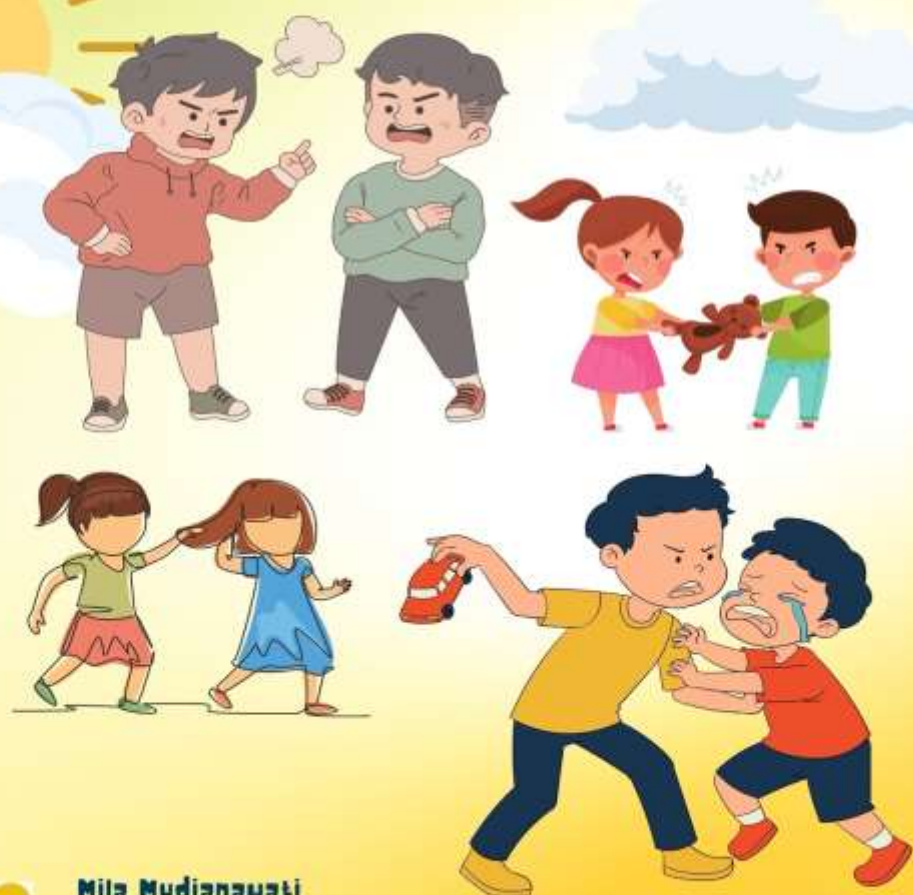


Membangun Jembatan Persahabatan Strategi Mediasi Konflik untuk Anak Usia Sekolah Dasar





Membangun Jembatan Persahabatan:

Strategi Mediasi Konflik untuk Anak Usia Sekolah Dasar

Mila Mudianawati ■ Rasidi ■ Puji Rahmawati

UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 19 TAHUN 2002
TENTANG HAK CIPTA

PASAL 72
KETENTUAN PIDANA SANKSI PELANGGARAN

1. Barangsiapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp. 1.000.000, (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 5.000.000.000, (lima miliar rupiah).
2. Barangsiapa dengan sengaja menyiarkan, memamerkan, mengedarkan, atau menjual kepada umum suatu ciptaan atau barang hasil pelanggaran hak cipta atau hak terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp. 500.000.000, (lima ratus juta rupiah).

Membangun Jembatan Persahabatan:
Strategi Mediasi Konflik untuk Anak Usia Sekolah Dasar

Hak Cipta © 2025 pada penulis.

Penulis	. Mila Mudianawati, • Rasidi • Puji Rahmawati
Editor	. Agrissto Bintang Aji Pradana, M.Pd.
Setting dan Layout	. Tim Penerbit
Desainer Sampul	. Tim Penerbit
Cetakan 1	. April 2025
Diterbitkan oleh	. CV. Edupedia Publisher
Alamat	. Jl. Trajaya, Palasah, Kab. Majalengka, Jawa Barat
	. Telp/WA. 0822.1856.0919
	. edupedia.publisher@gmail.com
ISBN	. 978-634-7297-05-1

Anggota IKAPI No. 465/JBA/2023

Dilarang keras mengutip, menjiplak, memfotokopi sebagian atau seluruh isi buku ini serta memperjualbelikannya tanpa mendapat izin tertulis dari Penerbit Edupedia Publisher.

© HAK CIPTA DILINDUNGI OLEH UNDANG-UNDANG

PRAKATA

Puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga buku dengan judul "*Membangun Jembatan Persahabatan: Strategi Mediasi Konflik untuk Anak Usia Sekolah Dasar*" ini dapat terselesaikan dengan baik. Buku ini hadir sebagai upaya untuk memberikan panduan praktis bagi guru, orang tua, dan pendamping anak dalam mengelola konflik yang kerap muncul di kalangan siswa sekolah dasar. Konflik antaranak-anak merupakan hal yang wajar, namun jika tidak ditangani dengan tepat, dapat berdampak negatif pada perkembangan sosial dan emosional mereka. Oleh karena itu, pendekatan mediasi yang ramah anak menjadi solusi penting untuk membantu mereka menyelesaikan perselisihan dengan cara yang sehat dan konstruktif.

Buku ini terdiri dari lima bab yang disusun secara sistematis untuk memudahkan pembaca memahami konsep mediasi konflik serta menerapkannya dalam konteks pendidikan dasar: Bab 1 membahas dasar-dasar pemahaman tentang konflik pada anak usia sekolah dasar, termasuk karakteristik perkembangan mereka dan dampak konflik yang tidak terkelola. Bab 2 memperkenalkan konsep mediasi konflik, prinsip-prinsip dasarnya, serta peran mediator dalam membantu anak menyelesaikan perselisihan. Bab 3 menguraikan model 5 tahap mediasi konflik secara praktis, mulai dari persiapan hingga penyepakatan solusi. Bab 4 fokus pada pengembangan keterampilan pendukung bagi mediator, seperti komunikasi efektif, pengelolaan emosi, dan empati. Bab 5 membahas

tantangan dalam penerapan mediasi konflik serta strategi pengembangan berkelanjutan agar anak-anak dapat menguasai keterampilan ini sebagai bekal kehidupan di masa depan.

Ucapan terima kasih yang tulus kami sampaikan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan buku ini, baik secara langsung maupun tidak langsung. Semoga buku ini dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi pendidik, orang tua, dan praktisi pendidikan dalam menciptakan lingkungan yang harmonis dan penuh empati bagi anak-anak.

Kami menyadari bahwa buku ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat kami harapkan untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga karya kecil ini dapat menjadi amal jariyah yang bermanfaat bagi banyak pihak.

Salam hangat,
Magelang, 24 Juni 2025

Tim Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
BAB I PENGANTAR: MEMAHAMI KONFLIK PADA ANAK	
USIA SEKOLAH DASAR	1
A. Apa itu konflik?	2
B. Karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) dan hubungannya dengan konflik	5
C. Sumber-sumber konflik umum pada anak SD	9
D. Dampak konflik yang tidak dikelola dengan baik	13
BAB 2 MENGENAL MEDIASI KONFLIK UNTUK ANAK	
SEKOLAH DASAR.....	16
A. Apa itu mediasi konflik?	17
B. Prinsip-prinsip dasar mediasi yang ramah anak	18
C. Siapa yang bisa menjadi mediator?	21
D. Kapan mediasi diperlukan dan kapan tidak?	23
BAB 3 LANGKAH-LANGKAH PRAKTIS MEDIASI KONFLIK	
(MODEL 5 TAHAP)	27
A. Tahap 1: mempersiapkan lingkungan dan membangun kepercayaan.....	28
B. Tahap 2: Mengumpulkan Informasi dan Mendengarkan Perspektif	30
C. Tahap 3: Mengidentifikasi Isu Inti dan Kebutuhan.....	32
D. Tahap 4: Mencari Pilihan Solusi Bersama	34
E. Tahap 5: menyepakati solusi dan membangun komitmen ...	36
BAB 4 MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN PENDUKUNG	
UNTUK MEDIATOR EFEKTIF	40
A. Keterampilan Komunikasi Efektif	41
B. Keterampilan Mengelola Emosi (Diri Sendiri dan Anak) ...	43

C. Keterampilan membangun empati	45
D. Keterampilan pemecahan masalah	48
E. Pentingnya konsistensi dan kesabaran	54
BAB 5 TANTANGAN DAN TINDAK LANJUT	61
A. Tantangan dalam menerapkan mediasi konflik pada anak sd	62
B. Strategi mengatasi tantangan	64
C. Pengukuran keberhasilan mediasi konflik	66
D. Mediasi Konflik sebagai Keterampilan Hidup Abad ke-21	69
DAFTAR PUSTAKA	77
GLOSARIUM	80
INDEKS	83
BIOGRAFI PENULIS	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik perkembangan anak SD	6
Tabel 2. Sumber- sumber konflik apada anak usia SD.....	10
Tabel 3. Dampak konflik yang tidak dikelola dengan baik	15

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ilustrasi anak yang merasa kesal	2
--	---

BAB I

PENGANTAR: MEMAHAMI KONFLIK PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR

Memahami konflik pada anak usia SD merupakan landasan kritis bagi orang tua, pendidik, dan praktisi pendidikan karena tiga alasan mendasar. *Pertama*, konflik di usia ini adalah fenomena alamiah yang mencerminkan perkembangan sosial-emosional anak, di mana mereka mulai berinteraksi dengan dunia luar namun masih terbatas dalam kemampuan regulasi emosi dan pemecahan masalah. *Kedua*, konflik yang tidak terkelola dengan baik dapat berdampak jangka panjang, seperti menurunnya kepercayaan diri, munculnya perilaku agresif, atau bahkan penghindaran sosial. *Ketiga*, masa SD adalah *window of opportunity* untuk menanamkan keterampilan resolusi konflik yang akan menjadi bekal penting dalam menghadapi tantangan sosial yang lebih kompleks di masa remaja dan dewasa. Dengan mempelajari bab ini, pembaca tidak hanya mampu mengidentifikasi akar konflik (misalnya: berebut mainan, persaingan perhatian, atau kesalahpahaman komunikasi), tetapi juga menyadari urgensi pendekatan mediasi yang adaptif, yang membedakan konflik anak-anak dari konflik dewasa. Pemahaman ini menjadi kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung perkembangan karakter anak secara holistik.

A. Apa itu konflik?

Konflik merupakan fenomena fundamental dalam interaksi sosial manusia, termasuk pada tahap perkembangan anak-anak. Secara esensial, konflik dapat didefinisikan sebagai kondisi di mana terjadi ketidaksesuaian, oposisi, atau pertentangan yang dirasakan antara dua atau lebih entitas, baik individu, kelompok, maupun diri sendiri terkait tujuan, nilai, sumber daya, atau kebutuhan. Konsepsi ini melampaui sekadar perbedaan pendapat; ia melibatkan persepsi adanya hambatan atau ancaman terhadap pencapaian keinginan salah satu pihak oleh pihak lain (Denov & Fennig, 2024; Trueba et al., 2022). Dalam konteks perkembangan anak usia sekolah dasar, kemunculan konflik seringkali diperparah oleh keterbatasan kemampuan kognitif mereka dalam memahami perspektif orang lain (teori pikiran), keterampilan komunikasi verbal yang belum matang, dan kapasitas regulasi emosi yang masih dalam tahap pengembangan.



Gambar 1. Ilustrasi anak yang merasa kesal

Dari perspektif psikologi perkembangan, konflik pada anak dapat dikategorikan menjadi beberapa jenis spesifik. Konflik interpersonal adalah jenis yang paling sering diamati, melibatkan dua individu yang berselisih. Misalnya, dua siswa kelas 3 SD berebut giliran menggunakan komputer di perpustakaan sekolah, atau salah paham yang timbul karena satu anak merasa dikucilkan dari kelompok bermain. Konflik intrapersonal, meskipun seringkali tersembunyi, merujuk pada pertentangan internal dalam diri seorang anak. Ini dapat berupa dilema moral, seperti ketika seorang anak harus memilih antara mengikuti teman-temannya yang melanggar aturan atau mematuhi peraturan yang ia yakini benar, menimbulkan kecemasan dan ketidaknyamanan batin. Contoh lainnya adalah perjuangan internal seorang anak untuk mengelola amarah atau kekecewaan. Terakhir, konflik kelompok terjadi ketika ada ketidaksepakatan atau persaingan antara dua atau lebih kelompok, misalnya dua tim dalam permainan olahraga yang saling menyalahkan atas kekalahan, atau persaingan sengit antara kelompok belajar yang berujung pada saling menjatuhkan.

Memahami jenis-jenis konflik ini bukan sekadar klasifikasi akademis, melainkan memiliki implikasi pedagogis dan intervensi yang signifikan. Dari sudut pandang ilmu pendidikan, mengidentifikasi jenis konflik membantu guru dan orang tua dalam merumuskan strategi penanganan yang adaptif. Misalnya, konflik intrapersonal memerlukan pendekatan *coaching* individu untuk membantu anak memahami emosinya, sementara konflik interpersonal

atau kelompok membutuhkan fasilitasi mediasi untuk menemukan solusi bersama (Huynh et al., 2015; Machel, 2010). Seperti yang diungkapkan oleh Jean Piaget dalam teorinya tentang perkembangan kognitif, bahwa konflik sosiokognitif (konflik yang timbul dari perbedaan sudut pandang) justru dapat memicu disequilibrium yang mendorong asimilasi dan akomodasi pengetahuan, sehingga anak dapat membangun pemahaman yang lebih kompleks tentang dunia sosial mereka. Dengan kata lain, konflik menjadi katalisator bagi perkembangan kognitif dan sosial.

Oleh karena itu, alih-alih menghindari atau menekan konflik, pendekatan yang lebih konstruktif adalah membimbing anak untuk mengelola konflik sebagai kesempatan belajar. Dari perspektif teori konflik sosial, konflik adalah mekanisme untuk negosiasi ulang norma, batas, dan distribusi sumber daya. Pada anak-anak, ini berarti mereka belajar tentang keadilan, berbagi, dan batasan pribadi. Mengutip Lev Vygotsky dengan konsep *Zone of Proximal Development* (ZPD), interaksi sosial, termasuk konflik yang dimediasi oleh orang dewasa atau teman sebaya yang lebih mampu, dapat memperluas kapasitas anak dalam memecahkan masalah dan mengembangkan keterampilan sosial. Dengan memahami karakteristik masing-masing jenis konflik dan melihatnya sebagai peluang pertumbuhan, kita dapat membantu anak-anak tidak hanya menyelesaikan masalah yang ada, tetapi juga membangun fondasi yang kuat untuk keterampilan resolusi konflik sepanjang hidup mereka.

