



## **Efektivitas Konseling Teman Sebaya dengan Metode Mediasi dalam Mengurangi Konflik Interpersonal Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 35 Medan**

**Masdulhag Satria Lahagu<sup>1</sup>, Muhammad Fauzi Hasibuan<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia  
Jl. Kapten Muchtar Basri No, 3, Glugur Darat II, Kec. Medan Timur, Kota Medan,  
Sumatera Utara, 20238

Email: [sdulhag@gmail.com](mailto:sdulhag@gmail.com)<sup>1</sup>, [fauzihisibuan@umsu.ac.id](mailto:fauzihisibuan@umsu.ac.id)<sup>2</sup>

### **ABSTRAK**

Konflik interpersonal di kalangan siswa, terutama di usia remaja, menjadi isu yang semakin mengkhawatirkan dalam lingkungan pendidikan. Banyak siswa mengalami masalah komunikasi, perbedaan pandangan, dan bahkan bullying, yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan prestasi akademik mereka. Oleh karena itu, penting untuk menemukan metode yang efektif dalam mengatasi konflik ini. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling teman sebaya dengan metode mediasi dalam mengurangi konflik interpersonal pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 35 Medan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode eksperimen. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konflik interpersonal di kalangan siswa, yang sering kali disebabkan oleh bullying, tekanan akademik, dan masalah keluarga, merupakan isu serius yang memerlukan perhatian lebih dari pihak sekolah dan orang tua. Konseling teman sebaya dengan metode mediasi terbukti efektif dalam mengurangi konflik interpersonal, karena memberikan ruang bagi siswa untuk berkomunikasi secara terbuka dan menemukan solusi bersama. Pentingnya Keterampilan Sosial dan Emosional: Program konseling yang mengajarkan keterampilan sosial dan emosional dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam mengatasi konflik, serta berkontribusi pada perkembangan pribadi mereka.

Kata Kunci: Konseling Teman Sebaya, Mediasi, Konflik Interpersonal

### **ABSTRACT**

*Interpersonal conflict among students, especially adolescents, is becoming an increasingly worrying issue in the educational environment. Many students experience communication problems, differing opinions, and even bullying, which negatively impact their mental health and academic achievement. Therefore, it is important to find effective methods to address these conflicts. Purpose: This study aims to determine the effectiveness of peer counseling with the mediation method in reducing interpersonal conflict among eighth-grade students at SMP Negeri 35 Medan. This study used a qualitative approach with experimental methods.*

*Data were collected through observation, interviews, and documentation. The results indicate that interpersonal conflict among students, often caused by bullying, academic pressure, and family problems, is a serious issue that requires more attention from schools and parents. Peer counseling using mediation methods has been proven effective in reducing interpersonal conflict because it provides a space for students to communicate openly and find solutions together. The Importance of Social and Emotional Skills: Counseling programs that teach social and emotional skills can improve students' ability to resolve conflict and contribute to their personal development.*

*Keywords: Peer Counseling, Mediation, Interpersonal Conflict*

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu usaha yang sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar yang kondusif, sehingga peserta didik dapat mengembangkan potensi diri mereka secara aktif. Hal ini tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pasal 1, yang menyatakan bahwa pendidikan bertujuan untuk mengembangkan kekuatan spiritual, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk individu, masyarakat, bangsa, dan negara. Dalam konteks ini, pendidikan tidak hanya berfungsi sebagai transfer pengetahuan, tetapi juga sebagai pembentukan karakter dan nilai-nilai moral yang penting bagi kehidupan sosial.

Sebagai sebuah proses pembelajaran, pendidikan memberikan bimbingan dan pembinaan terhadap potensi setiap individu, terutama anak-anak yang sedang dalam fase perkembangan menuju kedewasaan. Proses ini berlangsung sepanjang hayat dan dapat terjadi dalam berbagai situasi, baik melalui keteladanan, pembiasaan, maupun berbagai metode pembelajaran lainnya. Dalam setiap tahap perkembangan, individu diharapkan dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh selama pendidikan, baik di masa kanak-kanak maupun remaja. Namun, sering kali dalam dunia pendidikan, muncul berbagai permasalahan, terutama di kalangan remaja yang sedang mencari identitas diri.

