



ANALISIS ANGER ISSUES TERHADAP SELF CONTROL ABILITIES DALAM KETERAMPILAN SOSIAL

Anisa Nurhalimah, Alya Zahra Rahmatika, Mina Holilah, Retno Ayu Hardiyanti

Universitas Pendidikan Indonesia, Jawa Barat, Indonesia

Email : anisahalihmah72@upi.edu, alyazahra@upi.edu, minaholilah@upi.edu, hardiyanti_retno@upi.edu

Abstrak

Anger issues sebagai bagian dari isu Kesehatan mental saat ini sedang menjadi sorotan Masyarakat. Anger issues adalah sebuah permasalahan terkait emosi marah dimana individu memiliki kesulitan dalam mengontrol amarah dan kemudian diimplementasikan dalam bentuk ucapan atau perbuatan agresif. Anger issues berkaitan dengan self-control abilities sebagai bagian dari struktur dalam keterampilan sosial. Keterampilan sosial akan mempengaruhi berbagai hubungan, baik personal maupun interpersonal sehingga apabila masalah ini berlanjut akan menimbulkan efek domino terhadap bangsa. Penelitian ini bertujuan untuk membahas mengenai anger issues dan menjelaskan anger issues berkaitan dengan self-control abilities dan keterampilan sosial. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang tidak memiliki anger issues cenderung memiliki self-control dan keterampilan sosial yang baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa anger issues berhubungan dengan keterampilan sosial sehingga juga dapat memengaruhi keterampilan sosial individu.

Kata kunci: Anger Issues, Keterampilan Sosial, Self-Control Abilities

Abstract

Anger issues as part of mental health issues are currently in the spotlight of the community. Anger issues are problems related to angry emotions where individuals have difficulty controlling anger and then implemented in the form of aggressive speech or actions. Anger issues relate to self-control abilities as part of the structure of social skills. Social skills will affect various relationships, both personal and interpersonal so that if this problem continues it will cause a domino effect on the nation. This study aims to discuss anger issues and explain anger issues related to self-control abilities and social skills. The approach used in this study is a qualitative approach with a descriptive method. The results of this study show that individuals who do not have anger issues tend to have good self-control and social skills. The results of this study show that individuals who do not have anger issues tend to have self-control and good social skills. So, it can be concluded that anger issues are related to social skills so that they can also affect individual social skills.

Keywords: Anger Issues, Social Skills, Self-Control Abilities

PENDAHULUAN

Dewasa ini, isu mengenai Kesehatan mental sangat digandrungi oleh Masyarakat Indonesia, dapat dilihat dari banyaknya kampanye, komunitas, dan Masyarakat yang mulai berani membicarakan mengenai isu ini. Hal ini menunjukkan *awareness* Masyarakat Indonesia terkait Kesehatan mental cenderung meningkat. Walaupun begitu, pada kenyataannya tingkat Kesehatan mental di Indonesia masih harus diperhatikan dan ditingkatkan, salah satunya dalam mengelola emosi. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, ditemukan bahwa sebanyak kurang lebih 19 juta penduduk Indonesia mengalami gangguan mental emosional. Terdapat banyak sekali jenis gangguan emosi pada manusia, salah satunya adalah *anger issues*. Menurut Legg (2019) *Anger issues* adalah sebuah permasalahan terkait emosi marah dimana individu memiliki kesulitan dalam mengontrol amarah dan kemudian diimplementasikan dalam bentuk ucapan atau perbuatan agresif yang nantinya akan disesali. Pada dasarnya kemarahan tidak dianggap sebagai gangguan dan merupakan emosi normal yang dialami manusia. Tetapi ketika kemarahan tersebut berlebihan, tak terkendali, dan tidak sesuai takaran, maka patut dicurigai sebagai gejala dari beberapa kondisi kesehatan mental (Nadya Yasmine

& Kurniawan, 2021).