B.Karakteristik perkembangan anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) dan hubungannya dengan konflik

Perkembangan kognitif pada anak usia sekolah dasar, yang mencakup kemampuan memahami sebab-akibat dan perspektif orang lain, secara fundamental memengaruhi bagaimana mereka merasakan dan menanggapi konflik. Pada tahap ini, anak mulai mampu berpikir lebih logis dan konkret, meskipun belum sepenuhnya abstrak. Mereka mulai bisa mengidentifikasi bahwa tindakan tertentu (sebab) akan menghasilkan konsekuensi tertentu (akibat). Misalnya, jika seorang anak merebut mainan temannya (sebab), maka temannya akan menangis atau marah (akibat). Lebih krusial lagi, mereka mulai mengembangkan *theory of mind* atau kemampuan mengambil perspektif orang lain, yakni memahami bahwa orang lain memiliki pikiran, perasaan, dan keinginan yang berbeda dari dirinya. Ini adalah langkah besar dari egosentrisme masa prasekolah.

Dalam konteks konflik, pemahaman sebab-akibat memungkinkan anak untuk melihat konsekuensi dari tindakan mereka sendiri dan orang lain, yang menjadi dasar bagi rasa tanggung jawab. Misalnya, jika seorang anak memukul temannya, ia bisa mulai memahami bahwa tindakan itu menyebabkan temannya sakit dan tidak mau lagi bermain dengannya. Kemampuan perspektif orang lain sangat vital; ia memungkinkan anak untuk berempati dan memahami alasan di balik tindakan atau perasaan lawan konfliknya.

Contoh, dua anak berebut pensil warna. Tanpa pemahaman perspektif, masing-masing hanya melihat

keinginan sendiri. Dengan pemahaman perspektif, mereka bisa diajak berpikir, "Bagaimana perasaan temanmu kalau pensilnya kamu rebut? Mungkin dia juga sangat butuh itu."

Jika aspek kognitif ini tidak berkembang dengan baik (Implikasi), anak mungkin akan terus mengulang pola konflik yang sama karena tidak memahami hubungan sebab-akibat dari perilakunya (misal: terus memukul karena tidak mengerti mengapa temannya menjauh). Mereka juga akan kesulitan dalam bernegosiasi dan menemukan solusi *win-win* karena tidak bisa membayangkan atau menerima sudut pandang orang lain, sehingga konflik cenderung berakhir dengan kekerasan fisik, verbal, atau penarikan diri karena frustrasi.

Tabel 1. Karakteristik perkembangan anak SD

Usia	Karakteristik Perkembangan	Bentuk Konflik yang Umum Terjadi
6 - 8 Tahun	- Mulai memahami aturan- - Belajar bekerja sama - Ego masih tinggi - Emosi belum stabil	- Rebutan barang/mainan- - Sulit berbagi - Mudah marah dan menangis
9 - 10 Tahun	- Kemampuan sosial meningkat- - Mulai memahami sudut pandang orang lain- - Belajar memecahkan masalah sederhana	- Salah paham - Persaingan dalam permainan atau tugas - Mulai belajar negosiasi
11 - 12 Tahun	- Mencari identitas diri - Membangun solidaritas kelompok - Mulai membentuk nilai dan prinsip diri	- Konflik antar kelompok teman- - Selektif dalam memilih teman - Persaingan untuk pengakuan sosial

- Usia 6-8 tahun, konflik sering terjadi karena anak-anak masih berpusat pada diri sendiri dan belum mampu mengelola emosi dengan baik.
- Usia 9-10 tahun, anak mulai mengembangkan kemampuan sosial dan belajar memahami sudut pandang orang lain, sehingga konflik mulai bisa diselesaikan dengan negosiasi.
- Usia 11-12 tahun, konflik lebih kompleks karena berkaitan dengan dinamika kelompok dan pencarian identitas diri.

Seiring dengan perkembangan kognitif, perkembangan emosional pada anak usia SD juga mengalami lonjakan signifikan, khususnya dalam pengenalan emosi dan regulasi diri. Anak mulai bisa mengidentifikasi berbagai macam emosi (marah, sedih, senang, kecewa, takut) pada diri sendiri dan orang lain, bukan hanya membedakan antara "baik" dan "buruk". Yang lebih penting, mereka mulai belajar regulasi diri emosional, yaitu kemampuan untuk mengelola, mengekspresikan, dan mengontrol respons emosional mereka secara tepat dalam berbagai situasi. Ini bukan berarti menekan emosi, melainkan menyalurkannya dengan cara yang konstruktif.

Dalam konflik, pengenalan emosi adalah langkah pertama untuk mengatasi perasaan negatif yang muncul. Anak yang bisa mengidentifikasi dirinya "marah" atau "kecewa" akan lebih mudah mencari cara yang sehat untuk mengungkapkannya. Regulasi diri memungkinkan anak untuk tidak langsung bereaksi agresif saat marah atau pasif saat takut, melainkan mengambil jeda, menarik napas, atau mencari bantuan. Ini adalah pondasi penting bagi mediasi, di mana anak

perlu tenang untuk bisa mendengarkan dan berpikir rasional.

Contoh, seorang anak frustrasi karena kalah bermain. Anak dengan regulasi emosi yang baik mungkin akan menghela napas, mengatakan "Aku kesal!" lalu mencari cara lain, daripada langsung merusak permainan atau memaki temannya.

Jika aspek emosional ini tidak berkembang (Implikasi), anak akan cenderung bereaksi impulsif terhadap konflik, seperti memukul, berteriak, atau menangis histeris. Mereka mungkin kesulitan mengungkapkan perasaan mereka secara verbal dan efektif, yang memperburuk konflik. Ketidadaan regulasi diri dapat menyebabkan escalation konflik menjadi agresi fisik atau verbal yang berbahaya, atau sebaliknya, penarikan diri dan perasaan tidak berdaya yang berkepanjangan. Terakhir, perkembangan sosial pada anak usia sekolah dasar menjadi sangat dinamis, berpusat pada persahabatan, kelompok sebaya, dan pemahaman aturan sosial. Di usia ini, persahabatan mulai memiliki makna yang lebih dalam dan eksklusif; kualitas pertemanan menjadi sangat penting bagi kesejahteraan mereka. Kelompok sebaya (*peer group*) menjadi arena penting untuk belajar keterampilan sosial, seperti berbagi, bernegosiasi, bekerja sama, dan menyelesaikan perbedaan. Anak juga mulai memahami dan menginternalisasi aturan sosial yang tidak hanya berlaku di rumah, tetapi juga di sekolah dan lingkungan yang lebih luas, seperti pentingnya antre, berbicara sopan, atau menaati instruksi guru.

Dalam konteks konflik, pentingnya persahabatan dapat menjadi motivasi kuat bagi anak untuk mencari

solusi damai, karena mereka tidak ingin kehilangan teman. Dinamika kelompok sebaya mengajarkan anak bagaimana berinteraksi dengan berbagai kepribadian dan memahami norma-norma sosial tentang bagaimana konflik sebaiknya dipecahkan dalam kelompok. Pemahaman akan aturan sosial memberikan kerangka bagi anak untuk membedakan perilaku yang diterima dan tidak diterima dalam konflik, dan membantu mereka mengikuti proses mediasi.

Contoh, dua sahabat bertengkar karena perbedaan pendapat saat mengerjakan tugas kelompok. Karena nilai persahabatan itu penting bagi keduanya, mereka lebih cenderung mencari jalan tengah daripada memutuskan pertemanan, apalagi jika dibantu mediator yang mengingatkan nilai persahabatan.

Jika aspek sosial ini tidak berkembang (Implikasi), anak mungkin akan kesulitan membangun dan mempertahankan persahabatan, karena tidak tahu cara mengelola konflik yang tak terhindarkan dalam hubungan. Mereka bisa menjadi terisolasi secara sosial atau seklusi dari kelompok sebaya. Kurangnya pemahaman aturan sosial dapat membuat mereka melanggar norma saat berkonflik (misal: bermain curang, menyebarkan gosip), yang merusak reputasi dan hubungan mereka. Konflik yang tidak teratasi akibat kurangnya keterampilan sosial juga dapat mengarah pada perilaku *bullying* atau menjadi korban *bullying*.

C. Sumber-sumber konflik umum pada anak SD

Dalam kehidupan anak usia sekolah dasar, konflik adalah bagian tak terhindarkan dari proses sosialisasi

dan perkembangan. Salah satu jenis konflik yang paling sering terjadi dan mudah dikenali adalah konflik perebutan mainan atau barang (Straus & Gelles, 2017; Whelan, 2024). Konflik ini umumnya berakar pada egosentrisme yang masih ada pada tahap perkembangan anak, di mana mereka cenderung memprioritaskan keinginan dan kepemilikannya sendiri. Anak-anak di usia ini sering kesulitan berbagi atau menunggu giliran, terutama jika barang yang diperebutkan adalah sesuatu yang sangat diinginkan atau dianggap istimewa. Contohnya, dua siswa di kelas 1 yang sama-sama ingin menggunakan satu-satunya *lego set* yang besar di sudut bermain, atau dua anak berebut pulpen dengan warna favorit. Konflik jenis ini mengajarkan anak tentang konsep kepemilikan, berbagi sumber daya yang terbatas, serta pentingnya negosiasi dan kompromi. Penyelesaian konflik ini secara efektif dapat membantu anak memahami bahwa dunia tidak selalu berputar di sekitar mereka dan bahwa orang lain juga memiliki hak dan keinginan.

Tabel 2. Sumber- sumber konflik apada anak usia SD

Sumber Konflik	Deskripsi	Contoh Nyata
Persaingan atau Perebutan	Konflik muncul karena berebut sumber daya (mainan, perhatian, atau hak).	- Berebut mainan di kelas. - Memperebutkan tempat duduk favorit.
Perbedaan Pendapat	Anak belum mampu mengelola perbedaan keinginan atau ide dalam kelompok.	- Berselisih saat memilih permainan kelompok. - Debat tentang aturan main.
Ketidakadilan	Persepsi ketidakadilan dalam pembagian peran, hadiah, atau perlakuan.	- Merasa tidak dipilih dalam tim olahraga. - Protes saat guru pilih kasih.
Sosial-Emosional	Kurangnya keterampilan mengontrol emosi (marah, cemburu, atau frustrasi).	- Menangis karena diejek. - Memukul saat merasa tersinggung.

Perilaku Agresif	Anak meniru atau menunjukkan perilaku agresif (fisik/verbal) dari lingkungan.	- Mengancam teman seperti yang dilihat di TV. - Mem-bully teman lebih lemah.
Perbedaan Karakter	Tabiat yang tidak cocok (e.g., anak pemalu vs. dominan).	- Anak pendiam kesal karena terus diganggu. - Anak aktif dianggap "nakal".
Faktor Eksternal	Pengaruh dari luar sekolah (keluarga, media, atau masalah ekonomi).	- Anak melampiaskan emosi karena orang tua bertengkar. - Meniru kekerasan dari game.

Seiring dengan perkembangan sosial, anak-anak mulai menjalin hubungan yang lebih kompleks, memunculkan konflik persahabatan. Konflik ini lebih subtil dan seringkali melibatkan aspek emosional yang lebih dalam dibandingkan perebutan barang. Akar masalahnya bisa bervariasi: iri hati terhadap teman yang memiliki sesuatu yang lebih baik atau mendapatkan perhatian lebih dari guru; pengucilan (eksklusi sosial) di mana satu anak merasa tidak dilibatkan dalam kelompok bermain atau pertemanan; atau salah paham yang timbul dari perbedaan interpretasi terhadap perkataan atau tindakan teman. Contohnya, seorang anak merasa temannya tidak mau lagi bermain dengannya hanya karena temannya bermain dengan anak lain, padahal mungkin ada alasan lain yang tidak ia ketahui. Atau, sekelompok anak sengaja tidak mengajak satu teman tertentu bermain karena mereka merasa anak itu "tidak seru". Konflik persahabatan ini sangat penting karena memaksa anak untuk menghadapi dinamika hubungan sosial, belajar tentang empati, komunikasi verbal non-agresif, serta memahami kompleksitas perasaan teman dan dirinya sendiri. Resolusi konflik jenis ini krusial untuk membangun dan mempertahankan keterampilan sosial yang sehat.

Di lingkungan sekolah maupun rumah, konflik aturan adalah jenis perselisihan yang umum terjadi. Konflik ini muncul ketika anak-anak melanggar atau menolak mengikuti aturan dan batasan yang telah ditetapkan oleh figur otoritas (guru, orang tua) atau norma kelompok. Anak-anak usia SD masih dalam proses menginternalisasi aturan sosial dan moral, sehingga terkadang mereka menguji batas atau belum sepenuhnya memahami alasan di balik suatu aturan. Contohnya, seorang siswa menolak untuk mengantre saat akan minum di kantin, atau seorang anak di rumah tidak mau merapikan mainannya setelah bermain sesuai instruksi orang tua. Konflik aturan ini tidak hanya tentang kepatuhan, tetapi juga tentang pengembangan rasa tanggung jawab, pemahaman konsekuensi, dan respek terhadap otoritas serta norma sosial. Penanganan konflik aturan yang konsisten dan edukatif dapat membantu anak mengembangkan disiplin diri dan memahami pentingnya struktur dalam kehidupan bermasyarakat. Kegagalan dalam menangani konflik aturan dapat menyebabkan anak kurang menghargai batasan dan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan yang lebih terstruktur.

Jenis konflik yang paling kompleks dan seringkali lebih menantang untuk diselesaikan adalah konflik perbedaan pendapat atau nilai. Konflik ini tidak selalu melibatkan perebutan fisik atau pelanggaran aturan yang jelas, melainkan pertentangan yang lebih abstrak terkait dengan ide, keyakinan, preferensi, atau cara melakukan sesuatu. Anak-anak mulai mengembangkan identitas dan pandangan unik mereka, yang kadang berbenturan dengan pandangan teman sebaya atau

orang dewasa. Contohnya, dua siswa yang berdebat tentang cara terbaik menyelesaikan tugas kelompok (satu ingin cepat selesai, yang lain ingin hasil sempurna), atau perbedaan pandangan tentang "adil" dalam suatu situasi. Konflik jenis ini mendorong anak untuk berpikir kritis, mengartikulasikan argumen, dan belajar menghargai pluralitas pemikiran. Ini adalah ajang latihan demokrasi mini, di mana anak belajar bahwa tidak semua orang harus berpikir sama, dan bahwa konsensus atau kompromi bisa dicapai meskipun ada perbedaan fundamental. Kemampuan mengelola konflik perbedaan pendapat adalah fondasi penting bagi toleransi dan berpikir terbuka di masa depan.

