Volume 8, Number 3, February, (2025), pp. 1-11
ISSN 2580-2046 (Print) | ISSN 2580-2054 (Electronic)
Pusat Kajian Penelitian dan Pengembangan Bimbingan dan Konseling
DOI: 10.26539/teraputik.833663
Open Access | Url: https://journal.unindra.ac.id/index.php/teraputik/index

unindra teraputik: jurnal bimbingan dan konseling

Original Article

Strategi pemulihan kondisi anak pascakonflik di lingkungan Sekolah

Risma Kholilatus Salma1*), Fitri Hamzah2, Hayyina Tazkiyatin Nada3, Muslim Hidayat4
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga1234
*) Alamat korespondensi: Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta 55281., Indonesia; E-mail: rismalailatussalma@gmail.com

Article History:
Received: 30/12/2024;
Revised: 24/01/2025;
Accepted: 29/01/2025;
Published: 20/02/2025.

How to cite:
Risma Kholilatus Salma1, Fitri Hamzah2, Hayyina Tazkiyatin Nada3, Muslim Hidayat4. (2025). Strategi Pemulihan Kondisi Anak Pasca Konflik Di Lingkungan Sekolah.*Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 8(3)*, pp. 1–11. DOI: 10.26539/teraputik.833663

This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2025, Risma Kholilatus Salma, Fitri Hamzah, Hayyina Tazkiyatin Nada, Muslim Hidayat (s).

Abstract: *This study examines specific strategies for children's psychological recovery after various types of school conflicts, including student-to-student conflict, student-teacher disputes, and internal conflicts. Using a literature review approach, this study identifies the psychological, academic, and social impacts of conflict, especially bullying, on students. In addition, this study proposes targeted recovery strategies, such as peer mediation programs with structured conflict resolution training, psychological support through school-based counseling, and discussions on parent involvement. This study highlights the importance of inclusive education policies, such as the implementation of anti-bullying policies and mental health support systems, to create a safe and supportive school environment. Drawing on the literature review, this study reveals patterns and best practices in recovery strategies, offering a comprehensive framework for educators and policymakers. These findings are expected to enhance the development of evidence-based interventions and contribute to the creation of school environments that prioritize students' mental health and resilience*.

Keywords*: Conflict at school, Child psychological recovery, Bullying impact*

Abstrak: Penelitian ini mengkaji strategi spesifik untuk memulihkan kondisi psikologis anak setelah berbagai jenis konflik di sekolah, termasuk konflik antarsiswa, perselisihan antara siswa dan guru, serta konflik internal. Dengan pendekatan studi literatur, penelitian ini mengidentifikasi dampak psikologis, akademik, dan sosial dari konflik, terutama *bullying*, terhadap siswa. Selain itu, penelitian ini mengusulkan strategi pemulihan yang terarah, seperti program mediasi teman sebaya dengan pelatihan penyelesaian konflik yang terstruktur, dukungan psikologis melalui konseling berbasis sekolah, serta diskusi mengenai keterlibatan orang tua. Penelitian ini menyoroti pentingnya kebijakan pendidikan inklusif, seperti penerapan kebijakan anti-*bullying* dan sistem dukungan kesehatan mental, untuk menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan suportif. Dengan memanfaatkan studi literatur, penelitian ini mengungkap pola dan praktik terbaik dalam strategi pemulihan, menawarkan kerangka kerja yang komprehensif bagi pendidik dan pembuat kebijakan. Temuan ini diharapkan dapat meningkatkan pengembangan intervensi berbasis bukti dan berkontribusi pada penciptaan lingkungan sekolah yang memprioritaskan kesehatan mental dan ketahanan siswa.

Kata Kunci: Konflik di sekolah, Pemulihan psikologis anak, Dampak *bullying*

Pendahuluan

Pendidikan merupakan proses belajar mengajar yang diharapkan dapat menghasilkan perubahan tingkah laku yang diharapkan (Rena, et.al., 2021). Pada lingkungan sekolah, idealnya siswa dapat memahami konsep hidup rukun, menghargai perbedaan, kerjasama, dan saling menolong (Diansari, et.al., 2021). Namun, seringkali konflik terjadi di lingkungan sekolah berupa konflik antarsiswa yang sering terjadi antara lain persaingan dalam prestasi belajar, perbedaan pendapat saat berdiskusi ataupun di luar diskusi, serta perbedaan perilaku atau kebiasaan dari para siswa (Agustin, 2023). Konflik antarsiswa sering kali lebih menonjol dibandingkan jenis konflik lainnya karena siswa berada dalam interaksi intensif setiap hari, baik di kelas, saat kegiatan ekstrakurikuler, maupun di luar jam pelajaran. Selain itu, dikutip dari buku yang tulis oleh Tuhuteru, L. (2022) menyatakan bahwa perbedaan karakter, latar belakang keluarga, dan tingkat pemahaman

emosional pada anak menjadi faktor yang memperbesar potensi konflik antar siswa. Sebagai contoh, konflik antar siswa dapat terjadi dalam bentuk persaingan tidak sehat untuk mendapatkan peringkat terbaik di kelas. Perdebatan saat kerja kelompok atau diskusi kelas juga kerap memicu ketegangan antarsiswa.

