Rektorat serta para Dosen, mahasiswa dan masyarakat kabupaten Demak dalam meningkatkan kualitas pendidikan guna membantu mencerdaskan anak bangsa di Wilayah Kabupaten Demak dan sekitarnya khususnya dan anak bangsa Indonesia pada umumnya.

Dalam upaya meningkatkan pelayanan kepada masyarakat, berbagai kemajuan teknologi dikejar. Dalam rangka upaya tersebut perbaikan sistem informasi Universitas Sultan Fatah Demak secara kontinyu kami tingkatkan. Semoga bermanfaat bagi Dosen, Mahasiswa serta Masyarakat. Doa dan dukungan semua pihak sangat kami harapkan untuk peningkatan kualitas pendidikan Universitas Sultan Fatah Demak.





e. Evaluasi Pelaksanaan Program

Evaluasi kegiatan yang akan dilakukan adalah dengan melakukan *post-test* untuk mengetahui pemeringkatan pemahaman peserta dalam hal ini mengenai penerapan pemahaman kompetensi sosialnya.

HASIL

A. Hasil

Kegiatan PKM peningkatan pemahaman **kompetensi sosial pada Mahasiswa dan civitas akademika** ini dilaksanakan pada hari Senin tanggal 6 Desember 2021. Kegiatan ini diikuti oleh 151 peserta dari unsur mahasiswa dan civitas akademika di Universitas Sultan Fattah Demak, guru, dosen dan berbagai unsur pendidik dari berbagai daerah di Indonesia.

Dalam kegiatan tersebut tim PKM menyampaikan materi dengan topik utama terkait **kompetensi sosial, yakni** Secara rinci kegiatan PKM ini terpapar dalam run down kegiatan sebagai berikut :

**KEGIATAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
MAGISTER PSIKOLOGI UNIVERSITAS SEMARANG
“ Peningkatan Pemahaman Kompetensi Sosial pada
Mahasiswa dan Civitas Akademika”**

Senin , 6 Desember 2021

Kegiatan	Tujuan	Waktu
Registrasi & Technical Meeting	Menyamakan persepsi antara narasumber dengan peserta.	2 Jam
Pre-test	Mengetahui tingkat pemahaman mengenai kompetensi sosial mahasiswa	30 Menit
Pembukaan Perkenalan <i>Ice Breaking</i>	Penjelasan dan Maksud Tujuan Kegiatan Membuka sesi kegiatan pelatihan dan pengenalan antar narasumber dan peserta	1 Jam
Ceramah	Peserta memahami mengenai : 1. Konsep Kompetensi Sosial Mahasiswa 2. Ciri – Ciri Kompetensi Sosial Mahasiswa 3. Cara menerapkan Kompetensi Sosial Mahasiswa	2 Jam 30 Menit
Diskusi	Diskusi kasus/ permasalahan pendidikan karakter	2 Jam 30 Menit
Review Materi & Kesimpulan	Review materi ceramah	1 Jam
Post-test	Mengetahui tingkat pemahaman mengenai kompetensi sosial mahasiswa	30 Menit
Penutup	<i>Closing Statement</i>	1 Jam
		11 Jam



Materi disampaikan dalam bentuk ceramah dengan situasi daring atau virtual. Kegiatan dimulai pada saat link zoom di buka oleh panitia, dan diawali dengan menyanyikan lagu Indonesia Raya oleh semua peserta. Selanjutnya doa dan sambutan – sambutan. Sambutan yang pertama diberikan oleh Rektor Universitas Sultan Fattah Demak yakni **Dr. MOHAMMAD KUSYANTO, ST, MT** ; yang kemudian sekaligus membuka acara / kegiatan PKM secara virtual tersebut.

Sebelum masuk ke acara inti yakni pemberian materi PKM; peserta diminta mengerjakan **pre test** terlebih dahulu. *Pre test* yang diberikan berupa beberapa pertanyaan untuk menggali pemahaman awal peserta terkait dengan kompetensi sosial. *Pre test* berisi 7 pertanyaan terbuka yang bertujuan untuk mengungkap 1) makna kompetensi sosial ; 2) Ciri - ciri kompetensi sosial yang baik; 3) Komunikasi interpersonal; 4) Makna perilaku prososial; 5) Ciri - ciri perilaku prososial; 6) Kepercayaan diri; 7) Ciri - ciri pribadi yang percaya diri; 8) *Self esteem*; 9) Ciri - ciri pribadi dengan *self esteem* yang tinggi; 10) Cara meningkatkan *self esteem*.