Pada dasarnya pengelolaan emosi menjadi bagian dari *self-control abilities*. *Self-control abilities define as the self-initiated regulation of thoughts, feelings, and actions when enduringly valued goals conflict with momentarily more gratifying goals* (Duckworth, Taxer, Eskreis-Winkler, Galla, & Gross, 2019). Berdasarkan pernyataan tersebut dapat diketahui bahwa *self-control abilities* merupakan kemampuan dalam mengontrol diri ketika tujuan jangka Panjang bertentangan dengan tujuan yang memuaskan secara sesaat. Emosi turut menjadi bagian yang berada dalam ranah *self-control* tersebut. *Self-control abilities* bukan hanya memengaruhi hubungan personal, tetapi juga hubungan interpersonal. *Self-control abilities* sendiri termasuk ke dalam sub-struktur *emotional skills* dalam keterampilan sosial.

Emotional skills terintegrasi dan bertumpang tindih dengan *social cognition skills*, kemampuan ini bermanifestasi dalam berbagai komunikasi dan partisipasi kegiatan. Menurut Denham et al. (2003 dalam Fujita, Carnevale, & Trope, 2018)), kompetensi emosional mencakup unsur-unsur berikut: ekspresi emosional (kecenderungan untuk mengekspresikan pengaruh positif versus negatif), pengetahuan emosi (pemahaman dasar tentang emosi), dan regulasi emosi (kemampuan untuk memodifikasi / mengatasi dengan reaksi emosional). Selain kedua skills tersebut, terdapat skills lainnya yang menjadi sub-struktur dari keterampilan sosial, yaitu 1) *Interaction skills*; 2) *communication skills*; 3) *participation skills*; 4) *emotional skills*; dan 5) *social cognition skills*. *Interaction skills* merupakan kemampuan dalam manajemen dan kontrol interaksi timbal balik yang di dalamnya terdapat pula manajemen perilaku diri. *Communication skills* menjelaskan mengenai kemampuan untuk memulai dan juga mempertahankan kontak verbal dan non verbal (Jurevičienė¹, Kaffemanienė¹, Ruškus², 2012).

Struktur dari keterampilan sosial tersebut merupakan salah satu modal utama paling penting dalam kehidupan. Keterampilan sosial merupakan kemampuan seseorang dalam berkomunikasi dengan baik serta efektif baik verbal maupun non-verbal dengan orang lain (Ahsani & Azizah, 2021). *Social skills are competencies to be able to regulate feelings and thoughts that can be observed in the form of actions or actions that do not harm others and themselves* (Thomson, 1994). Berdasarkan pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial merupakan kemampuan seseorang untuk dapat berkomunikasi dengan orang lain baik secara verbal maupun non-verbal dan juga kemampuan dalam mengontrol perasaan yang direpresentasikan dengan Tindakan yang tidak menyakiti diri sendiri dan orang lain.

Keterampilan sosial menjadi salah satu kemampuan penting yang harus dimiliki oleh manusia. Keterampilan sosial dapat memengaruhi hubungan interpersonal dan pola komunikasi yang dilakukan. Bahkan keterampilan sosial yang tinggi dapat mempengaruhi pencapaian cita-cita, pengembangan diri, dan juga hubungan profesional. Diperlukan generasi dengan kecakapan keterampilan sosial yang tinggi apabila kita menginginkan kemajuan dan Pembangunan bangsa yang baik.

Penelitian ini dilakukan untuk mengungkap mengenai salah satu permasalahan dalam kecakapan sosial, yaitu *anger issues*. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan bagaimana *anger issues* dan *self-control abilities* juga keterampilan sosial saling berhubungan. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat diketahui lebih mendalam mengenai urgensi dari keterampilan sosial dan pengaruhnya juga penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk mencari solusi dari lemahnya keterampilan sosial tersebut

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Dikutip dari Lexy. J. Moleong (2018), menurut Bogdan dan Taylor, pendekatan kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang, dan mengamati perilaku seseorang atau suatu kelompok. Metode deskriptif itu sendiri merupakan suatu rumusan masalah yang memandu penelitian untuk menganalisis, menggambarkan dan meringkas kondisi atau masalah yang diteliti secara luas, menyeluruh, dan mendalam. Yang mana pengumpulan datanya merupakan hasil dari observasi, wawancara, dan dokumentasi (Linarwati et al., 2016).