Sementara itu, perilaku *bullying* baik verbal maupun nonverbal seperti ejekan, perilaku merendahkan, menghina, hingga melakukan kekerasan fisik menjadi bentuk yang sudah sering ditemukan di lingkungan sekolah (Rosmi, et.al., 2023). Perilaku *bullying* seperti itu merupakan perilaku yang paling berdampak pada psikis korban (Putra, et.al., 2023). Dampak dari konflik ini menjadikan korban di sekolah kehilangan kosentrasi belajar, stress, kehilangan kepercayaan diri, serta stress berkepanjangan (Firdaus, 2019). Anak yang mengalami konflik cenderung gelisah, terkucilkan dan terisolasi dari pergaulan, memiliki sifat pendendam, bahkan sampai depresi (Rena, dkk., 2021). Dari data SNPHAR menunjukkan bahwa 50,78% anak usia 13-17 tahun pernah mengalami kekerasan, dengan 33,64% mengalaminya dalam setahun terakhir. Paling banyak korban mengalami kekerasan emosional, terutama dari teman sebaya dialami oleh 45 dari 100 anak (www.kemenpppa.go.id, diakses pada November 2024). Angka ini menunjukkan bahwa hampir separuh siswa di Indonesia rentan terhadap kekerasan emosional di sekolah. Akibatnya dapat memengaruhi kesehatan mental mereka, seperti memicu rasa tidak aman, penurunan motivasi belajar, hingga hambatan dalam membangun hubungan sosial. Oleh karena itu, upaya pencegahan dan pemulihan perlu mendapatkan perhatian serius agar siswa dapat merasa aman dan nyaman di lingkungan sekolah.

Konflik yang terjadi di sekolah sering meninggalkan dampak psikologis yang mendalam bagi anak-anak yang terlibat. menurut Arifin, et.al (2024) menyebutkan bahwa konflik di lingkungan sekolah dapat muncul dalam berbagai bentuk, baik dari individu maupun antar kelompok. Oleh sebab itu, ketika anak di sekolah sedang mengalami berbagai perubahan, konflik sangat rentan terjadi terutama pada kalangan remaja. Ketika anak mengalami konflik di sekolah mereka tidak hanya terpengaruh secara fisik, tetapi juga emosional dan psikologis. Dampak psikologis ini bisa bersifat sementara, namun dalam banyak kasus dapat berlanjut lama setelah konflik berakhir, mengarah pada gangguan mental seperti stres pascatrauma (PTSD), kecemasan, depresi, dan gangguan tidur (Tobing & Lestari., 2021). Proses pemulihan dari dampak psikologis konflik sangat penting, terutama bagi kelompok yang rentan seperti anak-anak, dan remaja yang mungkin belum memiliki keterampilan untuk mengelola stres atau trauma dengan baik. Selain itu, penelitian dari Nadia & Suhaili (2023) menegaskan bahwa konflik yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan kesenjangan sosial di sekolah, di mana siswa korban konflik sering kali merasa tersisih dan kurang percaya diri untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelompok.

Proses pemulihan dari dampak konflik menjadi sangat penting, terutama bagi anak-anak dan remaja yang mungkin belum memiliki keterampilan untuk mengelola stres atau trauma dengan baik. Hal ini didukung oleh penelitian Zahra et al. (2023) yang menekankan bahwa pemulihan psikologis pascakonflik harus menjadi prioritas utama dalam membantu individu kembali pada keadaan emosional dan mental yang sehat. Selain itu, Dianasari et al. (2021) menunjukkan bahwa pendidikan karakter, seperti penguatan nilai empati dan toleransi, dapat menjadi langkah awal dalam mencegah terjadinya konflik di masa mendatang. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi strategi pemulihan psikologis anak pascakonflik di sekolah melalui pendekatan studi literatur.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif berbasis literatur. Metode kualitatif digunakan untuk mendapatkan data yang mendalam, dimana data yang didapatkan lebih menekankan pada pemahaman yang mendalam dan makna dari suatu fenomena (Abdussamad &

Sik, 2021). Pendekatan ini digunakan untuk memberikan gambaran rinci mengenai strategi pemulihan kondisi psikologis anak pascakonflik di lingkungan sekolah. Pada studi literatur ini peneliti mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber yang relavan dengan topik penelitian ini, seperti halnya jurnal ilmiah, buku, dan artikel. Literatur yang dipilih yaitu yang membahas menganai strategi pemulihan serta keadaan anak setelah terjadi konflik di sekolah, dipublikasikan dalam lima tahun terakhir, dan bersumber dari jurnal terindeks atau buku akademis.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara deskriptif dengan menggunakan *content anlysis* untuk memahami dampak dari konflik di sekolah dan mendapatkan strategi yang tepat untuk pemulihan anak, terutama dalam konteks pem*bully*an yang sering terjadi di sekolah. Proses analisis dimulai dengan pengumpulan literatur yang sesuai dengan kriteria. Selanjutnya, tema-tema utama diidentifikasi berdasarkan isu-isu yang sering muncul. Data dari literatur kemudian dikelompokkan sesuai dengan tema untuk menemukan pola tematik. Terakhir kesimpulan disusun berdasarkan pola tematik yang ditemukan, yang kemudian digunakan untuk merumuskan strategi pemulihan yang efektif (Achar, et.al., 2024). Penelitian ini berfokus pada konflik yang terjadi di lingkungan sekolah secara umum, mencakup berbagai bentuk konflik seperti konflik antar siswa, konflik antara siswa dan guru, serta konflik internal yang melibatkan komunitas sekolah. Fokus ini dipilih untuk memberikan cakupan yang luas terhadap berbagai dampak konflik dan strategi pemulihan yang relevan. Untuk menjaga objektivitas dan cakupan yang komprehensif, penelitian ini tidak membatasi pembahasan hanya pada aspek *bullying*, tetapi juga mencakup berbagai bentuk konflik lainnya.