Materi PKM Kompetensi Sosial pada Mahasiswa dan Civitas Akademika, **pertama** kali di awali dengan paparan materi Self Esteem sebagai implementasi dari Kompetensi sosial ; oleh Dr. Rini Sugiarti, M.Si, Psikolog. **Self esteem** adalah sebuah pikiran, perasaan, dan pandangan seseorang atas diri mereka sendiri. Bisa dibilang, *self esteem* (atau harga diri) berpaku pada seberapa besar seseorang menilai, menyetujui, menghargai, dan menyukai diri mereka sendiri. Dengan kata lain, *self-esteem* merujuk pada cara seseorang menghargai, mengapresiasi, dan menyukai diri sendiri. ... Sebagai contoh, ada seseorang dengan harga diri yang sehat dan positif, tapi tidak percaya diri saat ditunjuk untuk memimpin suatu. **Self-confidence** atau percaya diri adalah perasaanmu tentang kemampuan kamu. Seseorang mungkin memiliki harga diri yang sehat, tetapi bisa jadi kepercayaan diri yang dimiliki rendah karena tidak pandai pada suatu bidang. Sementara itu, *Self-esteem* atau harga diri mengacu pada bagaimana perasaanmu tentang diri kamu secara keseluruhan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *self esteem* adalah jenis kelamin, inteligensi, kondisi fisik, lingkungan keluarga dan lingkungan sosial. Setiap orang pasti mengharapkan perhatian dan kasih sayang dari orang-orang sekitarnya terutama keluarga. Rendahnya *self-esteem* bahkan diketahui dapat meningkatkan risiko seseorang mengalami gangguan cemas dan depresi. Gangguan tersebut biasanya tidak terlihat secara kasat mata. Kondisi tersebut dinamakan duck syndrome

Materi kedua yakni komunikasi interpersonal oleh Dr. Arumwardhani N., M.Si, Psikolog. Komunikasi interpersonal merupakan **komunikasi** yang dilakukan antara komunikator dengan komunikan secara tatap muka dan dianggap paling efektif dalam mengubah sikap, perilaku, atau pendapat melalui komunikasi lisan/verbal yang dilakukan . Lebih lanjut terkait dengan komunikasi interpersonal, dikenal juga konsep komunikasi massa. Arti dari komunikasi massa adalah proses dimana seorang atau sekelompok orang atau organisasi yang besar menyusun sebuah pesan dan mengirimkannya melalui beragam media kepada khalayak luas yang anonim dan heterogen. Dalam berkomunikasi pun ditemukan juga kesalahan – kesalahan yakni Ekspresi individu, Paralinguistik, berkaitan dgn suara/nada bicara, dan Ambiguitas. Materi ini menjadi penanda bahwa dalam mencapai kompetensi sosial yang efektif, di perlukan juga keterampilan dalam berkomunikasi secara interpersonal.

Kemudian, bagaimana berperilaku prososial sebagai bagian dari kompetensi sosial di paparkan lebih lanjut melalui topik ketiga oleh Dr. Erwin Erlangga, M.Pd. Dalam materi ini