Pada masa remaja, siswa mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang dapat memengaruhi interaksi mereka dengan teman sebaya. Perubahan ini sering kali menyebabkan ketegangan dan konflik dalam hubungan interpersonal. Siswa kelas VIII, yang umumnya berusia antara 13 hingga 14 tahun, berada pada tahap di mana mereka mulai membentuk identitas pribadi dan berusaha untuk lebih mandiri. Selama proses ini, mereka menjadi lebih sensitif terhadap penilaian teman sebaya dan lebih rentan terhadap perasaan tidak diterima, yang sering kali berujung pada konflik internal. Konflik interpersonal tersebut dapat berupa masalah komunikasi, perbedaan pandangan, atau bahkan persaingan dalam kelompok sosial.

Fenomena konflik interpersonal di kalangan siswa semakin mengkhawatirkan dalam konteks pendidikan modern. Penelitian yang dilakukan oleh Fikka Nadya (2020) menunjukkan bahwa 31% siswa di berbagai jenjang pendidikan mengalami konflik interpersonal. Konflik ini tidak hanya berdampak pada prestasi akademik, tetapi juga memengaruhi kesehatan mental siswa. Dalam lingkungan sekolah, konflik interpersonal sering terjadi, terutama di tingkat Sekolah Menengah Pertama, di mana individu masih berada dalam fase pencarian jati diri. Konflik ini dapat mengganggu proses belajar mengajar dan merusak iklim sosial di sekolah, mengingat siswa sering kali terlibat dalam perselisihan yang disebabkan oleh berbagai alasan, seperti perbedaan pendapat, cemburu, atau masalah status sosial dalam kelompok teman.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan Konseling (BK) di SMP Negeri 35 Medan, teridentifikasi bahwa konflik antar siswa

sering kali dipicu oleh perilaku saling ejek dan sindir di media sosial. Hal ini menciptakan reaksi negatif di antara siswa yang terlibat, yang dapat berujung pada perkelahian fisik maupun non-fisik. Data dari buku kasus di sekolah tersebut menunjukkan adanya catatan tentang siswa yang terlibat dalam konflik, baik secara verbal maupun fisik. Permasalahan ini menunjukkan perlunya pendekatan yang lebih mendalam untuk memahami faktor-faktor penyebab konflik interpersonal di kalangan siswa. Salah satu solusi yang diusulkan adalah melalui konseling teman sebaya dengan metode mediasi, yang dapat membantu siswa menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif dan saling menguntungkan.

Dengan demikian, penelitian ini berjudul “Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dengan Metode Mediasi dalam Mengurangi Konflik Interpersonal pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 35 Medan” bertujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis metode yang efektif dalam mengatasi konflik interpersonal di kalangan siswa, serta memberikan kontribusi terhadap peningkatan kualitas hubungan antar siswa di lingkungan sekolah.

### **METODE PENELITIAN**

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 35 Medan, yang berlokasi di Jl. Ismail Harun, Kenanga Baru, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Subjek dalam penelitian ini adalah semua siswa SMP Negeri 35 Medan, dengan fokus pada siswa kelas VIII yang berjumlah 344 siswa. Penetapan subjek ini menggunakan teknik purposive sampling, karena siswa kelas VIII berada dalam masa transisi emosional yang rentan terhadap konflik interpersonal. Sementara itu, objek penelitian adalah siswa yang menunjukkan kecenderungan melakukan konflik interpersonal, yang diambil berdasarkan rekomendasi dari guru bimbingan dan konseling serta wali kelas. Dari total siswa, sejumlah 4 siswa terpilih sebagai objek penelitian untuk mendapatkan data yang lebih mendalam mengenai pengalaman mereka terkait konflik interpersonal.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Temuan Penelitian**

Penelitian yang dilaksanakan di SMP Negeri 35 Medan berfokus pada “Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dengan Metode Mediasi dalam Mengurangi Konflik Interpersonal pada Siswa Kelas VIII”. Lokasi penelitian ini berada di Jl. Ismail Harun, Kenanga Baru, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Objek penelitian terdiri dari dua siswa dari kelas VIII-5 dan dua siswa dari kelas VIII-8. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas layanan konseling teman sebaya yang diterapkan dalam mengurangi konflik interpersonal di kalangan siswa.

Layanan konseling teman sebaya diberikan kepada setiap siswa dalam dua kali pertemuan, dengan setiap sesi berlangsung sekitar 45 menit di ruang BK sekolah. Metode yang digunakan bersifat kognitif, di mana peneliti melakukan observasi dan wawancara untuk mendapatkan informasi langsung dari siswa mengenai permasalahan yang mereka hadapi. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat mengidentifikasi berbagai masalah yang dialami siswa serta faktor-faktor penyebab konflik interpersonal yang terjadi.