Subjek penelitian yang difokuskan dalam penelitian ini, yaitu mahasiswa/mahasiswi Universitas Pendidikan Indonesia. Waktu dan tempat penelitian dilaksanakan pada tanggal 1-3 Agustus 2023 yang bertempat di *Zoom meeting*, *google meet*, dan *WhatsApp call*.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu wawancara dan

dokumentasi sebagai data primer. Data sekunder menggunakan telaah literatur melalui jurnal, buku, dan sumber lain yang relevan. Teknik wawancara yang peneliti gunakan ialah melakukan pertemuan secara online melalui *zoom meeting*, *google meet*, dan juga *WhatsApp call* dengan informan 1 mahasiswa/mahasiswi dari tiap fakultas yang ada di Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Bumi Siliwangi (FIP, FPIPS, FPMIPA, FPEB, FPBS, FPSD, FPTK, FPOK). Total yaitu ada 8 mahasiswa yang peneliti wawancarai.

Peneliti melakukan pengumpulan data dalam bentuk dokumentasi, yaitu dengan foto/*screenshoot* dalam *zoom meeting*, *google meet*, dan juga *WhatsApp call* dengan informan.

Analisis data yang dilakukan dimulai dengan menelaah seluruh data yang telah dikumpulkan dari proses pengumpulan data, mempelajari, menganalisis, menafsirkan, dan diakhiri dengan menarik kesimpulan akan data yang telah diambil di lapangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Anger issues

Anger issues yaitu kondisi dimana seseorang cenderung mudah marah secara berlebihan, baik kepada diri sendiri maupun orang lain. *Anger issues* merupakan reaksi untuk meluapkan perasaan yang tidak dapat tertangani dengan baik. Reaksi emosi yang tidak dapat tertangani ini akan berubah menjadi agresif dan berlebihan. Dikutip dari *healthline*, marah yang tidak terkendali dapat menimbulkan efek buruk bagi kesehatan mental dan fisik, yakni perubahan pada otak yang akan menurunkan produksi serotonin, dan meningkatkan perilaku marah dan agresif dikemudian hari. Hal ini dapat berpotensi menjadi kekerasan verbal maupun fisik yang bisa merugikan diri sendiri, orang lain, bahkan dapat meretakkan hubungan sosial (Nadya Yasmine & Kurniawan, 2021).

Menurut Greenberg dan Watson (2006), emosi marah merupakan respons yang dibawa sejak lahir yang berkaitan dengan frustrasi dan kekerasan. Marah juga merupakan respons alami dari serangan, dihina, ditipu, dan lain sebagainya. Semua manusia tentu merasakannya di beberapa kondisi. Seseorang yang menekan amarah ialah seseorang yang menyanggah perasaan marah yang kuat terhadap diri sendiri dan orang lain. Burns (1999) berpendapat bahwa emosi tersebut terluapkan melalui perubahan fisiologis dan perilaku, seperti gerak tubuh atau ucapan. Keadaan emosi seseorang pada dasarnya dapat diperhatikan secara fisiologis. Hal ini dikepresikan melalui perubahan ekspresi wajah, nada suara, dan juga gestur tubuh seseorang (Ahmad, 2021). Dikutip dari salah satu jurnal, emosi amarah tidak akan bisa hilang jika dibiarkan begitu saja, emosi tersebut nantinya akan menjadi kuat dan dapat menyebabkan masalah lainnya (Al Baqi, 2015; Susanti, Husni, & Fitriyani, 2014).