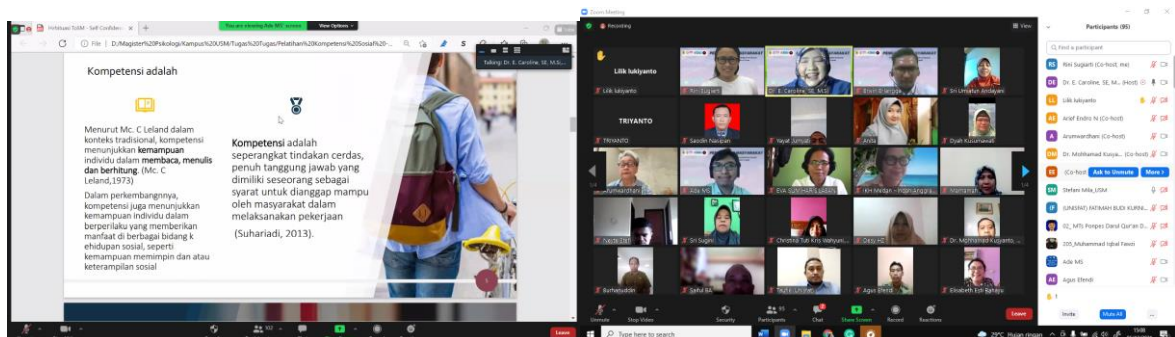
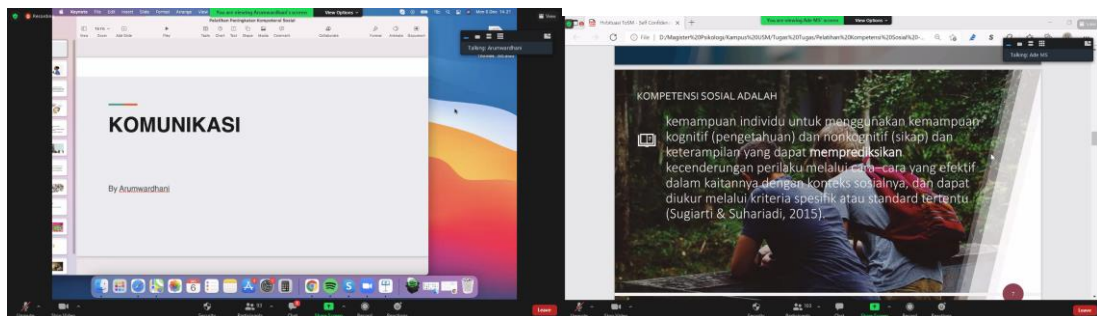
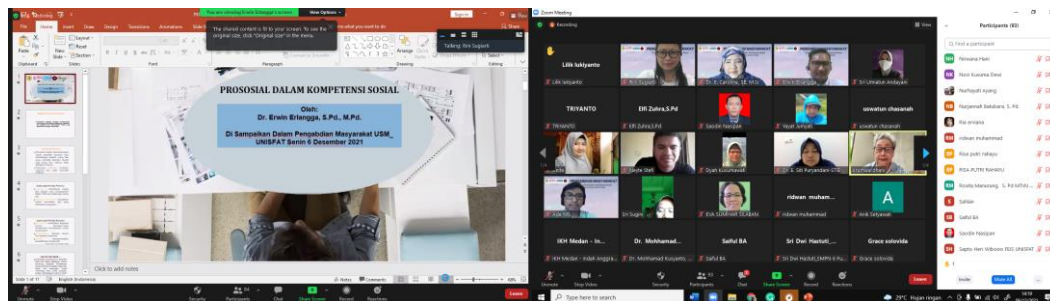
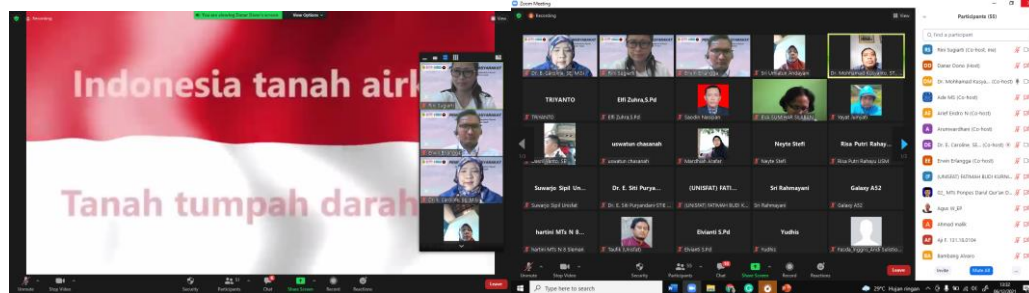