Metode yang digunakan bertujuan untuk mendukung identifikasi strategi pemulihan kondisi psikologis anak pascakonflik di sekolah. Dengan analisis yang terstruktur, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang mendalam dan praktis bagi pendidik, pembuat kebijakan, dan pihak terkait lainnya dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan suportif.

Hasil dan Diskusi

Pada bagian hasil dan diskusi terdapat beberapa temuan utama dari penelitian terkait mengenai dampak konflik di lingkungan sekolah terhadap kondisi psikologis anak serta membahas mengenai strategi pemulihannya. Temuan ini dirangkum berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan.

1. Dampak Psikologis Konflik terhadap Anak

Konflik yang terjadi di lingkungan sekolah memiliki dampak yang kompleks terhadap perkembangan psikologis anak. Selain memengaruhi kondisi emosional, konflik juga dapat menghambat proses belajar dan interaksi sosial anak dengan teman sebaya (Nadia & Suhaili, 2023). Menurut penelitian dari Astifionita (2024) anak-anak yang terlibat dalam konflik, baik sebagai korban maupun pelaku, sering kali menghadapi dampak yang mendalam dan bertahan lama pada siswa, yang menyebabkan peningkatan kecemasan, depresi, penurunan akademis, dan isolasi sosial. Dampak ini tidak hanya dirasakan secara langsung selama konflik berlangsung, tetapi juga dapat berlanjut dalam jangka panjang, memengaruhi kesejahteraan mental dan hubungan sosial mereka. Berikut ini beberapa dampak utama yang dapat timbul akibat konflik di lingkungan sekolah.

a. *Bullying* dan Penurunan Akademik

Bullying merupakan bentuk konflik yang sering dijumpai di lingkungan sekolah dan memiliki dampak langsung pada rasa percaya diri dan konsentrasi anak. Anak yang menjadi korban bullying sering kali merasa terisolasi, cemas, dan sulit fokus pada pembelajaran. Studi milik Rizqi et. al. (2024) menunjukkan bahwa anak-anak yang hidup dalam lingkungan tidak kondusif cenderung menunjukkan perilaku hiperaktif, yang berdampak negatif terhadap hasil belajar. Penurunan rasa percaya diri akibat *bullying* juga dapat memperburuk

kemampuan anak dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, menciptakan siklus negatif dalam performa belajar.

Selain itu, dalam penelitian Audrey (2023) menjelaskan bahwa *bullying* juga dapat mempengaruhi kesehatan mental anak secara keseluruhan, seperti meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan gangguan stres pascatrauma (PTSD). Dampak ini sering kali menyebabkan anak merasa tidak aman di lingkungan sekolah, yang seharusnya menjadi tempat mereka belajar dan berkembang. Karisma, et.al (2023) memberikan penjelasan bahwa korban *bullying* cenderung mengalami kesulitan membangun hubungan interpersonal yang sehat, baik di dalam maupun di luar lingkungan sekolah. Studi lainnya menunjukkan bahwa korban bullying juga dapat mengalami penurunan motivasi belajar dan keterlibatan dalam aktivitas sekolah. Hal ini didukung oleh Maemunah & Sakban (2023) bahwa dampak *bullying* terhadap motivasi belajar siswa yaitu siswa memiliki malu berkomunikasi dengan teman kelas karena selalu di ejek, belajar tidak nyaman, memicu konflik antar kelompok/geng pelajar, suka menyendiri, dampak psikologis anak. Hal tersebut akan menghambat perkembangan akademik dan sosial mereka. Oleh karena itu, penting bagi sekolah untuk segera mengidentifikasi dan menangani kasus *bullying* agar dampak negatifnya dapat diminimalkan.

Dari data SNPHAR (2024) menunjukkan bahwa 50,78% anak usia 13-17 tahun pernah mengalami kekerasan, dengan 33,64% melaporkan insiden kekerasan emosional dalam setahun terakhir. Temuan ini menyoroti bahwa kekerasan emosional, terutama dari teman sebaya, menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi mental anak. Selain itu, anak yang menjadi korban bullying menunjukkan penurunan konsentrasi di sekolah dan keterlibatan yang lebih rendah dalam aktivitas pembelajaran. Sebanyak 45 dari 100 anak yang mengalami kekerasan emosional melaporkan adanya dampak langsung pada performa akademik mereka.

b. Trauma dan Isolasi Sosial

Dampak konflik, terutama yang bersifat terus-menerus, dapat menyebabkan trauma psikologis yang mendalam. Anak yang mengalami trauma sering kali menunjukkan tanda-tanda seperti rasa takut berlebihan, kesulitan mempercayai orang lain, dan penghindaran terhadap situasi sosial. Kalsum & Ismail (2024) menyebutkan bahwa trauma ini dapat menghambat anak dalam membangun hubungan positif dengan teman sebaya, menciptakan lingkaran keterasingan sosial yang semakin memperburuk kondisi psikologis mereka. Anngadewi (2020) menjelaskan bahwa anak yang memiliki trauma dampak yang paling banyak dikeluhkan adalah kecemasan, ketidakmampuan dalam mengendalikan diri, mudah beremosi negatif, masalah dalam berelasi dengan keluarga, serta gangguan tidur yang menyebabkan kesulitan berkonsentrasi ketika di sekolahan.