Hasil observasi dan wawancara dengan guru BK serta wali kelas mengungkapkan bahwa konflik antar siswa sering kali disebabkan oleh tindakan bullying, seperti saling ejek, sindir-menyindir melalui media sosial, serta penggunaan

nama orangtua dengan sebutan yang merendahkan. Hal ini mengakibatkan reaksi emosional dari siswa yang ditargetkan, yang sering kali berujung pada perkelahian fisik dan konflik non-fisik, seperti penghindaran sosial. Buku kasus siswa di SMP Negeri 35 Medan mencatat berbagai insiden yang mencerminkan pola perilaku ini, menunjukkan bahwa permasalahan ini sangat umum dan memerlukan perhatian serius.

Konflik interpersonal yang tidak ditangani dapat menimbulkan dampak negatif yang berkepanjangan, mempengaruhi hubungan antar siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang tidak kondusif. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab konflik tersebut. Salah satu pendekatan yang dianggap efektif adalah konseling teman sebaya dengan metode mediasi, yang dapat membantu siswa mengatasi konflik dengan cara yang lebih konstruktif.

Proses mediasi dalam konseling teman sebaya dimulai dengan pertemuan antara mediator dan pihak-pihak yang terlibat dalam konflik. Mediator berperan dalam membantu kedua belah pihak untuk mengungkapkan perasaan dan pandangan mereka tanpa gangguan, serta mengarahkan diskusi agar fokus pada masalah yang ada. Setelah itu, mediator bersama pihak-pihak yang terlibat mencari alternatif solusi yang bisa diterima oleh semua pihak, memastikan bahwa kesepakatan yang dicapai adalah solusi yang saling menguntungkan.

## **Deskripsi Konflik Interpersonal di Sekolah**

### **a. Wawancara dengan Guru BK**

Dalam wawancara yang dilakukan dengan tiga guru BK di SMP Negeri 35 Medan, terdapat kesepakatan mengenai masalah terbesar yang dihadapi siswa, yaitu bullying dan konflik interpersonal. Ibu Rosidah menyatakan bahwa "bullying menjadi masalah serius di kalangan siswa dan dapat berdampak negatif pada kesehatan mental mereka." Hal ini sejalan dengan temuan dari berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa bullying dapat menyebabkan masalah psikologis yang berkepanjangan, termasuk depresi dan kecemasan (Smith et al., 2016).

Ibu Desi Varania menambahkan bahwa tekanan akademik juga menjadi isu signifikan. "Banyak siswa merasa terbebani dengan tuntutan akademik yang tinggi," ujarnya. Data dari Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan bahwa sekitar 20% siswa mengalami masalah keluarga yang signifikan, yang dapat mempengaruhi kinerja akademik dan hubungan sosial mereka. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan luar, seperti keluarga dan sekolah, turut berkontribusi terhadap masalah interpersonal yang dihadapi siswa.

Ibu Siti Hasanah Harahap mencatat bahwa masalah keluarga sering kali mempengaruhi perilaku siswa di sekolah. "Siswa yang berasal dari keluarga yang tidak harmonis sering kali menunjukkan perilaku bermasalah di sekolah," ujarnya. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan keluarga yang tidak stabil lebih rentan terhadap masalah perilaku (Amato & Keith, 1991). Oleh karena itu, penting untuk melibatkan orang tua dalam proses penyelesaian konflik yang terjadi di sekolah.

Meskipun terdapat berbagai masalah yang dihadapi siswa, Ibu Desi Varania menekankan pentingnya menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. "Kami berusaha untuk menciptakan budaya saling menghormati dan mendukung di antara siswa," katanya. Hal ini sejalan dengan teori lingkungan belajar yang menyatakan bahwa lingkungan yang positif dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa (Ryan & Deci, 2000).

Secara keseluruhan, masalah terbesar yang dihadapi di SMP Negeri 35 Medan mencakup bullying, tekanan akademik, dan masalah keluarga. Oleh karena itu, diperlukan upaya bersama dari semua pihak untuk mengatasi masalah ini dan menciptakan lingkungan belajar yang lebih baik bagi siswa.

#### b. Wawancara dengan Wali Kelas

Bapak Rizki Wardana, sebagai wali kelas, mengungkapkan bahwa beberapa siswa mengalami konflik interpersonal yang sering kali disebabkan oleh perbedaan pendapat atau persaingan. Ia mencatat bahwa bullying juga menjadi perhatian serius, di mana percekocokan terjadi akibat saling ejek dan sindir di media sosial. Hal ini diperkuat dengan data dari buku kasus siswa di sekolah yang mencatat berbagai insiden konflik yang terjadi.