Apabila *anger issues* dibiarkan begitu saja, maka akan menimbulkan kekerasan hingga keresahan, juga dapat memperburuk hubungan sosial antara keluarga, pertemanan, hingga rekan kerja. Maka dari itu, dengan mencari tahu mengenai gejala atau tanda-tanda *anger issues* ini dapat sangat membantu untuk mendeteksi diri sendiri, apakah kita termasuk kedalam golongan orang-orang yang memiliki *anger issues* atau tidak. Gejala atau tanda-tanda *anger issues*, antara lain 1) Mudah marah bahkan karena hal sepele; 2) Merasa kesulitan mengendalikan amarah; 3) Merasa bersalah setelah meluapkan emosi kemarahannya; 4) Sering berkonflik dengan teman atau rekan kerja; 5) Saat marah cenderung berperilaku keras dan kasar; dan 6) Menyakiti orang lain secara verbal maupun fisik.

Anger issues dapat dikatakan juga sebagai ketidakmatangan emosi. Hal ini dapat disimpulkan dari pernyataan bahwa kematangan emosi sendiri merupakan kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol emosi secara tepat dan tidak meledak-ledak. Gill (2015) mengemukakan bahwa kematangan emosi seseorang adalah ketika seseorang tersebut tidak menunjukkan gangguan kondisi emosi.

Self-control abilities

Definisi dari *Self-control* menurut (Berk, 1995, hlm. 53) ialah kemampuan individu untuk

menghambat atau mencegah suatu impuls agar tidak muncul dalam bentuk tingkah laku yang melanggar atau bertentangan dengan moral. Lalu menurut Goldfried dan Merbaum (Muharsih, 2008, hlm. 16) berpendapat bahwa kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk Menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah yang positif. Menurut pakar ahli, yakni William George Jordan mendefinisikan *Self-control* ialah kecakapan individu dalam kepekaan terhadap membaca situasi diri dan lingkungannya, kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menunjukkan diri sendiri ketika melakukan sosialisasi .

Self-control abilities atau kemampuan mengontrol diri yang dikutip dari (Tangney, 2004, hlm. 271) mengemukakan bahwa pusat dari pengendalian diri ialah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan menyimpang. Tingkah laku seseorang dalam pengendalian diri ditentukan oleh dua faktor, yaitu faktor internal (usia), dan faktor eksternal (keluarga dan lingkungan). *Self-control abilities* sangat diperlukan agar seseorang tidak terlibat dalam pelanggaran norma-norma yang ada. Seseorang dengan *self-control abilities* yang baik akan menunjukkan karakteristik yang baik pula. Logue (1995) menggambarkan seseorang dengan *self-control abilities* yang baik akan berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku di manapun berada, mampu mengendalikan emosi, mampu dalam mengontrol stimulus, mampu mengambil keputusan yang bijaksana, dan mampu menafsirkan peristiwa/kejadian yang terjadi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone pada tahun 2004 ditemukan bahwa self-control yang baik memiliki keterkaitan dengan penyesuaian diri yang baik pula, berkontribusi terhadap keberhasilan dalam bidang akademik, mengurangi makan yang berlebihan, mengurangi penyalahgunaan alcohol dan memiliki hubungan serta keterampilan interpersonal yang baik (Handasah, 2022).

Keterampilan Sosial

Keterampilan sosial merupakan suatu kemampuan untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain dalam suatu konteks sosial yang dapat diterima atau dinilai juga menguntungkan orang lain dengan suatu cara yang spesifik. Keterampilan sosial memuat aspek-aspek untuk dapat hidup dan bekerjasama; kemampuan untuk dapat mengontrol diri sendiri dan orang lain; kemampuan untuk dapat menjalin komunikasi interpersonal; dan juga kemampuan untuk saling bertukar pikiran juga pengalaman sehingga tercipta iklim yang menyenangkan. Keterampilan sosial pada dasarnya dapat dipelajari dan diasah melalui interaksi dengan orang lain (Puspa, Rachman, & Cahyani, 2019; Simbolon, 2018).