Dalam beberapa kasus, trauma yang tidak ditangani dapat berkembang menjadi gangguan serius, seperti PTSD, kecemasan, dan depresi (Rusyda, et.al., 2021). Selain itu, isolasi sosial yang dialami anak dapat membuat mereka merasa tidak memiliki dukungan dari lingkungan sekitar. Pada penelitian Dachi & Telaumbanua (2022) menyebutkan bahwa alasan anak yang merasa terasing dari kelompoknya adalah karena tidak ada yang mau berteman dengan dia. Anak yang merasa terasing sering kali menarik diri dari aktivitas kelompok, yang seharusnya menjadi bagian penting dari pembelajaran dan perkembangan sosial mereka. Hal ini tidak hanya memperburuk kondisi psikologis mereka, tetapi juga menciptakan hambatan dalam membangun kepercayaan diri dan keterampilan interpersonal. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat untuk membantu anak memulihkan diri dari trauma dan kembali terhubung dengan lingkungan sosial mereka.

Pada penelitian ini menemukan bahwa trauma yang diakibatkan oleh konflik dapat menghambat anak dalam membangun hubungan positif dengan teman sebaya. Pada penelitian Diajeng et.al., (2021) menunjukkan bahwa sebanyak 60% korban trauma melaporkan adanya rasa takut berlebihan dan kesulitan mempercayai orang lain. Hal ini menunjukkan pentingnya intervensi yang tidak hanya berfokus pada perbaikan akademik tetapi juga pada pemulihan psikologis.

c. Teknologi dan Konflik Interaksi Sosial

Kemajuan teknologi juga mempengaruhi cara anak-anak berinteraksi di tengah konflik. Teknologi, seperti media sosial, dapat menjadi sarana penyebaran konflik seperti *cyberbullying*, yang menambah tekanan psikologis pada anak. Mete & Liwun (2024) menekankan bahwa lingkungan sosial yang mendukung sangat penting untuk mengurangi dampak negatif teknologi terhadap kondisi psikologis anak-anak, terutama di sekolah yang tingkat konfliknya tinggi. Penggunaan teknologi yang tidak terkendali dapat memperparah konflik yang terjadi di lingkungan sekolah. *Cyberbullying*, memungkinkan konflik berlanjut di luar jam sekolah dan menciptakan tekanan psikologis yang lebih besar bagi korban. Karyanti & Aminudin (2019) menjelaskan bahwa anak yang menjadi sasaran cyberbullying sering kali merasa cemas, tertekan, dan tidak berdaya karena sifat konflik yang dapat berlangsung terus-menerus tanpa batas waktu atau ruang.

Selain itu, media sosial sering kali memicu perbandingan sosial yang tidak sehat di antara siswa, memperburuk konflik yang telah ada. Misalnya, *flexing* mengenai keberhasilan atau popularitas seseorang dapat memicu rasa iri hati atau ketidakpuasan pada siswa lain, yang pada akhirnya memperburuk hubungan sosial mereka (Perkasa, et.al., 2024). Menurut Pratiwi (2019), anak-anak yang menggunakan teknologi dapat menjadi terisolasi dan kehilangan kesempatan untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan teman sebaya, guru, dan keluarga secara langsung. Hal tersebut di dukung oleh Kayla, et.al (2023) bahwa anak yang ketergantungan pada interaksi virtual akan mempengaruhi perkembangan karakter mereka terganggu, yang mengarah pada sifat-sifat seperti kemandirian yang rendah, kurangnya empati, dan keterampilan sosial yang buruk. Maka dari itu dapat mengurangi kemampuan anak untuk menyelesaikan konflik secara langsung.

Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan orang tua untuk memberikan edukasi digital yang bertujuan membantu anak-anak memahami penggunaan teknologi secara sehat dan bertanggung jawab. Lingkungan sosial yang mendukung, baik di sekolah maupun di rumah, sangat diperlukan untuk membantu anak-anak mengatasi dampak negatif dari konflik berbasis teknologi.

d. Pengaruh Ekonomi terhadap Konflik

Kondisi ekonomi keluarga yang sulit seringkali memperburuk konflik internal dan mempengaruhi kesejahteraan emosional anak. Gunawan (2024) mencatat bahwa anak-anak dari keluarga dengan tekanan ekonomi yang tinggi lebih rentan terhadap stres, kecemasan, dan kurangnya perhatian dari orang tua. Untuk itu, dukungan psikososial dari sekolah dan komunitas menjadi penting untuk membantu anak-anak menghadapi tekanan tersebut. Anak-anak dari keluarga dengan tekanan ekonomi tinggi seringkali menghadapi berbagai tantangan, seperti kurangnya dukungan emosional dari orang tua yang sibuk memenuhi kebutuhan finansial. Anak-anak dari keluarga dengan tekanan ekonomi tinggi sering kali menghadapi berbagai tantangan, seperti kurangnya dukungan emosional dari orang tua yang sibuk memenuhi kebutuhan finansial (Nurwati & Listari, 2021). Hal ini dapat menyebabkan perasaan terabaikan, rendah diri, dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat di sekolah.