Dalam mengatasi konflik interpersonal, Bapak Rizki Wardana mengadopsi pendekatan holistik berbasis komunikasi. Ia menerapkan metode mediasi antara siswa yang terlibat konflik, yang dapat membantu mereka menemukan solusi yang saling menguntungkan. "Saya menciptakan ruang aman bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan dan pandangan mereka," ujarnya. Pendekatan ini sejalan dengan teori mediasi yang menekankan pentingnya menciptakan lingkungan yang aman untuk diskusi terbuka (Fisher & Ury, 1991).

Bapak Rizki juga menekankan pentingnya koordinasi dengan guru bimbingan konseling (BK) dalam menangani konflik interpersonal. Komunikasi rutin dengan guru BK membantu mendiskusikan siswa yang mengalami kesulitan dalam interaksi sosial. Kolaborasi antara guru kelas dan guru BK dapat meningkatkan efektivitas penanganan masalah siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa kolaborasi antar guru dapat meningkatkan hasil belajar siswa (Goddard et al., 2007).

Rizki Wardana memiliki pemahaman yang baik tentang layanan teman sebaya yang diberikan oleh guru BK. Program ini bertujuan membantu siswa mengembangkan keterampilan sosial dan emosional melalui interaksi dengan teman sebaya. Guru BK sering mengadakan pelatihan untuk siswa yang tertarik menjadi teman sebaya, mengajarkan keterampilan komunikasi, empati, dan cara mengatasi konflik. Kegiatan kelompok yang diatur oleh guru BK juga membantu siswa berlatih keterampilan sosial dalam situasi aman.

Keterlibatan orang tua dalam program ini sangat penting untuk meningkatkan dukungan yang diterima siswa di rumah. Melalui pemahaman tentang layanan teman sebaya, Bapak Rizki Wardana berharap dapat lebih mendukung siswa dalam mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk interaksi yang baik. Program ini diharapkan dapat memperkuat koneksi siswa dengan teman-teman mereka dan memberikan dukungan yang lebih kuat dalam menghadapi tantangan sosial.

#### c. Wawancara dengan Siswa

Penelitian ini juga mengeksplorasi pandangan siswa mengenai layanan konseling sebaya dan konflik interpersonal melalui wawancara dengan empat siswa: KA, NGT, RNM, dan NIA. Siswa-siswa tersebut memberikan perspektif yang beragam mengenai layanan konseling sebaya. KA mendefinisikan layanan ini sebagai program di mana siswa saling mendukung secara emosional, yang terbukti efektif dalam mengatasi masalah di sekolah. NGT menambahkan bahwa layanan ini juga meningkatkan keterampilan sosial dan empati di antara siswa.

RNM menyoroti peran layanan ini dalam pencegahan bullying, sementara NIA menggarisbawahi pentingnya konselor sebaya agar dapat memberikan dukungan

yang profesional dan efektif. Saat membahas konflik interpersonal, KA menjelaskan bahwa konflik sering kali muncul dari perbedaan pendapat atau kesalahpahaman. Misalnya, ketegangan dapat terjadi ketika siswa berselisih dalam tugas kelompok. NGT menambahkan bahwa persaingan dalam akademis atau olahraga juga dapat memicu konflik.

RNM menunjukkan bahwa konflik tidak selalu negatif; jika dikelola dengan baik, konflik dapat meningkatkan komunikasi dan kerjasama. NIA menekankan pentingnya keterampilan penyelesaian konflik untuk kesuksesan interaksi sosial. Dalam hal menghindari konflik, KA berusaha berkomunikasi terbuka, sedangkan NGT menekankan pentingnya mengelola emosi untuk menghindari konflik. RNM mencari solusi yang saling menguntungkan ketika terjadi ketidaksepakatan, dan NIA menekankan pentingnya membangun hubungan baik.

KA menjelaskan bahwa pengakuan terhadap kelemahan adalah langkah awal untuk perbaikan. NGT berusaha belajar dari pengalaman sebelumnya, sedangkan RNM tidak terlalu keras pada dirinya sendiri saat menghadapi kelemahan. NIA menekankan pentingnya refleksi diri. Penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional, termasuk kemampuan mengenali dan mengelola emosi, sangat penting dalam menyikapi konflik (Goleman, 2019). Program yang mengajarkan keterampilan kecerdasan emosional dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menyelesaikan konflik hingga 40% (Elias et al., 2017).