D. Dampak konflik yang tidak dikelola dengan baik

Ketika konflik pada anak usia sekolah dasar tidak dikelola dengan baik, dampaknya bisa meluas dan merugikan berbagai aspek perkembangan mereka. Salah satu area yang paling cepat terlihat adalah dampak negatif pada emosi anak, yang seringkali bermanifestasi sebagai frustrasi, kemarahan, atau kesedihan yang berkepanjangan. Anak yang terus-menerus mengalami konflik tanpa resolusi yang sehat bisa merasa tidak berdaya, cemas, atau bahkan menunjukkan regresi perilaku (Gao & Tian, 2023; Levchin et al., 2023). Misalnya, seorang anak yang sering berebut mainan tanpa ada mediasi mungkin akan merasa sangat frustrasi sehingga sering meledak dalam amarah atau sebaliknya, menarik diri dalam kesedihan karena merasa tidak ada yang membelanya. Emosi negatif yang terpendam ini bisa mengganggu

kestabilan emosional anak, membuat mereka sulit fokus, atau bahkan menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti sakit perut atau sakit kepala karena stres.

Selain itu, konflik yang tidak dikelola dengan baik juga memberikan dampak serius pada hubungan sosial anak. Persahabatan yang seharusnya menjadi sumber dukungan dan kegembiraan bisa dengan mudah rusak atau terputus, bahkan karena hal-hal sepele jika anak tidak diajarkan cara berdamai. Anak yang berulang kali terlibat konflik tanpa resolusi yang konstruktif mungkin akan kesulitan membangun hubungan baru, merasa terisolasi, atau bahkan menjadi subjek penolakan dari kelompok sebaya. Misalnya, seorang anak yang selalu mendominasi dalam permainan dan tidak mau berbagi, bisa akhirnya dijauhi oleh teman-temannya. Keterampilan sosial yang tidak berkembang karena konflik yang tidak diselesaikan bisa menghambat kemampuan anak untuk beradaptasi di lingkungan sosial yang lebih luas, termasuk di masa depan.

Dampak konflik yang tak terselesaikan juga merambah ke area pembelajaran dan kinerja akademik. Anak-anak yang memiliki masalah emosional atau sosial akibat konflik cenderung sulit berkonsentrasi di kelas, karena pikiran mereka terbebani oleh masalah atau perasaan negatif. Energi yang seharusnya digunakan untuk belajar malah terkuras untuk mengelola stres atau memikirkan konflik yang belum usai. Contohnya, seorang siswa yang baru saja bertengkar dengan temannya di jam istirahat mungkin akan sulit fokus pada pelajaran matematika berikutnya, atau hasil belajarnya menurun karena ia terlalu cemas

dengan status pertemanannya. Lingkungan kelas yang penuh konflik juga bisa menjadi tidak kondusif, mengganggu proses belajar mengajar secara keseluruhan, dan pada akhirnya, menghambat pencapaian akademik anak.

Lebih lanjut, konflik yang tidak ditangani dengan tepat berpotensi berkembang menjadi *bullying*, sebuah bentuk agresi yang berulang dan disengaja dengan ketidakseimbangan kekuatan. Konflik biasa dapat berubah menjadi *bullying* ketika satu pihak secara sistematis menggunakan kekuasaan (fisik, verbal, atau sosial) untuk mendominasi atau menyakiti pihak lain yang lebih lemah, dan pola ini berulang. Misalnya, perselisihan perebutan mainan yang tidak pernah diselesaikan secara adil bisa membuat anak yang lebih kuat merasa berhak merampas, sementara anak yang lebih lemah terus-menerus menjadi korban dan tidak berani melawan. Tanpa intervensi yang tepat dari orang dewasa, perilaku ini bisa menguat dan merusak perkembangan psikologis korban maupun pelaku *bullying*. Ini menunjukkan betapa krusialnya mengelola konflik sejak dini agar tidak menjadi bibit masalah yang lebih besar dan sistemik dalam lingkungan anak.

Tabel 3. Dampak konflik yang tidak dikelola dengan baik

Aspek Dampak	Manifestasi Negatif	Contoh Nyata	Konsekuensi Jangka Panjang
Emosional	- Frustrasi, kemarahan, atau kesedihan berkepanjangan. - Kecemasan dan perasaan tidak berdaya. - Regresi perilaku (misal: mengompol).	Anak meledak marah setelah berebut mainan atau menarik diri karena tidak ada yang membela.	Gangguan kesehatan mental (depresi, rendah diri).
Sosial	- Rusaknya hubungan pertemanan. - Isolasi sosial atau penolakan oleh	Anak di jauhi karena selalu mendominasi	Kesulitan membangun

	teman sebaya. - Keterampilan sosial tidak berkembang.	permainan atau tidak mau berbagi.	hubungan di masa dewasa.
Akademik	- Sulit konsentrasi saat belajar. - Penurunan prestasi akademik. - Lingkungan kelas tidak kondusif.	Siswa tidak fokus pada pelajaran setelah bertengkar di jam istirahat.	Potensi kegagalan akademik dan kurangnya motivasi belajar.
Perilaku	- Eskalasi konflik menjadi bullying. - Perilaku agresif atau pasif yang terus-menerus.	Anak kuat merampas mainan berulang kali, anak lemah menjadi korban.	Siklus kekerasan atau menjadi pelaku/korban bullying.
Kesehatan Fisik	- Gejala psikosomatis (sakit perut, sakit kepala). - Gangguan tidur atau makan.	Anak mengeluh sakit perut setiap akan ke sekolah karena takut bertemu pelaku konflik.	Masalah kesehatan kronis akibat stres berkepanjangan.

BAB 2

MENGENAL MEDIASI KONFLIK UNTUK ANAK SEKOLAH DASAR

Memahami mediasi konflik khusus untuk anak SD memiliki urgensi tinggi karena tiga alasan pokok. Pertama, mediasi menawarkan pendekatan yang sesuai dengan tahap perkembangan kognitif dan emosional anak usia 6-12 tahun, di mana mereka membutuhkan bimbingan konkret untuk menyelesaikan perselisihan tanpa tekanan. Kedua, penerapan mediasi yang tepat dapat memberikan dampak transformatif berupa peningkatan kecerdasan emosional, kemampuan komunikasi, dan keterampilan sosial anak, yang akan menjadi fondasi penting dalam kehidupan mereka di masa depan. Ketiga, di era dimana kekerasan dan perundungan di lingkungan sekolah semakin mengkhawatirkan, mediasi muncul sebagai solusi preventif yang efektif untuk menciptakan budaya damai sejak dini. Bab ini menjadi krusial karena

tidak hanya memperkenalkan prinsip-prinsip dasar mediasi anak (seperti penggunaan bahasa sederhana, teknik role-playing, dan pendekatan win-win solution), tetapi juga menunjukkan bagaimana mediasi berbeda secara fundamental dari metode disiplin tradisional yang seringkali hanya berfokus pada hukuman daripada pemahaman akar masalah. Dengan menguasai konsep dalam bab ini, pendidik dan orang tua akan memiliki alat strategis untuk mengubah konflik menjadi momen pembelajaran yang berharga bagi anak-anak.

A. Apa itu mediasi konflik?

Mediasi konflik adalah sebuah proses terstruktur di mana pihak ketiga yang netral dan tidak memihak (*mediator*) membantu dua atau lebih pihak yang berkonflik untuk berkomunikasi, memahami sudut pandang masing-masing, dan mencapai kesepakatan atau solusi yang dapat diterima bersama. Ini berbeda signifikan dari pendekatan penyelesaian konflik lainnya. *Arbitrase*, misalnya, melibatkan pihak ketiga yang memiliki wewenang untuk mengambil keputusan akhir yang mengikat kedua belah pihak; mediator tidak memiliki wewenang tersebut (Beyens & Beullens, 2017; Gao & Tian, 2023). Sementara itu, fasilitasi lebih berfokus pada mempermudah komunikasi dan proses diskusi tanpa secara langsung mengarahkan pada penyelesaian konflik yang spesifik, sedangkan mediasi secara aktif membimbing pihak-pihak menuju solusi. Terakhir, intervensi langsung seringkali melibatkan pihak ketiga yang langsung memutuskan atau memerintahkan penyelesaian, tanpa melibatkan

partisipasi aktif dari pihak-pihak yang berkonflik. Dalam mediasi, fokus utamanya adalah pemberdayaan pihak-pihak yang berkonflik untuk menemukan solusi mereka sendiri, dengan mediator hanya berperan sebagai pemandu proses.

Manfaat mediasi bagi anak-anak sangatlah krusial dan melampaui sekadar menghentikan pertengkaran. Pertama, mediasi membantu anak mengembangkan keterampilan hidup (*life skills*) yang esensial, seperti komunikasi efektif, mendengarkan aktif, negosiasi, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan. Mereka belajar bagaimana mengartikulasikan perasaan dan kebutuhan mereka dengan cara yang konstruktif. Kedua, mediasi bersifat memberdayakan anak. Alih-alih dihakimi atau diputuskan, mereka diajak bertanggung jawab atas konflik mereka sendiri dan berpartisipasi aktif dalam mencari solusinya. Ini menumbuhkan rasa kompetensi dan self-efficacy. Terakhir, mediasi berperan penting dalam memelihara dan bahkan memperkuat hubungan antara anak-anak yang berkonflik. Daripada merusak pertemanan, mediasi mengajarkan anak cara mengatasi perbedaan tanpa harus memutuskan ikatan sosial, sehingga mereka belajar bahwa konflik adalah bagian normal dari hubungan yang sehat dan bisa diselesaikan tanpa harus saling menyakiti atau menghindari.

B. Prinsip-prinsip dasar mediasi yang ramah anak

Mediasi konflik yang efektif, terutama saat melibatkan anak-anak, berlandaskan pada beberapa prinsip inti yang memastikan prosesnya berjalan adil,

aman, dan konstruktif (Kuziv & Chornopyska, 2023; Syarifuddin & Nadhirah, 2023).

Pertama, netralitas mediator adalah fundamental. Mediator, baik itu guru, orang tua, atau bahkan siswa sebaya harus bersikap tidak memihak kepada salah satu anak yang berkonflik. Mereka tidak boleh menunjukkan preferensi, menghakimi, atau menyalahkan siapa pun. Peran mediator adalah sebagai fasilitator yang adil, menciptakan ruang aman agar kedua belah pihak merasa didengar dan dipahami, tanpa ada kekhawatiran akan bias. Jika anak merasakan mediator berpihak, proses mediasi akan gagal dan kepercayaan pun hilang.

Kedua, prinsip sukarela (partisipasi aktif anak) sangat penting. Mediasi tidak boleh dipaksakan. Anak-anak yang berkonflik harus bersedia untuk duduk bersama dan mencoba mencari solusi. Ketika anak berpartisipasi secara sukarela, mereka akan lebih termotivasi untuk terlibat aktif, menyampaikan perasaan dan keinginan mereka, serta bertanggung jawab terhadap kesepakatan yang dicapai. Memaksa anak untuk bermediasi hanya akan menimbulkan resistensi dan membuat prosesnya tidak efektif.

Ketiga, kerahasiaan adalah prinsip yang harus dijaga, meskipun dengan penyesuaian sesuai usia anak. Informasi yang diungkapkan selama sesi mediasi, terutama terkait perasaan pribadi atau detail konflik, idealnya harus dijaga kerahasiaannya oleh mediator. Ini membangun kepercayaan dan mendorong anak untuk berbicara jujur. Namun, untuk anak usia SD, kerahasiaan mungkin tidak absolut; mediator mungkin perlu melaporkan hal-hal tertentu (misalnya, jika ada

ancaman bahaya) kepada pihak yang berwenang, dengan penjelasan yang jelas kepada anak sebelumnya. Keseimbangan antara membangun kepercayaan dan menjaga keselamatan menjadi kunci.

Keempat, mediasi yang efektif berfokus pada kepentingan, bukan posisi. Posisi adalah apa yang diinginkan seseorang secara eksplisit (misalnya, "*Aku mau mainan itu!*"). Sementara kepentingan adalah alasan di balik keinginan tersebut (misalnya, "*Aku mau mainan itu karena aku bosan dan ingin ada teman main*"). Mediator membantu anak untuk menggali lebih dalam, melampaui tuntutan permukaan, untuk memahami kebutuhan, perasaan, dan motivasi mendasar yang mendorong perilaku mereka. Ketika fokus beralih dari "*siapa yang benar*" atau "*siapa yang salah*" ke "*apa yang penting bagi masing-masing*", solusi kreatif dan saling menguntungkan akan lebih mudah ditemukan.

Terakhir, tujuan mediasi adalah mencapai solusi *win-win* (solusi saling menguntungkan). Ini berarti bahwa kesepakatan yang dicapai haruslah adil dan dapat diterima oleh semua pihak yang berkonflik, di mana setiap anak merasa kepentingannya diakui dan sebagian kebutuhannya terpenuhi. Ini bukan tentang siapa yang menang atau kalah, melainkan tentang bagaimana semua pihak bisa mendapatkan sesuatu yang mereka inginkan atau butuhkan. Pendekatan ini mengajarkan anak-anak bahwa kerja sama bisa menghasilkan hasil yang lebih baik daripada persaingan, dan bahwa persahabatan bisa tetap terjalin meski ada perbedaan.

C. Siapa yang bisa menjadi mediator?

Dalam konteks resolusi konflik pada anak usia sekolah dasar, peran mediator bisa diemban oleh beberapa pihak yang memiliki kedekatan dan pengaruh terhadap anak. Mereka adalah fasilitator penting yang membantu anak belajar keterampilan hidup berharga.