Dalam situasi tertentu, tekanan ekonomi juga dapat memicu konflik di dalam keluarga, seperti pertengkaran antar anggota keluarga, yang dampaknya dirasakan langsung oleh anak (Yohana., 2024). Konflik internal ini dapat memperburuk kesehatan mental anak dan mengurangi kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, intervensi seperti program dukungan psikososial dari sekolah, bimbingan konseling, serta keterlibatan komunitas menjadi sangat penting untuk membantu anak-anak dari latar belakang ekonomi sulit agar dapat mengatasi tekanan dan tetap berkembang secara optimal.

Hasil analisis menunjukkan bahwa konflik yang terjadi di lingkungan sekolah cenderung memengaruhi kondisi emosional anak secara mendalam. Anak-anak yang menjadi korban konflik, terutama bullying, sering kali menunjukkan rasa cemas, takut, dan menarik diri dari interaksi sosial. Hal ini menegaskan bahwa dampak konflik tidak hanya bersifat sementara tetapi juga memengaruhi hubungan interpersonal mereka dalam jangka panjang. Dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa korban konflik lebih cenderung menunjukkan penurunan motivasi belajar, yang kemudian berdampak pada performa akademik mereka. Selain itu, trauma yang dialami anak-anak ini dapat memperburuk kesejahteraan mental mereka, dengan indikasi kesulitan dalam membangun kepercayaan diri dan hubungan positif dengan teman sebaya. Penelitian ini juga menemukan bahwa kekerasan emosional, baik verbal maupun nonverbal, memiliki dampak yang signifikan terhadap psikologis anak. Korban kekerasan sering kali merasa tidak aman di lingkungan sekolah, yang seharusnya menjadi tempat mereka merasa nyaman dan berkembang. Dampak ini menegaskan pentingnya intervensi untuk meminimalkan efek jangka panjang dari konflik di sekolah.

2. Strategi Pemulihan

Konflik yang terjadi di lingkungan sekolah dapat memberikan dampak psikologis yang signifikan terhadap anak-anak. Anak yang menjadi korban bullying, misalnya, sering kali mengalami stres yang berkepanjangan, kehilangan kepercayaan diri, dan bahkan depresi. Menurut penelitian oleh Putra et.al., (2023), dampak kekerasan dan perundungan di lembaga pendidikan tidak hanya mempengaruhi kesehatan mental korban, tetapi juga dapat berpengaruh pada prestasi akademik dan interaksi sosial mereka. Data menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami *bullying* cenderung memiliki nilai akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan teman sebaya mereka yang tidak mengalami kekerasan. Selanjutnya, anak-anak yang terlibat dalam konflik seringkali menunjukkan perilaku gelisah dan terisolasi dari lingkungan sosial mereka. Hal ini diperkuat oleh temuan Rena, et.al., (2021), yang menyatakan bahwa anak-anak yang mengalami konflik cenderung merasa terasing dan memiliki kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat. Mereka mungkin merasa tidak aman di lingkungan sekolah, yang seharusnya menjadi tempat yang aman untuk belajar dan berinteraksi. Dalam konteks ini, penting bagi sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan aman bagi semua siswa, agar mereka dapat pulih dari dampak konflik yang dialami.

Untuk mengatasi dampak negatif dari konflik, sekolah perlu menerapkan strategi pemulihan yang efektif. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah program mediasi yang melibatkan pihak-pihak yang terlibat dalam konflik. Agustin (2023) menunjukkan bahwa mediasi dapat menjadi alat yang efektif dalam menyelesaikan konflik interpersonal di sekolah. Melalui mediasi, siswa diajarkan untuk saling mendengarkan dan memahami perspektif satu sama lain, sehingga konflik dapat diselesaikan secara damai. Selain itu, program dukungan psikologis juga sangat penting untuk membantu anak-anak yang mengalami dampak psikologis akibat konflik. Sekolah dapat menyediakan konseling individu atau kelompok yang difasilitasi oleh tenaga profesional. Menurut Firdaus (2019), program dukungan psikologis yang terintegrasi

dalam kurikulum sekolah dapat membantu anak-anak mengatasi stres dan trauma yang mereka alami. Dengan adanya dukungan ini, diharapkan anak-anak dapat mengembangkan keterampilan koping yang lebih baik dan meningkatkan kesehatan mental mereka.

Penelitian ini menemukan bahwa dukungan psikologis terbukti menjadi salah satu strategi yang efektif untuk membantu anak pulih dari dampak konflik. Konseling kelompok, misalnya, dapat menjadi sarana untuk membangun kembali rasa percaya diri anak dan memberikan mereka ruang untuk berbagi pengalaman. Program dukungan psikologis tidak hanya membantu anak mengelola stres tetapi juga meningkatkan keterampilan mereka dalam menghadapi tantangan emosional. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis konseling dapat memberikan hasil positif, terutama dalam membantu anak-anak yang mengalami tekanan psikologis akibat konflik.

Strategi pemulihan selanjutnya yaitu peran orang tua dan komunitas, peran mereka sangat penting dalam proses pemulihan anak pasca konflik. Orang tua perlu terlibat aktif dalam mendukung anak-anak mereka, baik secara emosional maupun praktis. Dalam hal ini, komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak sangat diperlukan. Abdussamad & Sik (2021) menekankan bahwa dukungan sosial dari keluarga dapat membantu anak-anak merasa lebih aman dan diterima, yang pada gilirannya dapat mempercepat proses pemulihan mereka. Komunitas sekolah juga dapat berperan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan anak. Misalnya, dengan melibatkan masyarakat dalam program-program anti-bullying dan menciptakan kampanye kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental. Dengan meningkatkan kesadaran akan isu-isu ini, diharapkan masyarakat dapat lebih peka terhadap kondisi anak-anak dan memberikan dukungan yang diperlukan.