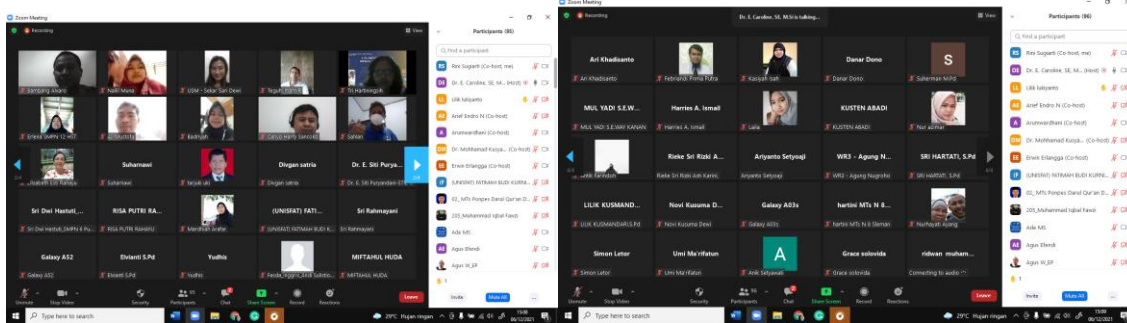
disampaikan poin – poin penting kepada para peserta , yakni Perilaku **prososial** adalah suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolongnya. Pengembangan perilaku **prososial** merupakan salah satu jenis kompetensi sosial yang penting. Perilaku prososial adalah sekelompok besar perilaku sukarela yang memiliki tujuan menguntungkan orang lain. Lebih lanjut ciri – ciri prososial (1) menolong yaitu memberikan bantuan kepada orang lain dengan maksud meringankan beban si penerima bantuan, (2) berbagi rasa yaitu ikut serta merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, (3) kerja sama yaitu suatu tindakan atau kegiatan yang saling menguntungkan. Dalam paparan perilaku prososial, di diskusikan juga terkait dengan altruisme. Altruisme adalah sikap atau naluri untuk memperhatikan dan mengutamakan kepentingan dan kebaikan orang lain. Seseorang yang melakukan altruisme disebut sebagai altruis. Segala kebaikan yang dilakukan seorang altruis biasanya muncul secara tulus tanpa ada rasa pamrih. Perilaku altruis sendiri contohnya yakni melakukan sesuatu untuk membantu orang lain tanpa mengharapkan imbalan. Berbagi sumber daya dengan orang lain bahkan saat diri sendiri sedang menghadapi kesulitan bahkan kelangkaan. Menunjukkan kepedulian terhadap kesejahteraan orang lain.

Pada materi **terakhir** kegiatan PKM , peserta kegiatan mendapatkan peningkatan pemahaman mengenai penerapan kompetensi sosial melalui habituasi kebiasaan yang akan meningkatkan *self confidence* pada individu.

Materi ini di paparkan oleh Ade Machnun Saputra; mahasiswa Magister Psikologi USM. **Self confidence** (percaya diri): ekspektasi kepada pencapaian yang mampu dilakukan seseorang berdasarkan evaluasi atas kemampuan dan performanya terdahulu. Ketika kita yakin pada kemampuan diri, maka cenderung semakin termotivasi mencapai tujuan dan memiliki motivasi yang lebih tinggi. Materi ini menekankan bahwa Bagi orang yang memiliki *self-confidence*, mereka tentu sangat menghargai diri sendiri serta kemampuannya. Mereka tak akan mudah tertekan oleh penilaian negatif dari orang lain, karena merasa dirinya adalah yang paling mengenal kelebihan sendiri. Lebih lanjut, individu yang tidak memiliki *self-confidence* atau terlalu rendah akan sulit menerima diri apa adanya dan kurang percaya diri. Rendahnya *self-confidence* bahkan diketahui dapat meningkatkan risiko **seseorang** mengalami gangguan cemas dan depresi. Gangguan tersebut biasanya tidak terlihat secara kasat mata.

Kegiatan PKM dilaksanakan dengan interaktif dan menarik sehingga dapat berjalan hangat dan mencairkan suasana karena terjadi interaksi yang aktif antara peserta dan narasumber. Keberhasilan PKM ini dilakukan dengan melakukan analisis deskriptif kualitatif lembar *pre test* , *post test* serta *feedback* yang diberikan peserta setelah kegiatan PKM dilakukan. Antusiasme peserta tampak dari kehadiran secara *on time* dan tidak meninggalkan ruang *zoom* sampai dengan acara berakhir. Para peserta memberikan *feedback* yang sangat positif .