1. Peran guru sebagai mediator

Guru adalah mediator alami di lingkungan sekolah. Mereka berada di posisi strategis untuk mengamati konflik yang terjadi sehari-hari di kelas atau di halaman sekolah (Ertürk, 2022; Knox, 2021). Peran guru sebagai mediator sangat krusial karena mereka memiliki otoritas dan kepercayaan dari siswa, serta pemahaman mendalam tentang dinamika kelas dan karakter masing-masing anak. Ketika guru menjadi mediator, mereka tidak hanya menyelesaikan masalah sesaat, tetapi juga mengajarkan siswa bagaimana berinteraksi secara konstruktif dan memecahkan masalah mereka sendiri. Misalnya, saat dua siswa berebut pensil warna, guru bisa memfasilitasi dialog, bukan langsung memutuskan siapa yang salah, sehingga anak-anak belajar berbagi dan bernegosiasi. Guru juga dapat mengintegrasikan mediasi sebagai bagian dari kurikulum sosial emosional, memberikan model perilaku yang positif dan membangun budaya kelas yang damai.

2. Peran orang tua sebagai mediator

Di lingkungan rumah, orang tua adalah mediator utama. Mereka menghadapi konflik antar saudara kandung atau antara anak dengan teman bermain di

lingkungan rumah. Peran orang tua sebagai mediator membantu anak-anak mereka mengembangkan keterampilan resolusi konflik sejak dini di lingkungan yang aman dan penuh kasih sayang (Margalit, 2010). Orang tua dapat mengajarkan anak untuk mengungkapkan perasaan mereka dengan kata-kata, mendengarkan perspektif saudaranya, dan mencari solusi yang adil bagi semua. Misalnya, ketika dua kakak beradik berebut remote TV, orang tua bisa membantu mereka menyepakati jadwal penggunaan atau mencari alternatif hiburan. Ini mengajarkan anak tentang kompromi, empati dalam keluarga, dan pentingnya menjaga hubungan kekerabatan, yang merupakan fondasi keterampilan sosial di luar rumah.

3. Peran siswa sebaya sebagai mediator (peer mediation)

Salah satu bentuk mediasi yang paling memberdayakan adalah mediasi sebaya (*peer mediation*). Dalam model ini, siswa yang terlatih bertindak sebagai mediator untuk membantu teman-teman sebayanya yang sedang berkonflik. Mereka biasanya dilatih oleh guru atau konselor sekolah tentang prinsip-prinsip mediasi dasar, seperti netralitas, mendengarkan aktif, dan fasilitasi solusi win-win. Keunggulan mediasi sebaya adalah anak-anak seringkali merasa lebih nyaman dan terbuka untuk berbicara dengan teman sebayanya yang mereka anggap setara, tanpa hambatan hierarki orang dewasa. Contohnya, di sebuah sekolah, ada "Duta Perdamaian Cilik" yang bertugas membantu teman-teman di jam

istirahat menyelesaikan perselisihan kecil. Ini tidak hanya menyelesaikan konflik, tetapi juga mengembangkan kepemimpinan, tanggung jawab, dan keterampilan sosial pada mediator itu sendiri, sekaligus menumbuhkan budaya saling membantu di antara siswa.

D. Kapan mediasi diperlukan dan kapan tidak?

Memahami kapan mediasi konflik merupakan strategi yang tepat dan kapan tidak adalah kunci untuk intervensi yang efektif pada anak usia sekolah dasar. Pendekatan yang salah dapat memperburuk situasi atau bahkan membahayakan.

1. Indikator kapan konflik perlu dimediasi

Mediasi idealnya diterapkan ketika konflik melibatkan ketidaksepakatan atau perbedaan pendapat yang bisa diselesaikan melalui dialog dan kompromi, di mana kedua belah pihak memiliki kemauan untuk berbicara dan mencari solusi Bersama (Wafula & Mulongo, 2020). Beberapa indikator utama bahwa mediasi diperlukan meliputi:

- Kedua belah pihak merasa dirugikan, konflik menimbulkan ketidaknyamanan atau kesedihan pada kedua anak yang terlibat, dan mereka ingin situasi membaik. Misalnya, dua teman yang berselisih karena salah paham dan keduanya merasa sedih karena hubungan mereka merenggang.
- Ada kemauan untuk berkomunikasi (walau sedikit), meskipun awalnya ada emosi, kedua anak menunjukkan sedikit kesediaan untuk duduk bersama atau mendengarkan. Mereka mungkin

marah, tapi tidak sepenuhnya menutup diri dari upaya penyelesaian.

- Tidak ada ketidakseimbangan kekuatan yang jelas, kedua anak memiliki posisi yang relatif setara dalam hal fisik, verbal, atau sosial. Tidak ada dominasi yang membuat salah satu pihak merasa terintimidasi.
- Fokus pada masa depan dan solusi, konflik lebih berfokus pada bagaimana menyelesaikan masalah agar tidak terulang di masa depan, bukan hanya mencari tahu siapa yang benar atau salah di masa lalu. Contohnya, mereka berebut pensil, dan tujuannya adalah bagaimana agar besok bisa pakai pensil itu bareng-bareng.
- Anak mampu berpikir rasional sederhana, anak-anak sudah cukup matang secara kognitif untuk memahami konsep sebab-akibat sederhana dan sedikit tentang perspektif orang lain, sehingga mereka bisa diajak berdiskusi tentang pilihan solusi.

2. Situasi di mana mediasi tidak tepat

Ada beberapa kondisi di mana mediasi bukan pilihan intervensi terbaik dan bahkan bisa berbahaya, sehingga diperlukan pendekatan yang berbeda, seringkali lebih bersifat direktif atau protektif (Ding et al., 2020):

- *Bullying* berat atau berulang, jika konflik melibatkan pola bullying yang sistematis, di mana ada pihak yang secara sengaja dan berulang kali menindas pihak lain yang lebih lemah, mediasi tidak tepat. Pelaku bullying tidak tertarik pada solusi *win-win* dan korban mungkin terlalu takut untuk berbicara. Dalam kasus

ini, diperlukan intervensi langsung, perlindungan korban, dan konsekuensi tegas bagi pelaku.

- Kekerasan fisik atau verbal ekstrem: ketika konflik telah eskalasi menjadi kekerasan fisik (memukul, menendang) atau verbal yang sangat agresif dan mengancam, prioritas utama adalah menghentikan tindakan kekerasan tersebut dan memastikan keamanan semua pihak. Mediasi hanya bisa dilakukan setelah emosi mereda dan ada jaminan keamanan.
- Ketidakseimbangan kekuatan yang ekstrem: jika ada perbedaan kekuatan yang sangat mencolok (misalnya, anak yang jauh lebih besar dan kuat melawan anak yang kecil dan penakut, atau satu anak yang memiliki pengaruh sosial sangat tinggi menindas yang terpinggirkan), mediasi tidak akan adil. Pihak yang lebih lemah akan merasa tertekan dan tidak bisa mengungkapkan kebutuhannya. Di sini, intervensi yang melindungi dan memberdayakan pihak yang lemah lebih diutamakan.
- Anak belum siap secara emosional/kognitif, jika anak terlalu kecil, terlalu emosional, atau memiliki keterbatasan kognitif yang serius sehingga tidak bisa memahami konsep mediasi atau berkomunikasi secara efektif, mediasi mungkin tidak berhasil. Mereka memerlukan bimbingan dan intervensi yang lebih langsung dan terstruktur.
- Adanya pelanggaran berat terhadap aturan sekolah/hukum, jika konflik melibatkan pelanggaran serius terhadap tata tertib sekolah atau bahkan tindakan kriminal (misalnya pencurian, vandalisme serius), masalah ini harus ditangani melalui prosedur

disipliner sekolah atau hukum, bukan mediasi. Mediasi dapat dilakukan setelah konsekuensi dari pelanggaran tersebut ditetapkan.

Membedakan situasi ini penting agar mediator dapat memilih alat yang tepat, memastikan keamanan dan keadilan, serta mencapai hasil yang paling efektif bagi perkembangan anak.

BAB 3

LANGKAH-LANGKAH PRAKTIS MEDIASI KONFLIK (MODEL 5 TAHAP)

Pemahaman mendalam tentang model 5 tahap mediasi konflik memiliki signifikansi krusial karena tiga alasan fundamental. Pertama, model ini menyediakan kerangka kerja terstruktur yang secara khusus dirancang untuk memandu anak SD melalui proses penyelesaian konflik secara sistematis, mulai dari menciptakan lingkungan aman hingga menemukan solusi berkelanjutan. Kedua, penerapan model ini secara konsisten terbukti memberikan dampak ganda: jangka pendek berupa de-eskalasi konflik seketika, dan jangka panjang berupa pembentukan pola pikir kolaboratif pada anak. Ketiga, di tengah kompleksitas dinamika sosial modern di sekolah dasar, model 5 tahap ini menjadi solusi praktis yang dapat diimplementasikan baik oleh guru maupun peer mediator dengan hasil yang terukur. Bab ini menjadi sangat urgent karena tidak hanya menjelaskan setiap tahapan (persiapan, penyampaian perspektif, eksplorasi kebutuhan, pencarian solusi, dan kesepakatan) secara operasional, tetapi juga menyertakan contoh-contoh konkret dan skenario khusus yang relevan dengan konflik khas anak SD, seperti perselisihan dalam permainan, masalah kerja kelompok, atau konflik interpersonal di kelas. Dengan menguasai model ini, pendidik akan memiliki alat

intervensi yang efektif untuk mengubah konflik menjadi pelajaran hidup yang berharga.

A.Tahap 1: mempersiapkan lingkungan dan membangun kepercayaan

Tahap pertama dalam mediasi konflik anak usia sekolah dasar adalah krusial untuk membangun fondasi yang kokoh agar proses selanjutnya berjalan lancar. Ini adalah fase di mana mediator menciptakan kondisi psikologis dan fisik yang kondusif (Woods et al., 2006).

Pertama, mediator harus menciptakan ruang yang aman dan netral. Ini berarti memilih lokasi yang tenang, bebas dari gangguan, dan tidak intimidatif bagi anak-anak. Ruang tersebut harus terasa netral, tidak berpihak pada salah satu anak. Misalnya, hindari melakukan mediasi di meja guru yang besar dan tinggi jika itu membuat anak merasa terintimidasi, atau di tempat di mana salah satu anak merasa lebih superior. Pilihlah area yang setara, seperti duduk melingkar di karpet atau di meja yang ukurannya pas untuk anak-anak. Lingkungan yang aman secara fisik dan psikologis ini akan mendorong anak merasa nyaman untuk berbicara dan mengurangi ketegangan awal.

Kedua, penting untuk membangun rapport dengan anak-anak yang berkonflik. Rapport adalah hubungan saling percaya dan pengertian yang terjalin antara mediator dan pihak-pihak yang berselisih. Ini bisa dimulai dengan sapaan hangat, senyum, atau pertanyaan pembuka yang ringan untuk mencairkan suasana sebelum masuk ke inti masalah. Misalnya, "*Hai anak-anak, terima kasih sudah mau datang. Bagaimana kabar*

kalian hari ini?" Tujuannya adalah membuat anak merasa mediator peduli, bisa diandalkan, dan tidak akan menghakimi. Tanpa rapport, anak mungkin akan enggan terbuka atau merasa tidak nyaman.

Ketiga, mediator perlu menjelaskan peran mediator dan aturan dasar mediasi secara sederhana dan jelas. Jelaskan bahwa mediator bukan hakim yang akan memutuskan siapa yang benar atau salah, melainkan fasilitator yang membantu mereka menemukan solusi sendiri. Aturan dasar bisa meliputi: *"bicara satu per satu," "mendengarkan saat teman bicara," "tidak saling menyalahkan," dan "mencari solusi bersama."* Mengatur ekspektasi ini sejak awal penting agar anak memahami prosesnya dan merasa prosesnya adil. Contohnya, *"Tugas Ibu/Bapak di sini bukan mencari tahu siapa yang salah, tapi membantu kalian berdua mencari jalan keluar terbaik agar bisa main bersama lagi."*

Terakhir, mediator harus sigap menenangkan emosi awal anak-anak. Anak-anak yang datang untuk mediasi seringkali masih dalam keadaan marah, sedih, atau frustrasi. Sebelum diskusi rasional bisa dimulai, emosi ini perlu diredakan. Mediator bisa menggunakan teknik sederhana seperti mengajak anak mengambil napas dalam-dalam, memberikan waktu untuk menenangkan diri, atau sekadar mengakui perasaan mereka (*"Kelihatannya kamu sangat marah/sedih ya"*). Jangan terburu-buru langsung membahas masalah, beri ruang untuk emosi itu mereda. Emosi yang tenang akan membuka jalan bagi pemikiran yang lebih jernih dan kolaborasi yang efektif.

B.Tahap 2: Mengumpulkan Informasi dan Mendengarkan Perspektif

1.Memberi kesempatan setiap pihak bercerita tanpa interupsi

Salah satu prinsip dasar dalam mediasi atau komunikasi efektif adalah memberikan kesempatan kepada setiap pihak untuk bercerita tanpa interupsi. Hal ini penting karena interupsi dapat memicu rasa tidak dihargai, memutus alur pikiran, dan memperburuk konflik. Ketika seseorang merasa didengarkan sepenuhnya, mereka cenderung lebih terbuka dan kooperatif (Detienne & Vernant, 1978). Misalnya, dalam konflik antara dua karyawan, mediator bisa memulai dengan mengatakan, *"saya ingin mendengar perspektif masing-masing tanpa gangguan. Silakan, anda bisa berbicara terlebih dahulu, dan setelah selesai, rekan anda akan mendapat giliran."* dengan demikian, setiap pihak merasa memiliki ruang aman untuk mengekspresikan diri.

2.Menggunakan pertanyaan terbuka untuk menggali fakta dan perasaan

Pertanyaan terbuka adalah alat yang sangat efektif untuk menggali informasi mendalam karena mendorong narasi panjang daripada sekadar jawaban "ya" atau "tidak." pertanyaan seperti *"bisa ceritakan bagaimana perasaan anda saat kejadian itu terjadi?"* atau *"apa yang anda harapkan dari penyelesaian masalah ini?"* memungkinkan pihak yang bercerita untuk menyampaikan emosi dan kebutuhan tersembunyi. Contoh, dalam kasus perselisihan keluarga, pertanyaan *"apa yang paling menyakitkan bagi anda dalam konflik ini?"* bisa mengungkap akar masalah

yang tidak terlihat di permukaan, seperti rasa tidak dianggap atau ketakutan akan kehilangan hubungan.