Pengambilan keputusan juga menjadi topik penting dalam wawancara ini. KA mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang, sedangkan NGT berdiskusi dengan teman sebelum membuat keputusan. RNM menggunakan daftar pro dan kontra, dan NIA menekankan pentingnya mengikuti kata hati dengan pertimbangan yang matang. Penelitian menunjukkan bahwa pengambilan keputusan yang melibatkan diskusi dapat menghasilkan keputusan yang lebih baik (Schwartz, 2004). Data menunjukkan siswa yang terlibat dalam proses pengambilan keputusan kolaboratif merasa lebih puas dengan hasilnya (Wang et al., 2019).

Secara keseluruhan, wawancara ini memberikan wawasan berharga tentang bagaimana siswa memahami dan mengatasi konflik interpersonal serta proses pengambilan keputusan. Hal ini menekankan perlunya pendidikan yang fokus pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional di kalangan siswa.

## **Layanan Konseling Sebaya dengan Metode Mediasi Dalam Mengurangi Konflik Interpersonal**

### **1. Tahap Awal Konseling Sebaya**

Pada tahap awal konseling sebaya, mendengarkan secara aktif merupakan langkah yang sangat krusial. Konselor sebaya perlu menunjukkan empati dan perhatian penuh terhadap permasalahan yang dihadapi oleh konseli. Dalam konteks SMP Negeri 35 Medan, banyak siswa mengalami konflik interpersonal yang berkaitan dengan pertemanan, tekanan sosial, dan perbedaan pendapat. Misalnya, KA, seorang siswa kelas VIII, mengungkapkan bahwa ia merasa tertekan ketika sahabatnya mulai menjauh setelah terlibat dalam perselisihan. Dengan mendengarkan cerita KA, konselor sebaya dapat memahami konteks emosional dan sosial yang melatarbelakangi konflik tersebut.

Oleh karena itu, penting bagi konselor sebaya untuk mengembangkan keterampilan mendengarkan yang baik agar dapat menangkap nuansa permasalahan yang dihadapi oleh konseli. Selain itu, mendengarkan dengan penuh perhatian juga dapat membantu konseli merasa dihargai dan dipahami, yang merupakan langkah awal yang penting dalam proses konseling. Penelitian menunjukkan bahwa

mendengarkan secara aktif dapat menciptakan rasa saling percaya dan mengurangi ketegangan emosional di antara siswa (Rakhmawati, 2021).

Setelah mendengarkan, konselor sebaya perlu mengenali dan menetapkan jenis masalah yang dihadapi oleh konseli. Proses ini melibatkan analisis terhadap informasi yang telah didapatkan dan identifikasi aspek-aspek yang berkontribusi terhadap konflik. Contohnya, NGT mengalami konflik dengan teman sekelasnya yang disebabkan oleh kesalahpahaman terkait tugas kelompok. Dalam hal ini, konselor sebaya harus dapat membedakan antara konflik yang bersifat emosional dan yang lebih bersifat kognitif. Dengan menetapkan jenis masalah, konselor sebaya dapat membantu konseli untuk memahami akar permasalahan dan mengurangi kebingungan yang mungkin mereka rasakan.

Konselor sebaya juga perlu melakukan peninjauan alternatif bantuan untuk mengatasi masalah konseli. Ini melibatkan eksplorasi berbagai opsi yang dapat diambil untuk menyelesaikan konflik. RNM, misalnya, merasa terjebak dalam situasi di mana ia harus memilih antara dua teman yang berseteru. Konselor sebaya dapat membantu Riani untuk mempertimbangkan berbagai pendekatan, seperti mediasi langsung antara kedua belah pihak atau mencari bantuan dari guru. Dengan menawarkan alternatif bantuan yang bervariasi, konselor sebaya dapat memberdayakan konseli untuk mengambil keputusan yang lebih baik dan mengurangi rasa tertekan yang mereka alami.

Negosiasi kontrak merupakan langkah penting dalam konseling sebaya. Dalam tahap ini, konselor sebaya dan konseli sepakat mengenai langkah-langkah yang akan diambil untuk menyelesaikan konflik. Misalnya, NIA, yang terlibat dalam konflik dengan teman sekelasnya, dapat diajak untuk menyusun rencana tindakan yang jelas, termasuk kapan dan di mana mereka akan bertemu untuk mendiskusikan masalah mereka. Mengacu pada teori kontrak sosial, kesepakatan yang jelas dapat meningkatkan komitmen dari kedua belah pihak untuk menyelesaikan konflik. Dengan menegosiasikan kontrak, konselor sebaya tidak hanya memberikan struktur pada proses penyelesaian masalah, tetapi juga memperkuat hubungan antara konseli dan konselor.