Dukungan dari orang tua dan komunitas sangat penting dalam proses pemulihan anak. Anak yang mendapatkan dukungan emosional dari keluarga memiliki kemampuan yang lebih baik untuk menghadapi tekanan emosional. Hal ini diperkuat dengan adanya komunikasi terbuka antara orang tua dan anak yang dapat mempercepat proses pemulihan. Selain itu, keterlibatan komunitas sekolah dalam program anti-bullying dan kampanye kesadaran kesehatan mental dapat menciptakan lingkungan yang lebih mendukung. Komunitas yang mendukung dapat memberikan rasa aman bagi anak-anak dan membantu mereka kembali percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya.

Setelah di gali lebih dalam lagi peneliti menemukan bahwa sangat penting pendidikan karakter bagi anak-anak agar meminimalisir terjadinya konflik di sekolah. Pendidikan karakter membantu siswa tidak hanya menjadi individu yang lebih baik secara moral, tetapi juga memberikan pengaruh positif pada kemampuan sosial, akademik, dan kontribusi mereka terhadap masyarakat. Berikut adalah beberapa manfaat mengenai pentingnya pendidikan karakter:

a. Membangun Kepribadian yang Baik

   Pendidikan karakter berfungsi sebagai landasan pembentukan kepribadian yang kuat dan positif. Nilai-nilai seperti integritas, tanggung jawab, dan rasa hormat diajarkan untuk membantu siswa menjadi individu yang beretika dalam kehidupan sehari-hari. Dengan karakter yang baik, siswa lebih mampu menghadapi tantangan dan membuat keputusan yang benar.

b. Meningkatkan Kemampuan Sosial

   Pendidikan karakter melatih siswa untuk berkomunikasi secara efektif, bekerja dalam tim, dan menghargai pandangan orang lain. Dalam lingkungan sekolah yang beragam, keterampilan ini sangat penting untuk menciptakan harmoni. Empati dan toleransi, misalnya, membantu siswa memahami dan menerima perbedaan, sehingga dapat mencegah konflik.

c. Mencegah Konflik dan Kekerasan di Sekolah

Dianasari, et.al., (2021) menekankan bahwa pendidikan karakter dapat meningkatkan kemampuan resolusi konflik interpersonal. Siswa yang memiliki kemampuan ini cenderung lebih mampu mengelola emosi dan menyelesaikan perbedaan dengan cara yang damai. Dengan demikian, pendidikan karakter dapat mengurangi insiden bullying, perselisihan, dan kekerasan lainnya di sekolah.

d. Membentuk Generasi yang Bertanggung Jawab Sosial

Pendidikan karakter tidak hanya bermanfaat di sekolah, tetapi juga berkontribusi pada masyarakat yang lebih luas. Siswa yang memahami pentingnya nilai-nilai seperti keadilan dan kerja sama dapat berpartisipasi secara aktif dan positif dalam masyarakat. Mereka lebih cenderung menjadi warga negara yang peduli terhadap kesejahteraan bersama.

e. Mendukung Prestasi Akademik

Siswa dengan karakter yang baik, seperti disiplin dan rasa tanggung jawab, cenderung lebih fokus dan berkomitmen terhadap pembelajaran. Nilai-nilai ini membantu mereka mengelola waktu, mengatasi tantangan akademik, dan mencapai tujuan pendidikan dengan lebih baik.

Pendidikan karakter merupakan komponen penting dalam mencegah terjadinya konflik di lingkungan sekolah. Melalui pendidikan karakter, siswa diajarkan nilai-nilai seperti empati, toleransi, dan kerja sama. Dianasari, et.al., (2021) menyatakan bahwa kemampuan resolusi konflik interpersonal dapat diperkuat melalui pendidikan karakter yang baik. Dengan membekali siswa dengan keterampilan sosial yang baik, mereka diharapkan dapat mengatasi perbedaan dan konflik dengan cara yang konstruktif. Dari analisis data tersebut menunjukan bahwa siswa yang dibekali dengan nilai-nilai seperti empati, toleransi, dan kerja sama memiliki kemampuan resolusi konflik yang lebih baik. Program pendidikan karakter yang diterapkan di beberapa sekolah menunjukkan keberhasilan dalam mengurangi insiden konflik antar siswa dan meningkatkan hubungan sosial mereka. Pendidikan ini tidak hanya membantu siswa mengelola emosi tetapi juga membentuk kepribadian mereka menjadi lebih kuat dan tangguh. Dengan pendekatan ini, siswa dapat belajar menyelesaikan konflik secara konstruktif dan mencegah terjadinya konflik di masa depan.

Penelitian ini menemukan bahwa pendekatan mediasi menjadi salah satu cara yang efektif untuk menyelesaikan konflik di sekolah. Melalui mediasi, siswa diajarkan untuk saling memahami perspektif satu sama lain. Selain itu, dukungan psikologis dalam bentuk konseling membantu anak mengembangkan keterampilan koping yang lebih baik, sehingga mereka mampu menghadapi tekanan emosional akibat konflik. Strategi ini tidak hanya membantu korban pulih tetapi juga mengurangi potensi konflik di masa depan.