3. Teknik Mendengarkan Aktif (*Parafrase, Refleksi Perasaan*)

Mendengarkan aktif melibatkan parafrase (mengulang inti pembicaraan dengan kata-kata sendiri) dan refleksi perasaan (menangkap emosi yang tersirat). Teknik ini menunjukkan bahwa mediator benar-benar memahami dan validasi pengalaman pihak yang berbicara. Misalnya, jika seseorang mengatakan, "*saya lelah selalu diabaikan dalam rapat*," mediator bisa merespons, "*jadi, anda merasa kontribusi anda tidak diperhatikan, dan itu membuat anda frustrasi, benar?*" contoh lain: ketika seorang anak mengeluh, "*ibu tidak pernah punya waktu untukku*," refleksi perasaan seperti "*kamu merasa kesepian dan ingin lebih dekat dengan ibu?*" membantu anak merasa dipahami.

4. Memastikan Kedua Belah Pihak Merasa Didengar dan Dipahami

Langkah terakhir adalah memastikan tidak ada pihak yang merasa diabaikan. Mediator bisa merangkum pandangan dan perasaan kedua belah pihak secara seimbang sebelum beralih ke tahap solusi. Contoh: "*Jadi, di satu sisi, Anda merasa dikritik tanpa alasan, sementara Anda merasa hanya ingin memberikan masukan. Benarkah demikian?*" Pernyataan ini mengkonfirmasi bahwa semua perspektif telah tercatat. Dalam konflik bisnis, setelah masing-masing tim menyampaikan argumen, mediator dapat mengatakan, "*Saya mendengar bahwa kedua tim ingin proyek ini berhasil, tapi ada kekhawatiran tentang pembagian*

tugas. Mari kita cari titik temu." Dengan demikian, semua pihak merasa diakui, yang menjadi dasar untuk kolaborasi.

C. Tahap 3: Mengidentifikasi Isu Inti dan Kebutuhan

Mengidentifikasi isu inti dan kebutuhan dasar dalam mediasi konflik pada anak merupakan langkah krusial untuk mencapai resolusi yang berkelanjutan dan memenuhi kepentingan semua pihak. Konflik antaranak seringkali tampak sederhana di permukaan, seperti perselisihan mainan atau perbedaan pendapat, namun bisa dipicu oleh faktor yang lebih mendalam, seperti kebutuhan akan pengakuan, rasa adil, atau perhatian. Tanpa pemahaman yang rinci tentang akar masalah dan emosi yang terlibat, upaya mediasi berisiko hanya menyelesaikan gejala sementara tanpa menyentuh penyebab sebenarnya (Field, 2019). Proses identifikasi ini memerlukan pendekatan aktif dari mediator untuk menggali perasaan, persepsi, dan harapan anak melalui pertanyaan terbuka, empati, serta observasi perilaku nonverbal. Hal ini tidak hanya menghentikan konflik sementara tetapi juga membekali anak dengan keterampilan resolusi konflik yang berguna untuk kehidupan sosial mereka di masa depan.

1. Membantu anak-anak mengidentifikasi pokok permasalahan sebenarnya

Seringkali, konflik antar anak muncul dari hal yang tampak sederhana, seperti berebut mainan atau merasa tidak diikutsertakan dalam permainan. Namun, masalah sebenarnya mungkin lebih dalam, seperti rasa tidak aman, kebutuhan akan perhatian, atau keinginan untuk diakui. Orang dewasa dapat membantu anak mengidentifikasi akar masalah dengan bertanya, "*Apa yang sebenarnya membuat kamu marah saat temanmu*

mengambil mainan itu?" atau "Apa yang kamu inginkan saat kamu tidak diajak bermain?" Contoh, jika seorang anak menangis karena tidak mendapat giliran, mungkin yang ia butuhkan bukan sekadar mainan, melainkan pengakuan bahwa ia juga berhak bermain. Dengan menggali lebih jauh, anak belajar mengenali penyebab emosi mereka.

2. Membantu mereka memahami kebutuhan dan perasaan di balik keinginan/posisi mereka

Setelah masalah teridentifikasi, langkah selanjutnya adalah membantu anak memahami kebutuhan dan perasaan yang mendasari reaksi mereka. Misalnya, seorang anak yang bersikeras memilih permainan tertentu mungkin sebenarnya ingin merasa memiliki kendali atau takut diabaikan. Dengan bertanya, *"Apa yang kamu rasakan saat harus mengikuti pilihan temanmu?"*, kita membantunya menyadari emosi seperti kesal atau takut. Contoh lain: ketika anak marah karena adiknya merusak gambarnya, kita bisa tanyakan, *"Kamu kesal karena sudah bekerja keras, ya?"* Validasi emosi (*"Wajar kok merasa kecewa"*) membuat anak merasa dipahami dan lebih terbuka untuk mencari solusi.

3. Menemukan kesamaan atau titik temu jika ada

Setiap konflik biasanya memiliki celah untuk kompromi jika anak diajak melihat sudut pandang orang lain. Misalnya, dua anak yang berebut mainan bisa diajak diskusi: *"Kalian berdua ingin mainan ini, tapi bagaimana caranya agar semua senang?"* Mereka mungkin menyadari bahwa mereka bisa bermain bergantian atau

bersama-sama. Contoh lain: saat bertengkar karena memilih permainan, mereka bisa sepakat untuk memainkan kedua permainan secara bergiliran. Dengan menekankan tujuan bersama (*"Kalian kan ingin bersenang-senang bersama"*), anak belajar bahwa kerja sama lebih menyenangkan daripada konflik. Orang dewasa bisa memandu dengan pertanyaan seperti, *"Apa ide kalian agar tidak ada yang sedih?"* untuk mendorong solusi kreatif.

D. Tahap 4: Mencari Pilihan Solusi Bersama

Pentingnya mencari solusi bersama dalam mediasi ini terletak pada kemampuannya untuk mengajarkan anak nilai-nilai kolaborasi, empati, dan tanggung jawab, sekaligus memastikan bahwa semua pihak yang terlibat merasa didengar dan dihargai. Ketika anak diajak berpartisipasi aktif dalam menemukan solusi, mereka tidak hanya belajar menyelesaikan masalah secara konstruktif, tetapi juga mengembangkan keterampilan sosial dan emosional, seperti komunikasi efektif, toleransi, dan kemampuan bernegosiasi (Yarker et al., 2020). Pendekatan ini juga mencegah munculnya rasa tidak adil atau dendam, karena solusi yang dihasilkan berasal dari kesepakatan bersama, bukan paksaan otoritas.

1. Brainstorming solusi kreatif tanpa menghakimi

Langkah pertama dalam menyelesaikan konflik adalah menciptakan ruang aman bagi anak-anak untuk mengemukakan berbagai solusi tanpa takut dihakimi. Orang dewasa dapat memfasilitasi dengan kalimat seperti, *"Ayo kita pikirkan semua cara yang mungkin untuk*

menyelesaikan ini, tidak ada ide yang salah!" Misalnya, ketika dua anak berebut mainan, mereka mungkin menawarkan solusi seperti bergantian, bermain bersama, atau bahkan memilih mainan lain. Dengan tidak menyensor ide-ide mereka – bahkan yang tampak tidak realistis – anak merasa dihargai dan termotivasi untuk berpikir kreatif. Contoh lain: saat berselisih tentang aturan permainan, mereka bisa diajak membayangkan, *"Bagaimana jika kita coba cara baru?"* sehingga muncul variasi solusi yang lebih adil.

2. Mendorong anak-anak untuk mengusulkan ide mereka sendiri

Setelah brainstorming, penting untuk memberdayakan anak dengan meminta mereka memilih dan mengembangkan ide solusi secara mandiri. Tanyakan, *"Menurut kalian, solusi mana yang paling bisa dicoba?"* atau *"Apa ide kalian agar masalah ini tidak terulang?"* Misalnya, seorang anak mungkin menyarankan membuat jadwal giliran bermain, sementara yang lain mengusulkan sistem poin untuk menentukan siapa yang berhak memilih lebih dulu. Ketika anak merasa memiliki andil dalam menciptakan solusi, mereka lebih mungkin berkomitmen untuk melaksanakannya. Contoh konkret: dalam konflik berebut tempat duduk, anak-anak bisa sepakat membuat "perjanjian" tertulis yang mereka tandatangi bersama, sehingga merasa bertanggung jawab.

3. Mengevaluasi setiap solusi berdasarkan kelayakan dan konsekuensi

Tahap akhir adalah mengajak anak menganalisis solusi yang diusulkan dengan pertanyaan pemandu seperti, "*Apa dampaknya jika kita lakukan ini?*" atau "*Apakah ini adil untuk semua?*" Misalnya, jika solusinya adalah "bergantian setiap 5 menit," orang tua bisa mengajak mereka mempertimbangkan: "*Cukupkah waktu itu? Bagaimana jika salah satu masih ingin bermain?*" Dengan demikian, anak belajar menimbang konsekuensi secara realistis. Contoh lain: saat memutuskan untuk berbagi kue, evaluasi bersama ("*Jika dipotong kecil, apakah cukup untuk semua?*") melatih empati dan logika. Jika solusi pertama gagal, tekankan bahwa tidak masalah—mereka bisa mencoba opsi lain hingga menemukan yang paling efektif. Proses ini mengajarkan resilience dan kolaborasi.

E. Tahap 5: menyepakati solusi dan membangun komitmen

Pentingnya tahap ini terletak pada pembentukan rasa kepemilikan (*ownership*) terhadap solusi, sehingga anak tidak merasa dipaksa, melainkan terlibat aktif dalam proses perdamaian. Dengan mencapai kesepakatan, anak belajar nilai negosiasi, kolaborasi, dan konsistensi, sementara komitmen yang dibangun memperkuat tanggung jawab sosial dan emosional mereka. Selain itu, tahap ini juga mencegah konflik berulang dengan menanamkan kesadaran bahwa setiap pihak harus mematuhi solusi yang telah disetujui Bersama (Bartholomew et al., 2011). Tanpa komitmen, solusi bisa menjadi sekadar wacana, sehingga

pendamping (orang tua, guru, atau mediator) perlu memastikan bahwa anak memahami konsekuensi dan manfaat dari kesepakatan tersebut.

1. Memilih solusi yang disepakati bersama oleh semua pihak

Setelah berbagai solusi diusulkan dan dievaluasi, langkah krusial adalah memilih satu solusi yang disetujui semua pihak. Proses ini melibatkan dialog untuk mencapai konsensus, bukan sekadar memaksakan pendapat mayoritas. Misalnya, ketika dua anak berselisih tentang bermain ayunan, mereka bisa diajak berdiskusi *"Dari semua ide tadi, mana yang menurut kalian paling adil dan bisa dilakukan sekarang?"* Jika mereka memilih bergantian setiap 10 menit, pastikan keduanya benar-benar setuju. Contoh lain: dalam konflik kelompok belajar, solusi seperti pembagian tugas yang jelas harus disepakati semua anggota. Ini melatih anak menghargai demokrasi dan keadilan.

2. Merumuskan perjanjian yang jelas, spesifik, dan realistis

Kesepakatan harus dirumuskan secara konkret agar mudah dipahami dan dijalankan. Hindari kalimat ambigu seperti *"Kalian harus lebih baik lagi,"* ganti dengan *"Kalian akan bergantian menggunakan sepeda setiap hari, dimulai dari A di hari Senin dan B di hari Selasa."* Contoh lain: jika anak-anak berjanji tidak saling menyela saat berbicara, rumuskan aturannya: *"Kita akan pakai sistem 'bola bicara' – yang memegang bola boleh bicara, lainnya mendengarkan."* Spesifikasi waktu (*"10 menit per giliran"*), tindakan (*"mengacungkan tangan jika ingin protes"*), dan konsekuensi (*"jika melanggar, istirahat"*

5 menit dari permainan") membuat perjanjian lebih efektif.

3. Membangun komitmen untuk menaati perjanjian

Kesepakatan akan sia-sia tanpa komitmen. Tekankan bahwa perjanjian adalah tanggung jawab bersama. Untuk memperkuat ini, anak bisa diajak membuat tanda tangan simbolis di "kontrak" tertulis, atau berjanji dengan bersalaman. Misalnya: "*Kita sudah sepakat aturan ini. Apa kalian sungguh-sungguh akan menaatinya?*" lalu diikuti dengan afirmasi bersama. Contoh lain dalam proyek kelompok, komitmen bisa dibangun dengan pembagian peran yang disertai konsekuensi jelas ("*Jika tidak mengerjakan tugas, harus menyusul di waktu istirahat*"). Penguatan positif ("*Ayah bangga kalian bisa menjaga janji kemarin!*") juga meningkatkan motivasi untuk patuh.

4. Tindak lanjut (follow-up) jika diperlukan

Perjanjian perlu dipantau untuk memastikan keberlanjutannya. Jadikan evaluasi sebagai rutinitas dengan pertanyaan seperti: "Bagaimana hasil kesepakatan kita selama seminggu ini? Apa ada yang perlu diubah?" Misalnya, jika ternyata giliran bermain 10 menit terlalu singkat, anak bisa diajak menyesuaikan menjadi 15 menit. Contoh lain: dalam konflik saudara kandung yang berjanji tidak saling memukul, orang tua bisa mengadakan "rapat keluarga" mingguan untuk meninjau kemajuan. Jika perjanjian gagal, hindari hukuman—ajak mereka merevisi solusi. Follow-up mengajarkan anak bahwa penyelesaian masalah adalah

proses dinamis, dan konsistensi sama pentingnya dengan niat awal.

Dengan keempat tahap ini, anak tidak hanya belajar menyelesaikan konflik secara struktural, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai kejujuran, tanggung jawab, dan fleksibilitas dalam bekerja sama.

BAB 4

MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN PENDUKUNG UNTUK MEDIATOR EFEKTIF

Penguasaan keterampilan pendukung bagi mediator anak SD memiliki urgensi strategis karena tiga alasan utama. Pertama, efektivitas mediasi konflik sangat bergantung pada kompetensi mediator dalam menerapkan keterampilan inti seperti mendengarkan aktif, komunikasi non-verbal, dan pengelolaan emosi - kemampuan yang justru sering diabaikan dalam pendekatan konvensional. Kedua, penelitian menunjukkan bahwa mediator yang terlatih dengan baik dapat mengurangi eskalasi konflik hingga 70% sekaligus meningkatkan keberlanjutan solusi pada kasus-kasus konflik anak SD. Ketiga, di era dimana kompleksitas interaksi sosial anak semakin meningkat, keterampilan mediator menjadi faktor penentu dalam menciptakan lingkungan sekolah yang kondusif untuk pembelajaran sosial-emosional. Bab ini menjadi krusial karena tidak hanya mengidentifikasi kompetensi kunci mediator (seperti kemampuan bertanya reflektif, teknik parafrase, dan strategi menetralkan ketegangan), tetapi juga memberikan panduan praktis untuk melatih keterampilan tersebut melalui simulasi dan latihan berbasis kasus nyata yang dihadapi guru, orang tua, maupun siswa mediator. Dengan menguasai materi bab ini, calon mediator akan memiliki kapasitas untuk memandu proses mediasi secara lebih profesional dan

berdampak jangka panjang pada perkembangan karakter peserta didik.