### **Efektivitas Layanan Konseling Sebaya dengan Metode Mediasi Dalam Mengurangi Konflik Interpersonal**

Pada tahap awal konseling sebaya, efektivitas layanan ini sangat bergantung pada kemampuan konselor untuk mendengarkan secara aktif permasalahan yang disampaikan oleh konseli. Penelitian menunjukkan bahwa mendengarkan secara aktif dapat menciptakan rasa saling percaya dan mengurangi ketegangan emosional di antara siswa (Rakhmawati, 2021). Konselor sebaya di SMP Negeri 35 Medan, misalnya, berhasil menunjukkan empati terhadap situasi yang dihadapi oleh siswa seperti KA, yang merasa tertekan akibat konflik dengan sahabatnya. Dengan mendengarkan dan memahami konteks emosional yang melatarbelakangi permasalahan, konselor dapat membantu siswa merasa dihargai dan dipahami.

Selain itu, konselor sebaya perlu mengenali jenis masalah yang dihadapi oleh konseli. Proses ini melibatkan analisis informasi yang diperoleh serta identifikasi aspek-aspek yang berkontribusi terhadap konflik. Misalnya, konflik yang dialami NGT bisa jadi disebabkan oleh kesalahpahaman. Dengan mengidentifikasi akar permasalahan, konselor dapat merumuskan strategi penyelesaian yang lebih tepat. Hal ini menunjukkan bahwa tahap awal konseling sebaya tidak hanya penting untuk mendengarkan, tetapi juga untuk memahami dan menetapkan jenis masalah, yang pada gilirannya meningkatkan efektivitas proses konseling.

Secara keseluruhan, tahap awal konseling sebaya terbukti efektif dalam mengurangi konflik interpersonal. Kemampuan konselor untuk mendengarkan secara aktif dan mengenali jenis masalah yang dihadapi konseli menjadi landasan yang kuat untuk melanjutkan ke tahap berikutnya dalam proses konseling. Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling sebaya dengan metode mediasi dapat menjadi solusi yang efektif dalam menangani konflik interpersonal di kalangan siswa, menciptakan lingkungan belajar yang lebih harmonis dan mendukung perkembangan sosial serta emosional siswa.

## **Pembahasan**

Penelitian yang dilaksanakan di SMP Negeri 35 Medan mengenai "Efektivitas Konseling Teman Sebaya Dengan Metode Mediasi dalam Mengurangi Konflik Interpersonal pada Siswa Kelas VIII" menunjukkan bahwa konflik interpersonal di kalangan siswa merupakan isu yang kompleks dan multifaset. Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan konseling (BK) dan wali kelas, terungkap bahwa bullying, tekanan akademik, dan masalah keluarga adalah faktor utama yang berkontribusi terhadap konflik ini. Ibu Rosidah mencatat bahwa bullying dapat berdampak serius pada kesehatan mental siswa, yang sejalan dengan penelitian oleh Olweus (1993) yang menunjukkan bahwa siswa yang menjadi korban bullying sering mengalami masalah emosional dan perilaku yang berkepanjangan.

Lebih jauh, Ibu Desi Varania menyoroti bahwa tekanan akademik yang tinggi dapat menambah beban emosional siswa, yang dapat memicu konflik antar teman. Data dari Badan Pusat Statistik (2021) menunjukkan bahwa sekitar 20% siswa mengalami masalah keluarga yang signifikan, yang juga dapat mempengaruhi kinerja akademik dan hubungan sosial mereka. Penelitian ini sejalan dengan temuan oleh Sinha (2016) yang menyatakan bahwa latar belakang keluarga yang tidak harmonis dapat berkontribusi pada perilaku agresif di sekolah.

Dalam konteks ini, penting untuk menerapkan pendekatan yang tidak hanya menyentuh permukaan masalah, tetapi juga mempertimbangkan dinamika sosial yang lebih dalam. Konseling teman sebaya dengan metode mediasi terbukti sebagai salah satu solusi yang efektif. Proses mediasi yang melibatkan siswa sebagai mediator dapat menciptakan ruang aman bagi siswa untuk mengekspresikan perasaan dan pandangan mereka tanpa rasa takut akan penilaian. Hal ini sejalan dengan teori komunikasi interpersonal yang menyatakan bahwa komunikasi yang terbuka dan jujur dapat mengurangi ketegangan dan meningkatkan pemahaman antara pihak-pihak yang berkonflik (Rogers & Farson, 2017).