Kesimpulan hasil dari kegiatan PKM tampak dari hasil peningkatan pemahaman peserta. Secara detil untuk mengetahui efektivitas dari kegiatan PKM yang telah dilakukan dengan menggunakan evaluasi *pre test dan post test*. Evaluasi ini dilakukan melalui penilaian segera atas pertanyaan deskriptif untuk pemahaman lebih dalam terkait pembahasan saat pelaksanaan kegiatan dilakukan dan feedback yang diberikan di akhir sesi PKM.

Pelaksanaan kegiatan PKM ini, dipublikasikan juga melalui media massa di url <https://suarabaru.id/2021/12/29/fakultas-psikologi-usm-universitas-sultan-fatah-gelar-pelatihan-peningkatan-kompetensi-sosial/>



KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan PKM yang telah dilakukan dengan tema peningkatan pemahaman kompetensi sosial pada mahasiswa dan sivitas akademika, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kompetensi Sosial berkaitan dengan keterampilan komunikasi, bersikap dan berinteraksi secara umum, baik itu dengan lingkup terkecil sampai dengan masyarakat secara luas.
2. *Self Esteem* atau harga diri mengacu pada bagaimana perasaanmu tentang diri kamu secara keseluruhan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi self esteem adalah jenis kelamin, inteligensi, kondisi fisik, lingkungan keluarga dan lingkungan sosial.



3. Perilaku prososial sebagai bagian dari kompetensi sosial adalah suatu tindakan menolong yang menguntungkan orang lain tanpa harus menyediakan suatu keuntungan langsung pada orang yang melakukan tindakan tersebut, dan mungkin bahkan melibatkan suatu resiko bagi orang yang menolongnya. Pengembangan perilaku prososial merupakan salah satu jenis kompetensi sosial yang penting
4. *Self confidence* (percaya diri) merupakan ekspektasi kepada pencapaian yang mampu dilakukan seseorang berdasarkan evaluasi atas kemampuan dan performanya terdahulu. Ketika kita yakin pada kemampuan diri, maka cenderung semakin termotivasi mencapai tujuan dan memiliki motivasi yang lebih tinggi.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Choi, E. H., Kim, E. K., & Kim, P. B. (2018). Effects of the Educational Leadership of Nursing Unit Managers on Team Effectiveness: Mediating Effects of Organizational Communication. *Asian Nursing Research*, 12(2), 99–105. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2018.03.001>
- [2] Gruslyte, M. (2021). Service-Learning in Social Work Education To Develop Social Work Competencies in University Students. *Education. Innovation. Diversity.*, 1(2), 41–47. <https://doi.org/10.17770/eid2021.1.5427>
- [3] Morata, E. G. (2020). Emotional and social competence: Their correlation in the conversational skills of selected college students. *Journal of Critical Reviews*, 7(11), 203–207. <https://doi.org/10.31838/jcr.07.11.32>
- [4] Nair, P. K., & Fahimirad, M. (2019). A qualitative research study on the importance of life skills on undergraduate students' personal and social competencies. *International Journal of Higher Education*, 8(5), 71–83. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v8n5p71>
- [5] Pazzaglia, F., Moè, A., Cipolletta, S., Chia, M., Galozzi, P., Masiero, S., & Punzi, L. (2020). Multiple dimensions of self-esteem and their relationship with health in adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph17082616>
- [6] Shofwan, I., Sugiarti, R., Erlangga, E., Yogatama, A., & Hariningsih. (2019). Indicator of teacher work stress. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 8(12).
- [7] Smith, S., Dutcher, K., Askar, M., Talwar, V., & Bosacki, S. (2019). Emotional competencies in emerging adolescence: relations between teacher ratings and student self-reports. *International Journal of Adolescence and Youth*, 24(1), 19–28. <https://doi.org/10.1080/02673843.2018.1455059>
- [8] Sugiarti, R., Erlangga, E., Purwaningtyastuti, P., & Suhariadi, F. (2021). The influence of parenting and friendship on self-esteem in adolescents. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9, 1307–1315. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6881>
- [9] Yudha, E. S., Fauzia, A. N., & Rusmana, N. (2019). Kompetensi Sosio-Emosional Peserta Didik Berbakat dalam Setting Pendidikan Inklusi. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(3), 225–232. <https://doi.org/10.30653/001.201933.103>



HALAMAN INI SENGAJA DI KOSONGKAN