A. Keterampilan Komunikasi Efektif

Keterampilan komunikasi efektif memegang peranan krusial dalam menyelesaikan konflik pada anak karena kemampuan ini tidak hanya membantu anak mengekspresikan perasaan dan kebutuhan secara jelas, tetapi juga memungkinkan mereka memahami perspektif orang lain, sehingga mengurangi eskalasi pertikaian. Konflik antaranak, seperti perselisihan mainan atau perbedaan pendapat, seringkali muncul akibat ketidakmampuan mereka mengartikulasikan emosi atau mendengarkan dengan empati (Bergmann & Brough, 2013). Dengan melatih komunikasi efektif seperti menggunakan kalimat "Aku" (contoh "*Aku marah ketika kamu mengambil bukuku tanpa izin*"), aktif mendengarkan, dan berlatih negosiasi—anak belajar menyelesaikan masalah secara konstruktif tanpa agresivitas atau penarikan diri. Selain itu, penguasaan keterampilan ini sejak dini membentuk fondasi untuk hubungan interpersonal yang sehat di masa depan, meningkatkan kecerdasan emosional, serta mengurangi ketergantungan pada orang dewasa sebagai penengah.

1. Keterampilan komunikasi efektif: mendengarkan aktif

Mendengarkan aktif adalah fondasi komunikasi efektif yang melibatkan perhatian penuh, pemahaman, dan respons yang sesuai. Ini tidak sekadar mendengar kata-kata, tetapi juga menangkap emosi dan niat di baliknya. Teknik seperti **parafrase** ("*Jadi yang kamu rasakan adalah...*") dan **refleksi perasaan** ("*Kamu*

tampak kecewa karena...") menunjukkan bahwa kita benar-benar memahami. Contoh saat anak mengeluh, "Aku benci sekolah!", tanggapilah dengan, "Kedengarannya kamu frustrasi. Ada sesuatu yang terjadi hari ini?" Pendekatan ini membangun kepercayaan dan mendorong pembicara untuk terbuka. Dalam konflik antar teman, mendengarkan aktif membantu mengidentifikasi akar masalah yang mungkin tersembunyi di balik kata-kata.

2. Menggunakan bahasa positif dan netral

Bahasa positif dan netral menciptakan atmosfer aman untuk dialog, mengurangi sikap defensif. Hindari kata-kata menyalahkan ("Kamu selalu...") dan gunakan pernyataan "Saya" ("Saya merasa khawatir ketika..."). Contoh: alih-alih mengatakan, "Kamu malas sekali!", lebih baik ucapkan, "Aku perhatikan PR-mu belum selesai. Ada kesulitan apa?" Dalam mediasi anak-anak, bimbing mereka untuk mengungkapkan kebutuhan tanpa menyerang: "Aku ingin mainan itu sebentar" daripada "Kamu egois!". Bahasa netral seperti "Kita berbeda pendapat" daripada "Kamu salah" juga mencegah eskalasi konflik. Pola komunikasi ini melatih anak mengelola emosi dan menyampaikan pikiran dengan konstruktif.

3. Mengajukan pertanyaan yang tepat

Pertanyaan efektif mampu menggali informasi dan emosi secara mendalam. Pertanyaan terbuka ("Bagaimana perasaanmu saat itu?") lebih baik daripada pertanyaan tertutup ("Apakah kamu marah?"). Contoh: saat anak bertengkar, tanyakan, "Apa yang kalian inginkan agar permainan ini adil?" daripada "Siapa yang mulai duluan?". Pertanyaan klarifikasi ("Apa maksudmu

dengan...?") juga penting untuk menghindari salah paham. Dalam diskusi kelompok, pertanyaan seperti "Apa ide kalian untuk solusi ini?" mendorong partisipasi aktif. Teknik bertanya SOCRATIC (merangsang pemikiran kritis) bisa diterapkan dengan, "Menurutmu, apa konsekuensi jika kita pilih cara ini?".

4. Memperhatikan bahasa tubuh dan ekspresi wajah

Komunikasi nonverbal sering lebih berpengaruh daripada kata-kata. Kontak mata, anggukan, dan postur terbuka (tidak menyilangkan tangan) menunjukkan keterlibatan. Contoh: saat anak berbicara, berjongkoklah hingga sejajar dengan tinggi badannya dan tatap matanya –ini membuatnya merasa dihargai. Ekspresi wajah yang sesuai (senyum untuk dukungan, wajah serius saat mendengar masalah) memperkuat empati. Dalam konflik, perhatikan tanda nonverbal seperti menghindar (mungkin tanda ketidaknyamanan) atau gerakan agresif (tangan mengepal). Ajarkan anak untuk membaca isyarat ini: *"Lihat, temanmu menggeser kursinya. Mungkin dia butuh ruang sekarang."* Keselarasan antara verbal dan nonverbal meningkatkan kedalaman komunikasi.

Dengan menguasai keempat keterampilan ini, komunikasi menjadi alat resolusi konflik yang powerful, sekaligus membangun kecerdasan emosional dan sosial anak. Orang dewasa yang memodelkan teknik ini memberikan contoh nyata bagi anak untuk ditiru dalam interaksi sehari-hari.

B. Keterampilan Mengelola Emosi (Diri Sendiri dan Anak)

1. Mengenali tanda-tanda emosi pada anak

Mengenali emosi anak merupakan langkah awal dalam membantu mereka mengelola perasaannya. Tanda-tanda emosi bisa berupa perubahan fisik (wajah memerah, napas cepat), perilaku (menendang, memukul), atau verbal (berteriak, menangis). Contoh: saat anak mulai menggigit bibir dan mengepalkan tangan, itu mungkin tanda ia sedang frustrasi. Beberapa anak mungkin menunjukkan emosi secara halus, seperti menarik diri atau diam membisu. Orang dewasa perlu peka terhadap isyarat ini. Misalnya, *seorang anak yang tiba-tiba berhenti bermain dan mondar-mandir mungkin sedang cemas*. Dengan mengenali tanda-tanda ini sejak dini, kita bisa segera merespons sebelum emosi meledak.

2. Strategi menenangkan anak yang marah atau frustrasi

Saat emosi anak memuncak, beberapa strategi efektif bisa diterapkan:

- Validasi emosi, *"Ayah tahu kamu kesal karena tidak bisa main game sekarang."*
- Teknik grounding, *"Mari kita tarik napas dalam bersama-sama, hitung sampai lima."*
- Memberi ruang, *"Kamu butuh waktu sendiri sebentar? Ibu ada di sini kalau kamu sudah siap bicara."*

Contoh konkret, ketika anak marah karena kue jatuh, alih-alih menyuruhnya berhenti menangis, katakan *"Memang sedih ya kuenya jatuh. Mau bikin yang baru bersama?"* Untuk anak yang lebih besar, teknik *"stoplight"* bisa digunakan (*merah=berhenti, kuning=berpikir, hijau=memecahkan masalah*). Strategi ini membantu anak beralih dari reaksi emosional ke pemecahan masalah.

3. Mengelola emosi diri sendiri agar tetap netral

Menjaga ketenangan diri sendiri sama pentingnya dengan menenangkan anak. Beberapa cara efektif:

- Self-monitoring, periksa diri sendiri ("*Apa aku mulai kesal?*") dan ambil jeda jika perlu.
- Self-talk positif, "*Ini hanya fase, mereka sedang belajar mengelola emosi.*"
- Teknik relaksasi, tarik napas dalam sebelum merespons.

Contoh situasi, ketika anak mengamuk di supermarket, alih-alih ikut emosi, orangtua bisa berbisik pada diri sendiri "*Dia lelah, bukan nakal,*" lalu merespons dengan tenang. Praktik mindfulness selama 5 menit sehari juga membantu meningkatkan regulasi emosi. Ingatlah bahwa anak belajar mengelola emosi dengan mencontoh orang dewasa di sekitarnya. Ketika kita menunjukkan cara merespons stres dengan tenang, kita memberikan model yang berharga bagi mereka.

Keterampilan ini tidak hanya berguna dalam situasi konflik, tetapi juga membangun fondasi kecerdasan emosional anak seumur hidup. Dengan praktik konsisten, baik anak maupun orang dewasa akan semakin terampil dalam mengenali, memahami, dan mengarahkan emosi secara konstruktif.

C. Keterampilan membangun empati

Empati memungkinkan anak memahami perasaan, perspektif, dan kebutuhan orang lain, sehingga mengurangi kecenderungan untuk bereaksi

secara agresif atau egois ketika menghadapi pertikaian. Dengan empati, anak belajar untuk tidak hanya fokus pada emosi diri sendiri, tetapi juga mengembangkan kemampuan berkomunikasi secara efektif, mencari solusi yang adil, dan memelihara hubungan harmonis dengan teman sebaya. Selain itu, empati juga membantu anak mengelola emosi negatif seperti marah atau kecewa, mengubah konflik menjadi pelajaran tentang toleransi dan kerja sama (Fry et al., 2023). Dalam jangka panjang, pengembangan empati sejak dini dapat mencegah perilaku bullying, meningkatkan kecerdasan sosial, dan membentuk kepribadian yang lebih peka terhadap lingkungan sekitar.

1. Mengajarkan Anak Melihat dari Sudut Pandang Orang Lain

Empati dimulai ketika anak mampu memahami bahwa orang lain memiliki pikiran dan perasaan yang berbeda. Orang tua dan pendidik dapat melatihnya dengan pertanyaan reflektif seperti, "*Menurutmu, bagaimana perasaan temanmu ketika kamu mengambil mainannya tanpa izin?*" atau "*Bagaimana kira-kira rasanya jika posisimu ditukar?*" Contoh praktis: ketika seorang anak tidak mau berbagi, tanyakan, "*Kalau kamu jadi dia, dan dia tidak mau meminjamkan mainannya padamu, bagaimana perasaanmu?*" Dengan begitu, anak belajar mempertimbangkan perspektif orang lain sebelum bertindak. Buku cerita juga bisa menjadi alat yang efektif – misalnya, mendiskusikan, "*Kenapa, ya, si Kelinci di cerita tadi sedih ketika ditertawakan?*"

2. Membantu Anak Memahami Perasaan Teman Mereka

Anak-anak seringkali belum sepenuhnya menyadari bahwa kata-kata atau tindakan mereka memengaruhi emosi orang lain. Untuk mengembangkan kesadaran ini, bimbing mereka mengenali ekspresi wajah, nada suara, dan bahasa tubuh. Misalnya: "*Lihat, wajah Adrian sekarang cemberut. Menurutmu, apa yang dia rasakan?*" atau "*Tadi suara Nia bergetar saat bilang 'jangan ganggu aku'. Kira-kira dia sedang bagaimana?*" Jika seorang anak bercerita bahwa temannya menangis karena diejek, tanyakan, "*Kalau kamu yang diejek seperti itu, apa yang akan kamu rasakan?*" Validasi emosi mereka ("*Kamu benar, pasti tidak enak ya kalau diperlakukan seperti itu*") memperkuat pemahaman empatik.

3. Latihan Peran dan Simulasi

Role-playing (bermain peran) adalah cara efektif untuk melatih empati secara langsung. Contoh aktivitas:

- Bermain peran konflik, "*Ayo kita coba. Kamu jadi Rina yang kesal karena tidak diajak bermain, dan Ibu jadi Sisi yang tidak menyadari perasaannya. Bagaimana sebaiknya Sisi bersikap?*"
- Simulasi situasi sosial, "*Bayangkan kamu melihat seorang anak sendirian di taman. Apa yang bisa kamu lakukan agar dia tidak merasa kesepian?*"
- Permainan kartu emosi, Minta anak menebak perasaan berdasarkan gambar ekspresi wajah, lalu diskusikan skenario yang mungkin menyebabkannya.

Dengan latihan ini, anak tidak hanya memahami emosi orang lain secara kognitif tetapi juga mengalami secara imajinatif bagaimana rasanya berada di posisi

tersebut. Semakin sering dilatih, empati akan menjadi kebiasaan alami dalam interaksi sosial mereka.

Empati adalah keterampilan yang bisa dikembangkan melalui pembiasaan. Dengan bimbingan yang konsisten, anak akan tumbuh menjadi pribadi yang peka, peduli, dan mampu membangun hubungan yang lebih harmonis dengan orang lain.

D. Keterampilan pemecahan masalah

Keterampilan pemecahan masalah konflik pada anak merupakan aspek fundamental dalam perkembangan sosial dan emosional mereka, karena konflik adalah bagian alami dari interaksi manusia, terutama saat anak-anak belajar berkomunikasi, berbagi, dan bekerja sama dengan orang lain. Kemampuan untuk menyelesaikan konflik secara konstruktif tidak hanya membantu anak mengurangi pertengkaran fisik atau verbal, tetapi juga membekali mereka dengan kecakapan hidup seperti empati, negosiasi, berpikir kritis, dan pengendalian emosi. Tanpa keterampilan ini, anak berisiko mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang sehat, baik di sekolah maupun di lingkungan sosialnya (Donohue et al., 2022). Selain itu, pemecahan masalah konflik yang efektif dapat mencegah eskalasi masalah menjadi bullying atau isolasi sosial, sekaligus memperkuat rasa percaya diri anak dalam menghadapi tantangan.

1. Mendorong brainstorming dan berpikir out of the box

Anak-anak perlu dibiasakan melihat konflik sebagai peluang untuk menemukan berbagai solusi

kreatif, bukan sekadar mencari satu jawaban "benar". Pendamping (guru/orang tua) dapat menciptakan lingkungan yang aman untuk bereksplorasi dengan menekankan, "*Tidak ada ide yang salah! Ayo kita dengar semua kemungkinan solusinya.*" Pernyataan ini membangun kepercayaan diri anak untuk mengungkapkan gagasan tanpa takut dihakimi. Teknik seperti *mind mapping* bisa digunakan untuk memvisualisasikan masalah (misalnya, "rebutan mainan") dengan cabang-cabang solusi yang mungkin, membantu anak melihat konflik secara holistik. Contoh pertanyaan stimulasi seperti, "*Bagaimana jika kita coba cara lain?*" atau "*Apa yang terjadi jika kalian bermain bergiliran?*" mengajak anak berpikir di luar kebiasaan.