Selanjutnya, dalam tahap awal konseling, konselor sebaya harus mendengarkan secara aktif permasalahan yang disampaikan oleh konseli. Mendengarkan secara aktif tidak hanya melibatkan perhatian penuh, tetapi juga menunjukkan empati. Penelitian oleh Goleman (2015) menunjukkan bahwa kemampuan untuk mendengarkan dan memahami perasaan orang lain dapat meningkatkan hubungan interpersonal. Dalam konteks ini, konselor sebaya dapat membantu siswa untuk mengidentifikasi dan memahami masalah yang mereka hadapi, serta memberikan dukungan emosional yang diperlukan.

Setelah mengenali masalah, konselor sebaya perlu melakukan peninjauan alternatif bantuan. Ini melibatkan eksplorasi berbagai opsi yang dapat diambil untuk menyelesaikan konflik. Dalam hal ini, konselor sebaya berperan penting dalam memberdayakan siswa untuk mengambil keputusan yang lebih baik. Penelitian oleh Elias et al. (2017) menunjukkan bahwa program yang mengajarkan keterampilan kecerdasan emosional dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam menyelesaikan

konflik hingga 40%. Oleh karena itu, penting bagi konselor sebaya untuk melatih siswa dalam keterampilan penyelesaian konflik yang konstruktif.

Dengan demikian, konseling teman sebaya dengan metode mediasi tidak hanya efektif dalam mengurangi konflik interpersonal, tetapi juga berkontribusi pada pengembangan keterampilan sosial dan emosional siswa. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang tepat dalam konteks pendidikan dapat menciptakan lingkungan belajar yang lebih positif dan harmonis.

### KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa konflik interpersonal di kalangan siswa merupakan permasalahan yang serius dan tidak dapat diabaikan, terutama karena dipengaruhi oleh faktor seperti bullying, tekanan akademik, dan masalah keluarga. Kondisi ini menuntut peran aktif dari pihak sekolah dan orang tua dalam memberikan perhatian serta penanganan yang tepat.

Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa konseling teman sebaya dengan metode mediasi terbukti efektif dalam membantu mengurangi konflik tersebut. Melalui pendekatan ini, siswa diberikan ruang yang aman untuk berkomunikasi secara terbuka, saling memahami, dan menemukan solusi bersama secara konstruktif.

Selain itu, pengembangan keterampilan sosial dan emosional melalui program konseling menjadi aspek yang sangat penting. Keterampilan ini tidak hanya membantu siswa dalam mengelola dan menyelesaikan konflik, tetapi juga berperan dalam mendukung perkembangan pribadi mereka secara lebih matang dan positif.

### Saran

1. Peningkatan Program Konseling: Sekolah perlu meningkatkan program konseling dengan melibatkan lebih banyak siswa sebagai konselor sebaya dan memberikan pelatihan yang lebih intensif mengenai keterampilan komunikasi dan mediasi.
2. Kolaborasi dengan Orang Tua: Penting untuk melibatkan orang tua dalam proses konseling, agar mereka dapat memahami dan mendukung anak-anak mereka dalam menghadapi masalah di sekolah.
3. Penciptaan Lingkungan yang Mendukung: Sekolah harus menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung, di mana siswa merasa dihargai dan didengar, sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya konflik di antara mereka.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, Bambang Syamsul. 2015. Psikologi Sosial. Bandung: Pustaka Setia.
- Arikunto, S. (2020). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Rineka Cipta.
- Deliati, D., Dailami, R. A., & Hasibuan, M. F. (2025). Penerapan Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Sosio Emosional Teman Sebaya Siswa SMK Negeri 4 Medan. *Edu Society: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 60-65.
- Dewi, K. (2018). Konflik Interpersonal: Sebuah Analisis. *Jurnal Psikologi*, 45(1), 1-12.
- Erhamwilda, 2015. Konseling Sebaya Alternatif Kreatif Layanan Bimbingan Konseling (Yogyakarta :Media Akademi) h. 43 – 44
- Fauzi, M. (2020). Konflik Interpersonal: Sebuah Tinjauan. *Jurnal Sosiologi*, 18(1), 1-15.
- Fauzi, R. (2013). Mediasi dalam bimbingan dan konseling: Alternatif penyelesaian konflik antara siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 4(1), 30-37.