Menurut Jurevičienė et al., (2012), struktur keterampilan sosial dapat dibagi menjadi 1) *Interaction skills*; 2) *communication skills*; 3) *participation skills*; 4) *emotional skills*; dan 5) *social cognition skills*. Sedangkan menurut Goleman (1999), dimensi keterampilan sosial sehingga dapat terjadi hubungan sosial yang lancar adalah 1) Dimensi pengaruh, dimensi ini menggambarkan kemampuan seseorang untuk mempengaruhi atau persuasif secara efektif sehingga orang lain dapat terpengaruh; 2) dimensi komunikasi, merupakan kemampuan seseorang untuk dapat mendengarkan pesan secara terbuka dan juga mengirimkan pesan kepada orang lain; 3) dimensi manajemen konflik, yaitu suatu dimensi yang merepresentasikan kemampuan seseorang dalam mengelola dan mengatasi konflik dengan cara yang baik; 4) dimensi kepemimpinan, dimensi ini menunjukkan kemampuan individu dalam memimpin dan membimbing individu lainnya ke arah yang baik; dan 5) dimensi katalisator perubahan, merupakan dimensi yang menggambarkan kemampuan individu dalam menginisiasi dan juga mengelola perubahan (Rahmania, 2017).

Anger issues terhadap *Self-control abilities*

Penjelasan – penjelasan sebelumnya telah membahas mengenai *anger issues* dan juga *self-control*

abilities. *Self-control abilities* secara general dapat disimpulkan sebagai kemampuan dalam mengontrol diri dalam berbagai aspek, salah satunya adalah dalam manajemen emosi. Sedangkan *anger issues* sendiri mengacu kepada permasalahan dalam mengontrol perasaan marah sebagai salah satu bentuk emosi. Wawancara yang dilakukan sebagai pengambilan data primer dibagi menjadi 3 kategori pertanyaan, yaitu kategori pertama berkaitan dengan indikasi *anger issues*, kategori kedua berkaitan dengan *self-control abilities*, dan kategori terakhir berkaitan dengan struktur keterampilan sosial yang dimiliki oleh informan. Berikut merupakan hasil wawancara secara general :

Tabel 1. Hasil Wawancara (General)

Informan	Indikasi Anger issues	Self-control abilities	Keterampilan Sosial
A (Laki-laki, 21 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik
B (Perempuan, 20 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik
C (Perempuan, 21 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik
D (Laki-laki, 20 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik
E (Laki-laki, 20 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik
F (Laki-laki, 20 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik
G (Perempuan, 23 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik
H (Perempuan, 20 thn)	Tidak memiliki indikasi	Tergolong baik	Baik

Berdasarkan tabel tersebut, dapat dilihat bahwa semua informan yang diwawancarai tidak memiliki indikasi *anger issues* dan memiliki *self-control abilities* juga keterampilan sosial yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa kemungkinan individu yang tidak memiliki *anger issues* untuk memiliki *self-control abilities* yang baik cenderung tinggi.

Kemampuan untuk menahan dan mengontrol diri juga emosi seorang individu merupakan bagian dari *self-control abilities*, sedangkan seseorang yang memiliki *anger issues* cenderung sulit mengontrol dan menahan dirinya ketika mengalami kemarahan. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa tingkat kematangan emosi berhubungan kuat dengan control diri. Jika kematangan emosi pada individu tinggi maka control diri juga tinggi sehingga individu akan memiliki kemampuan beradaptasi secara lebih baik. Anger issues sebagai salah satu bentuk ketidakmatangan emosi berhubungan juga dengan self-control, dimana didapatkan hasil bahwa individu yang tidak memiliki anger issues cenderung memiliki self-control yang baik sehingga mampu beradaptasi dengan baik juga. Adaptasi sendiri merupakan salah satu bentuk keterampilan sosial (Handasah, 2022)

KESIMPULAN

Anger issues yaitu kondisi dimana seseorang cenderung mudah marah secara berlebihan, baik kepada diri sendiri maupun orang lain. Anger issues merupakan reaksi untuk meluapkan perasaan yang tidak dapat tertangani dengan baik. Reaksi emosi yang tidak dapat tertangani ini akan berubah menjadi agresif dan berlebihan. Self-control abilities bukan hanya memengaruhi hubungan personal, tetapi juga hubungan interpersonal. Self-control abilities sendiri termasuk ke dalam sub-struktur emotional skills dalam keterampilan sosial. Keterampilan sosial merupakan suatu kemampuan untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain dalam suatu konteks sosial yang dapat diterima atau dinilai juga menguntungkan orang lain dengan suatu cara yang spesifik. Berdasarkan hasil wawancara yang telah

peneliti lakukan, menunjukkan bahwa kemungkinan individu yang tidak memiliki anger issues untuk memiliki self-control abilities yang baik cenderung tinggi. Data hasil wawancara tersebut mendukung bahwa anger issues berhubungan dengan self-control abilities yang juga akan memengaruhi keterampilan sosial seseorang