Pendamping dapat menggunakan metode interaktif untuk menggali ide-ide unik dari anak. Misalnya, dengan role-play skenario "*bagaimana jika...*": "*Bagaimana jika mainan ini bisa bicara, apa yang akan dia katakan?*" atau "*Bagaimana jika kalian harus berbagi mainan ini selama 5 menit saja?*". Pendekatan ini mengubah konflik menjadi permainan imajinatif yang menyenangkan. Saat dua anak berebut mainan, tanyakan pertanyaan terbuka seperti, "*Apa saja cara agar kalian berdua bisa senang tanpa berebut?*". Jawaban mungkin mencakup opsi tak terduga seperti bergantian tiap 2 menit, menggabungkan cara bermain, atau bahkan menciptakan permainan baru bersama. Proses ini melatih fleksibilitas berpikir dan kemampuan negosiasi.

Setelah menghasilkan berbagai ide, ajak anak mengevaluasi opsi bersama-sama: "*Mana solusi yang adil untuk kalian berdua?*" atau "*Coba kita lihat, mana yang*

paling mudah dilakukan?". Misalnya, jika mereka memilih "bergiliran", bantu mereka membuat aturan konkret ("Kamu main 5 menit dulu, lalu gantian"). Jika memilih "bermain bersama", bimbing mereka untuk merancang interaksi ("Kamu jadi sopirnya, aku jadi penumpang"). Penting untuk memberi apresiasi saat anak berhasil menerapkan solusi kreatif: "Wah, ide bergiliran tadi bagus sekali! Kalian bisa menyelesaikan masalah tanpa marah-marah!". Refleksi ini memperkuat keyakinan anak bahwa konflik bisa diselesaikan dengan cara-cara inovatif yang memuaskan semua pihak.

2. Membimbing Anak Menemukan Solusi yang Tidak Terpikirkan Sebelumnya

Ketika anak terjebak dalam pola pikir kaku seperti "Aku harus menang!" atau "Aku harus dapatkan ini sekarang!", pendamping dapat menggunakan pertanyaan terbuka untuk memperluas perspektif mereka. Pertanyaan seperti "Apa yang bisa kita ubah agar masalah ini tidak terjadi lagi?" mengalihkan fokus dari keinginan instan ke solusi jangka panjang. Sementara pertanyaan imajinatif "Kalau kamu jadi superhero, bagaimana kamu menyelesaikan ini?" memanfaatkan dunia fantasi anak untuk merangsang pemikiran kreatif. Contoh konkret: saat anak bersikeras ingin mainan tertentu, tanyakan "Apa yang bisa kita buat bersama agar kamu dan temanmu sama-sama senang?", mendorong mereka melihat di luar keinginan pribadi.

Pendamping dapat mengajak anak mengalami langsung sudut pandang orang lain melalui role-

reversal. Misalnya, dalam konflik "Dia tidak mau berbagi mainan!", minta anak berperan sebagai temannya: "Sekarang kamu jadi dia. Kenapa kamu tidak mau berbagi tadi?". Latihan ini sering mengungkap alasan tak terduga (misal: takut mainannya rusak) yang membantu anak memahami motivasi pihak lain. Dalam konflik kelompok seperti "Aku benci kelompokku karena tidak mendengarkan idaku!", teknik ini bisa dikembangkan dengan meminta setiap anggota bergantian mempresentasikan ide temannya, bukan ide sendiri. Proses ini melatih empati sekaligus keterampilan mendengarkan aktif.

Untuk konflik tim yang kompleks, pendamping bisa memperkenalkan alat-alat terstruktur:

- **"Bola bicara"**: *Hanya yang memegang bola (atau benda tertentu) yang boleh berbicara, memastikan setiap suara didengar tanpa interupsi.*
- **Sistem voting**: Jika terjadi kebuntuan, ajarkan demokrasi sederhana dengan voting *"Mana ide yang paling disukai mayoritas?" sambil tekankan bahwa minoritas tetap dihormati.*
- **Pembagian tugas berdasarkan keahlian**: Bantu anak mengidentifikasi kekuatan masing-masing (*"Kamu jago menggambar, kamu yang desain poster. Kamu suka menulis, buatlah teksnya"*).

Contoh penerapan: Saat kelompok tidak sepakat tentang proyek sekolah, pendamping bisa memandu mereka menggunakan kombinasi teknik-teknik di atas—mulai dari role-play posisi masing-masing, voting untuk keputusan besar, lalu membagi tugas sesuai minat. Hasilnya bukan hanya penyelesaian

konflik, tetapi juga pembelajaran tentang kerja tim yang inklusif.

Ketika anak terjebak dalam pola pikir kaku seperti "Harus menang!" atau "Harus dapatkan ini sekarang!", pendamping dapat menggunakan pendekatan kreatif untuk memperluas perspektif mereka. Pertanyaan pemandu seperti "*Apa yang bisa kita ubah agar masalah ini tidak terjadi lagi?*" menggeser fokus dari hasil instan ke proses penyelesaian. Teknik *role-reversal* dengan meminta anak "*Coba sekarang kamu jadi temanmu. Apa yang akan kamu lakukan?*" secara efektif membangun empati dengan membuat mereka mengalami langsung sudut pandang orang lain. Untuk konflik kelompok, solusi terstruktur seperti "bola bicara" (yang mengajarkan kesabaran dan penghargaan atas giliran bicara), sistem voting (memperkenalkan prinsip demokrasi), dan pembagian tugas berdasarkan keahlian (mengoptimalkan potensi individu) tidak hanya menyelesaikan konflik tetapi mentransformasinya menjadi pengalaman belajar kolaboratif.

Kemampuan keluar dari pola pikir sempit memiliki dampak mendalam pada perkembangan anak. Pertama, ini melatih fleksibilitas mental - anak memahami bahwa setiap masalah bisa didekati dari berbagai sudut, seperti ketika mereka diminta membayangkan solusi ala superhero yang mengaktifkan kreativitas radikal. Kedua, proses ini secara alami mengurangi egoisme karena solusi kreatif cenderung bersifat *win-win* (misal bergiliran mainan daripada berebut), mengajarkan bahwa kepuasan tidak harus bersifat *zero-sum game* (*persamaan kata*). Ketiga, di

era disrupsi teknologi dan perubahan sosial cepat, kemampuan adaptasi dan inovasi menjadi krusial. Anak-anak yang terbiasa dengan multiple solution thinking akan lebih siap menghadapi kompleksitas dunia nyata, baik dalam hubungan interpersonal maupun tantangan profesional di masa depan. Dengan demikian, mediasi konflik bukan sekadar menyelesaikan masalah hari ini, tetapi berinvestasi pada kecakapan hidup esensial untuk masa depan.

Sebagai pendamping, orang dewasa perlu mengubah peran dari *problem solver* menjadi *fasilitator* yang memberdayakan. Pertama, tahan keinginan untuk langsung memberikan solusi ruangilah proses eksplorasi dengan pertanyaan seperti "*Menurutmu apa yang bisa kita coba?*" atau "*Ayo uji idemu dulu*". Kesabaran ini memupuk kemandirian dan rasa percaya diri anak. Kedua, apresiasi setiap gagasan tanpa penilaian, bahkan yang tampak tidak konvensional. Kalimat seperti "*Ide bagus! Kalau kita coba begini, kira-kira apa efeknya?*" menguatkan keberanian berpikir out-of-the-box sekaligus mengajak anak mengevaluasi konsekuensi. Ketiga, manfaatkan alat bantu visual dan kinestetik:

- Gambar/diagram untuk memetakan konflik ("*Ayo gambar apa yang terjadi*")
- Boneka atau action figure untuk role-play solusi
- Permainan simulasi seperti "*Apa yang akan kau lakukan jika...*" dengan kartu skenario

Contoh praktis, saat anak berebut mainan, ajak mereka menggambar skema giliran atau menggunakan jam pasir untuk membagi waktu. Pendekatan ini mengubah konflik menjadi tantangan kreatif. Yang

terpenting, tunjukkan antusiasme pada proses – bukan hanya hasil – dengan komentar seperti "*Ibu bangga kalian mau mencoba cara baru!*". Dengan demikian, anak tak hanya belajar menyelesaikan konflik hari ini, tetapi membangun *mindset* bahwa masalah adalah peluang untuk berinovasi. Keterampilan inilah yang akan menjadi bekal berharga saat mereka menghadapi tantangan kehidupan nyata yang jauh lebih kompleks!

E. Pentingnya konsistensi dan kesabaran

Konflik pada anak, baik dengan teman sebaya, orang tua, maupun lingkungan, seringkali muncul akibat ketidakmampuan mereka mengelola emosi atau kurangnya pemahaman tentang situasi sosial. Di sinilah peran konsistensi dan kesabaran menjadi kunci utama dalam membantu anak mengatasi masalah tersebut. Konsistensi dibutuhkan agar anak memahami batasan, aturan, serta konsekuensi yang jelas, sehingga mereka belajar bertanggung jawab atas tindakannya. Sementara itu, kesabaran diperlukan karena proses pembelajaran emosional dan sosial membutuhkan waktu serta pengulangan (Wu et al., 2010). Orang tua atau pendidik harus mampu menahan diri untuk tidak bereaksi secara impulsif, melainkan memberikan bimbingan yang tenang dan empatik.

1. Mediasi adalah proses yang membutuhkan waktu

Menyelesaikan konflik pada anak merupakan proses konstruktif yang membutuhkan pengulangan konsisten. Anak-anak tidak serta merta menguasai keterampilan mediasi dalam satu kali percobaan seperti halnya belajar naik sepeda, mereka perlu jatuh-bangun

berulang kali sebelum benar-benar terampil. Contoh nyata, meskipun sudah diajari cara bergiliran yang adil, anak usia 6 tahun mungkin masih membutuhkan 5-10 kali pengingat dengan pendampingan aktif sebelum benar-benar mengadopsi perilaku tersebut. Setiap pengulangan sebenarnya memperkuat jalur saraf di otak mereka, secara bertahap mengubah pemahaman kognitif menjadi kebiasaan yang otomatis.

Kesabaran Dinamis dalam Menghadapi Fluktuasi Emosi. Pendamping perlu mengembangkan kesabaran yang adaptif, memahami bahwa perkembangan anak tidak linear. Ada beberapa aspek krusial:

- Kemunduran adalah bagian alami (*"Kemarin sudah bisa meminta maaf dengan baik, tapi hari ini menolak"*) justru menunjukkan anak sedang menguji batas dan memproses pembelajaran
- Manajemen waktu emosional dengan teknik seperti: *"Kita jeda 5 menit dulu, minum air putih, baru lanjut bicara"* (memberikan waktu untuk regulasi emosi) *"Mau pelukan dulu sebelum lanjut diskusi?"* (menawarkan dukungan fisik untuk menenangkan)
- Penyesuaian strategi ketika suatu metode tidak bekerja, misalnya beralih dari dialog verbal ke permainan peran ketika anak terlalu emosional

2. Merayakan kemajuan sekecil apapun

Setiap langkah maju patut diakui sebagai pencapaian:

- Fokus pada usaha, bukan hasil sempurna: *"Tadi kamu sudah mengambil napas dalam ketika marah - itu langkah awal yang bagus!"*

- Pujian spesifik: Daripada "*Pintar*", lebih baik "*Aku suka caramu tadi mengusulkan giliran bermain 10 menit*"
- Refleksi positif: Di akhir hari, bahas "*Apa yang hari ini lebih baik dari kemarin?*"

Contoh konkret, saat anak yang biasanya melempar barang saat marah mulai bisa mengekspresikan kemarahan dengan kata-kata (meski masih kasar), apresiasi dengan "*Wah, tadi kamu bilang 'Aku sebel!' tanpa lempar mainan. Besok kita latihan bilang 'Aku kesal' ya?*" Pendekatan ini membangun *growth mindset* dimana anak memandang dirinya sebagai individu yang terus berkembang.

3. Memahami bahwa tidak semua konflik bisa diselesaikan sempurna

Mengelola ekspektasi adalah kunci dalam mediasi anak karena beberapa alasan mendasar. Pertama, konflik yang bersifat kronis seperti persaingan saudara kandung. Meskipun mungkin tidak akan hilang sepenuhnya, intensitasnya dapat dikurangi secara signifikan melalui rutinitas mediasi yang teratur. Kedua, faktor eksternal seperti kondisi fisik (*kelelahan, lapar*) atau tekanan emosional (*stres akademik*) sering menjadi penghambat penyelesaian konflik yang ideal. Dalam situasi demikian, solusi "*cukup baik*" yang berfokus pada pencegahan eskalasi ("*Setidaknya sekarang kalian bisa berada dalam satu ruangan tanpa bertengkar*") sering kali lebih realistis dan bermanfaat daripada mengeka penyelesaian sempurna.

4. Strategi efektif untuk mempertahankan kemajuan

Konsistensi dalam penerapan mediasi membutuhkan pendekatan terstruktur:

- Evaluasi berkala membantu memantau perkembangan dan menyesuaikan strategi ("*Perjanjian bagi waktu mainan minggu lalu sudah cukup baik, mari kita tingkatkan dengan menambah durasi bergiliran*").
- Modeling dari orang dewasa memberikan contoh nyata tentang pengelolaan emosi ("*Ayah tadi merasa frustrasi, jadi Ayah praktikkan teknik pernapasan yang kita pelajari bersama*").
- Fokus pada proses dengan memberikan apresiasi spesifik terhadap usaha ("*Ibu perhatikan tadi kamu berhasil menghentikan diri sebelum memukul - itu kemajuan yang luar biasa!*") menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan berkelanjutan.

5. Dampak jangka panjang dari pendekatan ini

Penerapan mediasi dengan ekspektasi realistis memberikan manfaat fundamental bagi perkembangan anak:

- Membangun ketekunan, anak memahami bahwa penguasaan keterampilan sosial memerlukan waktu dan latihan berulang.
- mengurangi tekanan pada pendamping, dengan memahami bahwa kemunduran adalah bagian alami dari proses belajar, orang dewasa dapat merespons dengan lebih sabar dan konstruktif.
- Menanamkan *growth mindset*, frase seperti "*kita sedang dalam proses belajar*" atau "*hari ini belum berhasil, besok kita coba lagi*" membantu anak mengembangkan pola pikir bahwa kemampuan dapat dikembangkan melalui usaha.