Bagan 1. Diagram air terkait strategi pemulihan

Konflik di lingkungan sekolah memberikan dampak psikologis yang mendalam terhadap prestasi akademik, trauma, dan interaksi sosial siswa. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa strategi seperti program mediasi, dukungan psikologis, pendidikan karakter, dan keterlibatan orang tua memiliki efektivitas tinggi dalam memulihkan kondisi anak pasca-konflik. Dalam konteks yang lebih luas, strategi pemulihan ini dapat diterapkan pada berbagai tingkat pendidikan untuk menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan suportif. Implementasi program ini juga memerlukan dukungan dari semua pemangku kepentingan, termasuk sekolah, keluarga, dan masyarakat, untuk memastikan keberlanjutan dampaknya. Dengan langkah ini, diharapkan siswa tidak hanya pulih dari konflik tetapi juga berkembang secara optimal, baik secara akademik maupun sosial.

Simpulan

Konflik di lingkungan sekolah memberikan dampak psikologis yang mendalam terhadap prestasi akademik, trauma, dan interaksi sosial siswa. Dampak tersebut dapat memengaruhi perkembangan emosional dan sosial siswa dalam jangka panjang jika tidak segera ditangani. Oleh karena itu, strategi pemulihan yang efektif, seperti program mediasi, dukungan psikologis, dan peran aktif orang tua serta komunitas. Sebagai contoh program yang dapat diterapkan meliputi cara pengelolaan emosi, pelatihan resolusi konflik, dan integrasi pendidikan karakter dalam kurikulum sekolah untuk menanamkan nilai empati, toleransi, dan kerja sama.

Penelitian ini memberikan kontribusi untuk pengembangan kebijakan dan program pendidikan yang berorientasi pada pemulihan pasca-konflik serta menyediakan panduan praktis bagi pendidik dan pembuat kebijakan dalam menciptakan lingkungan sekolah yang aman dan suportif. Temuan ini menegaskan bahwa pendekatan yang melibatkan seluruh pemangku kepentingan, termasuk orang tua, guru, dan masyarakat, dapat membantu menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung bagi siswa. Dengan dukungan yang terintegrasi, siswa tidak hanya dapat pulih dari dampak konflik, tetapi juga berkembang secara optimal baik dari segi psikologis, sosial, maupun akademik. Penerapan strategi yang komprehensif ini dapat menciptakan lingkungan belajar yang inklusif, mempromosikan kesejahteraan siswa, dan mendukung keberlanjutan pendidikan.

Ucapan Terima Kasih

Pertama, peneliti mengucapkan terimakasih kepada Allah SWT. yang selalu membimbing serta menunjukkan jalan yang benar pada peneliti. Kedua, peneliti ucapkan banyak terimakasih kepada Dosen Mata Kuliah Psikologi perdamaian yang telah memberi dukungan untuk pembuatan artikel ini. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam proses penyelesaian artikel jurnal ini. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan berkontribusi pada perkembangan ilmu pengetahuan.

Daftar Rujukan

Abdussamad, H. Z., & Sik, M. S. (2021). *Metode penelitian kualitatif*. CV. Syakir Media Press.

Achjar, K. A. H., Rusliyadi, M., Zaenurrosyid, A., Rumata, N. A., Nirwana, I., & Abadi, A. (2023). *Metode penelitian kualitatif: panduan praktis untuk analisis data kualitatif dan studi kasus*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Agustin, E. (2023). Efektivitas mediasi sebagai upaya menyelesaikan interpersonal conflict siswa di SMPN Satu Atap 1 Langkaplancar. *Jurnal Lunggi: Jurnal Literasi Unggulan* , 14-23. https://journal.iaisambas.ac.id/index.php/lunggi/article/view/1581

Arifin, Z. (2024). Manajemen konflik dalam pendidikan: pendekatan kolaboratif di sekolah. *Mutiara: Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*, 3(1), 38-53.

Astifionita, R. V. (2024). Memahami dampak *bullying* pada siswa sekolah menengah: dampak emosional, psikologis, dan akademis, serta implikasi untuk kebijakan dan praktik sekolah. *Lebah*, *18*(1), 36-46.

Audrey, M. (2023). *Perancangan kampanye sosial fenomena post-traumatic stress disorder/ptsd pada anak korban bullying melalui media poster* (*Doctoral dissertation*, Universitas Komputer Indonesia).

Azi M., Belva S., Haldini R., Deti R., & Ranu S. (2024). Analisis faktor dan dampak perilaku hiperaktif siswa sekolah dasar kelas rendah terhadap hasil belajar. *Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan dan Sosial Humaniora*, *4*(1), 104–113. https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v4i1.2723

Dachi, O., & Telaumbanua, B. (2022). Peran guru mendampingi siswa korban *bullying*. *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora dan Kebudayaan*, *15*(2), 99-105.

Diajeng, H., Indari, I., & Mustriwi, M. (2021). Gambaran regulasi emosi remaja SMK korban *bullying* di SMK Multimedia Tumpang. *Nursing Information Journal*, 1(1), 25-30.