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, H. (2021). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Realita: Bimbingan Dan Konseling (Jrbk)2021*, 6(2).
- Ahsani, E. L. F., & Azizah, N. R. (2021). Implementasi Literasi Budaya Dan Kewargaan Untuk Mengembangkan Keterampilan Sosial Siswa Madrasah Ibtidaiyah Di Tengah Pandemi. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 11(01).
- Al Baqi, S. (2015). Ekspresi Emosi Marah. *buletin psikologi*, 23(1), 22–30.
- Duckworth, A. L., Taxer, J. L., Eskreis-Winkler, L., Galla, B. M., & Gross, J. J. (2019). Self-Control And Academic Achievement. *Annu. Rev. Psychol*, 70, 373–399. Doi: 10.1146/Annurev-Psych-010418
- Fujita, K., Carnevale, J. J., & Trope, Y. (2018). Understanding Self-Control As A Whole Vs. Part Dynamic. *Neuroethics*, 11(3), 283–296. Doi: 10.1007/S12152-016-9250-2
- Gill, S. B. S. (2015). Emotional Intelligence In Relation To Emotional Maturity And Emotional Competence Of Secondary School Students. *The Global Journal Of Multidisciplinary Studies*, 4(6).
- Handasah, R. (2022). Pengaruh Kematangan Emosi Terhadap Agresivitas Dimediasi Oleh Kontrol Diri Pada Siswa SMA Negeri Di Kota Malang. *Happiness Journal Of Psychology And Islamic Science*, 2(2), 121–133. Doi: 10.30762/Happiness.V2i2.345
- Jurevičienė¹, M., Kaffemanienė¹, I., & Ruškus², J. (2012). Concept And Structural Components Of Social Skills.
- Linarwati, M., Fathoni, A., Minarsih, M. M., Jurusan, M., Fakultas, M., Dan, E., ... Manajemen, J. (2016). Studi Deskriptif Pelatihan Dan Pengembangan Sumberdaya Manusia Serta Penggunaan Metode Behavioral Event Interview Dalam Merekrut Karyawan Baru Di Bank Mega Cabang Kudus. In *Journal Of Management (Vol. 2)*.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nadya Yasmine, A., & Kurniawan, A. (2021). Gambaran Anger Issues, Coping Stress, Dan Risiko PTSD Pada Taruna Marinir AAL Selama Dikko. *BRPKM Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 985–1002. Retrieved From [Http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Index.Php/BRPKM](http://E-Journal.Unair.Ac.Id/Index.Php/BRPKM)
- Puspa, S., Rachman, D., & Cahyani, I. (2019). Perkembangan Keterampilan Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal*, 2(1).
- Rahmania, F. (2017). Hubungan Antara Pola Asuh Demokratis Orang Tua Dengan Keterampilan Sosial Anak Pada Usia 5-6 Tahun Skripsi. Universitas 17 Agustus 1945, Surabaya.
- Simbolon, E. T. (2018). Pentingnya Keterampilan Sosial Dalam Pembelajaran. *Jurnal Christian Humaniora*, 2(1).
- Susanti, R., Husni, D., & Fitriyani, E. (2014). Perasaan Terluka Membuat Marah. In *Jurnal Psikologi (Vol. 10)*.
- Thomson, R. (1994). *Social Skills In Interpersonal Communication*. Blackwell Scientific Publications. Doi: <https://doi.org/10.1046/J.1365-2648.1994.20061176-3.X>



This work is licensed under a **Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License**