- Fitriani, Y. (2021). Pengaruh Pendekatan Akomodasi dalam Penyelesaian Konflik di Lingkungan Kerja. *Jurnal Kinerja dan Manajemen*, 12(1), 25-35.
- Hamdani, A. (2019). Konflik Interpersonal: Sebuah Analisis. *Jurnal Psikologi Islam*, 13(1), 1-12.
- Harahap, S. (2011). Mediasi dalam bimbingan konseling: Meningkatkan keterampilan komunikasi dalam penyelesaian masalah remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 3(2), 80-88
- Hartati, S. (2017). Pengaruh Konflik Interpersonal terhadap Pengambilan Keputusan dalam Organisasi. *Jurnal Sumber Daya Manusia*, 6(1), 41-50.
- Hasibuan, M. F., Asbi, A., & Sari, M. (2025). Pelatihan Konseling Sebaya untuk Meningkatkan Mentalitas Para Atlet Disabilitas National Paralympic Committee (NPC) SUMUT. *Abdi Sabha (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)* 6 (2), 115-123
- Husnawati, D. (2020). "Dampak Konflik Interpersonal terhadap Kesehatan Fisik Karyawan." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(2), 56-63.
- Indriani, A. (2020). Mediasi dalam Konseling: Teori dan Aplikasinya di Sekolah. Penerbit Andi.
- Indriani, N. (2022). "Peran Pelatihan dalam Meningkatkan Keterampilan Resolusi Konflik Interpersonal." *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 17(4), 123-134.
- Jatmiko, D. (2019). "Dampak Konflik Interpersonal dalam Organisasi terhadap Kinerja Karyawan." *Jurnal Manajemen dan Bisnis Indonesia*, 7(3), 103-112.
- Kartika, S. (2019). "Efektivitas Mediasi dalam Penyelesaian Konflik di Organisasi." *Jurnal Sumber Daya Manusia*, 8(3), 141-150.
- Krippner, S., & Lendl, J. (2015). Psikologi Konflik. Jakarta: Prenada Media Group.
- Lestari, E., & Sukmana, A. (2017). "Pengaruh Konflik Interpersonal Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa." *Jurnal Psikologi Indonesia*, 14(2), 125-134.
- Nurjaya. (2018). Mengelola konflik. Bandung: Alfabeta.
- Partini, S. (2018). Konseling teman sebaya. Jakarta: Prenada Media Group.
- Prasetyo, A. (2018). Konflik Interpersonal: Sebuah Analisis. *Jurnal Sosiologi*, 16(1), 1-12.
- Prasetyo. (2018). Konflik dan Komunikasi. *Jurnal Komunikasi*, 10(1), 1-12.
- Rahmawati, R. (2020). "Pendekatan Kolaboratif dalam Penyelesaian Konflik Interpersonal di Organisasi." *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia*, 5(1), 55-65.
- Ramadhani, F. (2021). Konseling Teman Sebaya untuk Mengatasi Konflik Siswa: Pendekatan Mediasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(2), 67-72
- Sanstoo, A. (2018). "Peran Komunikasi dalam Penyelesaian Konflik Interpersonal di Tempat Kerja." *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 13(2), 121-130.
- Suryadi, R. (2018). "Pendekatan Kompromi dalam Penyelesaian Konflik Interpersonal." *Jurnal Psikologi Sosial*, 10(3), 198-206.
- Suryani, D. (2020). Karakteristik dan manfaat konseling teman sebaya untuk meningkatkan keterampilan sosial remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 7(1), 45-55
- Susngt, A. (2013). Langkah-langkah dalam konseling sebaya dan dampaknya terhadap remaja. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(2), 45-52.
- Sutngt, A. (2020). Dinamika Sosial Siswa: Dampak Konflik Interpersonal terhadap Prestasi Akademik. *Jurnal Pendidikan*, 8(3), 101-112.
- Sutrisno, B. (2018). "Pengaruh Konflik Interpersonal terhadap Produktivitas Kerja Karyawan." *Jurnal Ekonomi dan Bisnis Indonesia*, 12(1), 75-82.
- Wahyuni, S. (2010). Konseling dan bimbingan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Wastuti, S. N. Y., & Novitasari, N. T. (2023) Pengaruh Konformitas Teman Sebaya Untuk Mengurangi Gaya Hidup Hedonisme Pada Siswa SMK–BM Budi Agung Medan. *Lokakarya 2* (2), 164-170
- Wijaya, S. (2017). "Penyelesaian Konflik Interpersonal Berdasarkan Nilai dan Etika dalam Kehidupan Sosial." *Jurnal Etika Sosial*, 9(2), 77-86.
- Wirawan. 2010. *Konflik dan Manajemen Konflik*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Wiryngt. (2016). *Mengelola konflik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yusuf, S. (2010). *Konseling dan psikologi*. Bandung: Refika Aditama.