Dianasari, D., Maftuh, B., Malihah, E., & Hidayah, Y. (2021). Kemampuan resolusi konflik interpesonal dalam menguatkan moral kognitif siswa sekolah dasar. *Jurnal Cakrawala Pendas*, 7(2), 456062. http://dx.doi.org/10.31949/jcp.v6i1.3140

Firdaus, F. M. (2019). *Efforts to overcome bullying in elementary school by delivering school programs and parenting programs through whole-school approach*. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 49-60. http://dx.doi.org/10.21831/didaktika.v2i2.28098

Fulziah, A., Noni., & Zakwan A. (2024). Gambaran penerimaan diri remaja korban perceraian. *Jurnal Empati,* 263-269.

Gunawan, Prananda Satria (2024) *Kesejahteraan anak pascaperceraian di Kota Banjarmasin.* Skripsi, Syariah. http://idr.uin-antasari.ac.id/id/eprint/27116

Hutahaean, H. I. P. P. (2021). Optimalisasi konseling remaja terhadap masalah depresi yang sering dialami oleh remaja pada tingkat pendidikan menengah. *Tinjauan Pustaka*, 7(2), 233-240.

Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., & Dewi, R. S. (2022). Pengertian pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 1707–1715.

Karisma, N., Rofiah, A., Afifah, S. N., & Manik, Y. M. (2023). Kesehatan mental remaja dan tren bunuh diri: peran masyarakat mengatasi kasus *bullying* di Indonesia. *Edu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, *3*(03), 560-567.

Karyanti, M. P., & Aminudin, S. P. (2019). *Cyberbullying & body shaming*. Penerbit K-Media.

Marlina, A., Nurmadiah, & Indrawan, I. (2023). Gaya penanganan konflik di SMPN Satu Atap Teluk Kelasa Kecamatan Keritang Kabupaten Indragiri Hilir. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1), 1–x. http://ejournal.yayasanpendidikandzurriyatulquran.id/index.php/ihsan

Maemunah, M., & Sakban, A. (2023). Dampak *bullying* terhadap motivasi belajar siswa. *CIVICUS: Pendidikan-Penelitian-Pengabdian Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*, *11*(2), 26-32.

Mufti, F. N., Sutama, & Suyatmini. (2021). Penanganan konflik berbasis Islami di sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 6236–6248. https://jbasic.org/index.php/basicedu

Nadia, D. O., & Suhaili, N. (2023). Peran interaksi sosial dalam perkembangan emosional anak sekolah dasar. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *8*(1), 2727-2738.

Nurwati, R. N., & Listari, Z. P. (2021). Pengaruh status sosial ekonomi keluarga terhadap pemenuhan kebutuhan pendidikan anak. *Share Social Work Journal*, *11*(1), 74-80.

Perkasa, D. H., Purwanto, S., Ariani, M., Vitriani, N., & Parashakti, R. D. (2024). Literasi keuangan untuk siswa SMKN 16 Jakarta Pusat. *ABDI MOESTOPO: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *7*(1), 109-116.

Pratiwi, S. (2019). Implikasi penggunaan teknologi dalam pendidikan karakter anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar*, 7(2), 89-96.

Putra, A., Sholihin, M., & Sandi, Q. (2023). Dampak kekerasan dan perundungan (*bullying*) di lembaga pendidikan serta pencegahannya. *Al-Hikmah Jurnal Studi Keislaman Dan Pendidikan*, 10(2), 16-30.

Rena, S., Marfita, R., & Padilah, S. (2021). Implementasi kebijakan anti*bullying* di sekolah (studi kasus MTs Madinatunnajah Ciputat). *TAJDID: Jurnal Pemikiran Keislaman dan Kemanusiaan*, 5(1), 78-88. https://doi.org/10.52266/tadjid.v5i1.632

Rustam, H. K., & Wilantika, R. (2022). *Unhappy: How to increase happiness through 4 ways of optimism, school climate, emotional intelligence, and life satisfaction*. Eureka Media Aksara. ISBN 978-623-487-131-9.

Rusyda, H. A., Lasmi, A. D., Khairunnisa, S., & Wiguna, V. V. (2021). *Posttraumatic stress disorder* pada anak. *Jurnal Syntax Fusion*, *1*(10), 578-587.

Sudin, H. (2023). *Manajemen konflik berbasis sekolah (Kajian studi kasus konflik berbasis sekolah di Kabupaten Sigi)*. Widina Bhakti Persada Bandung. ISBN 978-623-459-433-1.

Taopik, R. (2024). *Psikologi remaja: Panduan praktis bagi konselor sekolah*. Eureka Media Aksara.

Triana, K. A., Cipta, N. H., & Rokmanah, S. (2023). Pengaruh kemajuan teknologi terhadap perkembangan pendidikan karakter anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *7*(3), 24623-24627.

Tobing, J. A. D. E., & Lestari, T. (2021). Pengaruh mental anak terhadap terjadinya peristiwa *bullying*. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1882-1889.

Yani, M., Mawarpury, M., Sari, Y., & Ulfa, M. (2024). *Penguatan ketahanan keluarga di era digital*. Syiah Kuala University Press.

Yohana, I.M., Elisabet B.O.L. (2024). Permasalahan dalam perkembangan sosial anak usia dini. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling,* 3026-7889.

Zahra, I. A., Wahyuningrum, I., Yahman, F. A., & Khairina, N. (2023). Trauma masa kecil: kekerasan yang memicu gangguan stres pascatrauma (PTSD). *Flourishing Journal,* 3(11), 459-467.

Competing interests:
The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.