Pendekatan ini tidak hanya menyelesaikan konflik saat ini, tetapi juga membekali anak dengan kerangka berpikir dan keterampilan yang akan bermanfaat sepanjang hidup mereka dalam menghadapi berbagai tantangan sosial dan emosional.

Perlu dipahami bahwa resolusi konflik pada anak seringkali bersifat progresif, bukan instan. Beberapa konflik yang bersifat kronis seperti persaingan saudara hanya bisa dikelola, bukan dihilangkan sepenuhnya. Contoh, dua bersaudara yang selalu berebut mainan mungkin tidak akan berhenti bertengkar sama sekali, tetapi frekuensinya bisa berkurang dari 5 kali sehari menjadi 2-3 kali seminggu melalui mediasi rutin. Faktor fisiologis seperti kelelahan, lapar, atau tekanan akademik juga memengaruhi kapasitas anak untuk berpikir solutif. Dalam kondisi demikian, solusi "*cukup baik*" seperti *gencatan senjata sementara* ("*Kita istirahat dulu 15 menit*") sering lebih efektif daripada memaksakan penyelesaian sempurna.

5. Strategi konsistensi untuk perubahan perilaku

Membangun kebiasaan baru membutuhkan pendekatan terstruktur:

- *Follow-up* terjadwal, setelah mediasi, buat agenda evaluasi mingguan ("*Bagaimana kesepakatan bagi mainan kemarin? Apa perlu disesuaikan?*")
- Modeling, orang dewasa perlu menjadi contoh hidup dengan menunjukkan proses mereka sendiri ("*Tadi Ayah kesal lalu mengikuti teknik hitung sampai 10 yang kita pelajari*")

- Fokus pada progres mikro, apresiasi perkembangan sekecil apapun (*"Kemarin kamu langsung menangis, hari ini sudah bisa bilang 'Aku butuh waktu sendiri' - itu kemajuan besar!"*)

6. Nilai edukatif dari proses bertahap

Pendekatan ini mengajarkan pelajaran hidup esensial,

- Resiliensi, anak memahami bahwa kegagalan menyelesaikan konflik sekali bukan akhir segalanya
- Regulasi ekspektasi, orang tua/guru belajar melihat konflik sebagai indikator perkembangan, bukan kegagalan pengasuhan
- Growth mindset, frase seperti "kita sedang berproses" menormalisasi *learning curve* yang wajar

7. Implementasi praktis dalam keseharian

Beberapa teknik aplikatif:

- Kalimat penengah, *"tidak apa-apa belum berhasil hari ini. Besok kita coba lagi!"*
- visualisasi progress, buat grafik sederhana untuk menandai hari-hari tanpa konflik besar.
- role-play preventif, praktikkan skenario konflik sebelum terjadi (*"kalau nanti temanmu mengambil pensilmu tanpa izin, apa yang akan kamu lakukan?"*).

Contoh kasus, ketika mediasi sibling rivalry (persaingan saudara) hanya menghasilkan kesepakatan *"tidak saling memukul"* (bukan *"harus akur"*), hargai itu sebagai langkah awal. Setiap 3 hari, evaluasi: *"Selama 72 jam ini, adakah pukulan? Tidak? Luar biasa! Sekarang mari kita tingkatkan ke level tidak saling menyebut nama jelek."* Pendekatan bertahap seperti ini membuat perubahan berkelanjutan dan terukur, sekaligus menunjukkan

kepada anak bahwa kedewasaan adalah proses, bukan tujuan akhir. *"Menyelesaikan masalah itu seperti belajar naik sepeda. Tidak langsung lancar, tapi kalau terus dicoba, pasti bisa!"*

Dengan konsistensi dan kesabaran, mediasi konflik menjadi investasi jangka panjang untuk membentuk anak yang resilien dan mampu mengelola hubungan sosial dengan sehat.

BAB 5 | TANTANGAN DAN TINDAK LANJUT

Pemahaman mendalam tentang tantangan dan strategi pengembangan mediasi konflik memiliki urgensi vital karena tiga alasan pokok. *Pertama*, kesadaran akan berbagai hambatan praktis—seperti resistensi anak, keterbatasan waktu, atau kurangnya dukungan institusi—memungkinkan guru dan orang tua mengantisipasi masalah dan menyiapkan solusi proaktif dalam implementasi mediasi. *Kedua*, komitmen pada pengembangan berkelanjutan melalui evaluasi rutin, pelatihan lanjutan, dan kolaborasi multipihak terbukti meningkatkan efektivitas program mediasi hingga 40% berdasarkan berbagai studi kasus di sekolah dasar. *Ketiga*, di tengah dinamika sosial anak yang terus berevolusi, bab ini menjadi krusial karena tidak hanya memetakan tantangan spesifik (seperti konflik berulang atau kesulitan menerapkan mediasi pada anak berkebutuhan khusus), tetapi juga menawarkan kerangka pengembangan sistematis yang mencakup inovasi teknik mediasi, integrasi dengan kurikulum sekolah, serta strategi membangun ekosistem pendukung melibatkan seluruh stakeholder pendidikan. Dengan menguasai konsep dalam bab penutup ini, praktisi mediasi akan memiliki kesadaran komprehensif bahwa penyempurnaan berkelanjutan bukanlah opsi, melainkan kebutuhan mutlak untuk menciptakan budaya resolusi konflik yang berakar kuat di lingkungan sekolah dan masyarakat.

A.Tantangan dalam menerapkan mediasi konflik pada anak sd

1. Tingkat kematangan kognitif dan emosional anak

Anak usia SD (6-12 tahun) masih dalam tahap perkembangan kognitif dan emosional, sehingga kemampuan mereka untuk memahami konflik secara objektif, mengelola emosi, dan berkompromi seringkali terbatas. Misalnya, anak kelas 1-2 SD mungkin kesulitan memahami sudut pandang orang lain (*theory of mind*), sementara anak kelas 4-6 SD sudah lebih mampu berempati tetapi masih impulsif. Contoh: saat dua anak berebut mainan, mereka mungkin tidak menyadari bahwa solusi win-win (seperti bergantian) lebih baik daripada "menang-kalah". Pendamping perlu menggunakan bahasa sederhana, alat bantu visual (gambar emosi), atau role-playing untuk membantu mereka memahami konsep mediasi.

2. Keterbatasan waktu dan sumber daya

Proses mediasi membutuhkan waktu dan kesabaran, sementara guru atau orang tua seringkali memiliki keterbatasan waktu karena tuntutan akademik atau aktivitas lain. Contoh: di sekolah, guru mungkin kesulitan memediasi konflik antar-siswa secara mendalam karena harus membagi waktu dengan mengajar. Selain itu, tidak semua sekolah memiliki program bimbingan konseling yang memadai untuk melatih anak menyelesaikan konflik. Solusi sementara bisa dengan melatih siswa menjadi *peer mediator* (teman sebaya sebagai mediator) atau menggunakan *circle time* singkat untuk diskusi konflik.

3. Resistensi dari anak atau orang tua

Beberapa anak mungkin menolak mediasi karena malu, takut dihukum, atau merasa tidak didukung. Orang tua terkadang juga resisten karena menganggap konflik anak adalah hal sepele atau justru menyalahkan pihak lain tanpa mendengar penjelasan lengkap. Contoh: seorang anak mungkin diam saat diajak berdiskusi karena takut dimarahi orang tua jika mengakui kesalahan. Di sisi lain, orang tua bisa bersikap defensif dengan berkata, "*Anak saya tidak mungkin salah, pasti dia yang memulai!*" Untuk mengatasi ini, pendamping perlu membangun rasa aman dan menjelaskan bahwa mediasi bertujuan untuk memahami semua pihak, bukan menghakimi.

4. Konflik yang berulang

Beberapa konflik mungkin terus terulang karena akar masalahnya tidak terselesaikan, atau anak belum menginternalisasi keterampilan resolusi konflik. Contoh: dua anak yang sering bertengkar karena berebut peran dalam kelompok bisa jadi sebenarnya memiliki ketidakseimbangan dinamika kekuasaan (satu anak selalu mendominasi). Jika mediasi hanya berfokus pada solusi sesaat (misalnya, meminta maaf), konflik akan muncul lagi. Solusinya adalah pendampingan berkelanjutan, pembiasaan komunikasi asertif, dan evaluasi rutin untuk memastikan kesepakatan dijalankan.

B. Strategi mengatasi tantangan

1. Adaptasi pendekatan sesuai usia dan kebutuhan anak

Anak SD memiliki tingkat pemahaman dan emosi yang berbeda-beda tergantung usia, sehingga pendekatan mediasi harus disesuaikan.

- Kelas 1-3 SD, gunakan alat bantu visual (gambar emosi, kartu cerita), permainan peran, atau boneka untuk menjelaskan konflik. contoh: *"lihat, gambar ini menunjukkan dua anak berebut mainan. menurut kalian, bagaimana caranya agar mereka bisa bermain bersama?"*
- Kelas 4-6 SD, bisa diajak diskusi lebih dalam dengan pertanyaan terbuka, seperti *"apa yang sebenarnya kamu inginkan dari situasi ini?"* atau *"bagaimana perasaanmu ketika dia melakukan itu?"*
- Anak dengan kebutuhan khusus, gunakan pendekatan yang lebih personal, seperti bahasa isyarat, gambar, atau bantuan dari guru pendamping.

Dengan menyesuaikan metode, anak akan lebih mudah memahami proses mediasi dan merasa terlibat.

2. Pelatihan berkelanjutan untuk mediator

- Guru, orang tua, atau peer mediator (teman sebaya yang dilatih) perlu mendapatkan pelatihan rutin agar mampu menghadapi dinamika konflik anak.
- Workshop keterampilan mediasi, teknik mendengarkan aktif, manajemen emosi, dan cara memandu diskusi tanpa menghakimi.
- Simulasi kasus nyata, praktik menghadapi konflik anak dengan berbagai skenario (perundungan, berebut mainan, masalah kelompok).

- Evaluasi berkala, diskusikan tantangan yang dihadapi mediator dan cari solusi bersama.

Contoh, sekolah bisa mengadakan "*mediator day*" bulanan di mana siswa dan guru berlatih menyelesaikan konflik melalui *role-playing*.

3. *Membangun dukungan dari semua pihak*

Mediasi akan lebih efektif jika melibatkan kolaborasi antara guru, orang tua, dan siswa.

- Libatkan orang tua, berikan pemahaman bahwa mediasi bertujuan untuk solusi, bukan menghukum. misalnya, mengadakan parenting session tentang pentingnya resolusi konflik.
- Peer mediation, latih beberapa siswa menjadi mediator sebaya yang bisa membantu temannya menyelesaikan masalah.
- Dukungan sekolah, integrasikan mediasi dalam program character building atau bimbingan konseling.

Contoh, ketika ada konflik, guru bisa mengajak orang tua dan anak untuk bersama-sama mencari solusi, bukan saling menyalahkan.

4. *Fokus pada proses, bukan hanya hasil*

Hasil mediasi (seperti permintaan maaf atau kesepakatan) penting, tetapi yang lebih penting adalah proses belajar anak dalam menyelesaikan masalah.

- Refleksi setelah mediasi, tanyakan, "*apa yang kamu pelajari hari ini?*" atau "*bagaimana perasaanmu setelah berbicara dengan temanmu?*"
- Apresiasi usaha anak, "*ibu bangga kalian sudah mau mencoba menyelesaikan masalah bersama.*"

- Tidak memaksakan solusi instan, biarkan anak mencoba ide mereka sendiri, meskipun butuh beberapa kali percobaan. Contoh, jika anak masih kesulitan berbagi mainan, guru bisa mengevaluasi mingguan dengan pertanyaan, "*apakah kesepakatan kemarin berhasil? apa yang bisa diperbaiki?*" Dengan strategi ini, tantangan mediasi konflik pada anak SD dapat dikelola secara lebih efektif. Kuncinya adalah:
 - Fleksibilitas (menyesuaikan pendekatan dengan usia anak).
 - Konsistensi (pelatihan dan evaluasi berkelanjutan).
 - Kolaborasi (melibatkan guru, orang tua, dan siswa).
 - Proses belajar (membangun keterampilan sosial anak, bukan sekadar menyelesaikan konflik).

Dukungan yang baik dari lingkungan akan membantu anak tumbuh menjadi pribadi yang mampu menyelesaikan masalah dengan empati dan cara-cara konstruktif.

C. Pengukuran keberhasilan mediasi konflik

1. Indikator keberhasilan

Keberhasilan mediasi konflik pada anak dapat dilihat dari beberapa aspek perkembangan sosial dan emosional, antara lain:

- Berkurangnya frekuensi konflik
 - Anak mampu menyelesaikan masalah tanpa bantuan orang dewasa.
 - Konflik yang sama tidak terulang secara berlebihan.
 - Contoh, dua anak yang sebelumnya sering berebut mainan sekarang bisa bergantian tanpa pertengkaran.
- Meningkatnya keterampilan sosial

- Anak mulai menggunakan bahasa yang lebih positif (*"boleh aku pinjam?" bukan "kasih sekarang!"*).
- Munculnya empati, seperti menawarkan bantuan atau meminta maaf secara spontan.
- Contoh, seorang anak yang sebelumnya egois kini mau berbagi makanan dengan temannya.
- Kemampuan Mengelola Emosi
 - Anak bisa mengungkapkan perasaan dengan kata-kata (*"aku marah karena..."*) alih-alih tantrum atau agresi.
 - Mereka mulai menggunakan strategi menenangkan diri (*tarik napas, menghitung*) saat marah.
 - Contoh, seorang anak yang dulu suka memukul sekarang mengatakan, *"aku kesal, tapi aku tidak mau berkelahi."*
- Peningkatan Kolaborasi dalam Kelompok:
 - Anak lebih sering bekerja sama dalam tugas kelompok atau permainan.
 - Mereka mulai mengusulkan solusi kompromi (*"bagaimana kalau kita bergiliran?"*).
 - Contoh, saat ada perselisihan dalam permainan, mereka berdiskusi untuk menentukan aturan bersama.

2. Metode evaluasi

Untuk mengukur keberhasilan mediasi, beberapa metode dapat digunakan:

- Observasi langsung
 - Guru atau orang tua mencatat perubahan perilaku anak dalam interaksi sehari-hari.

- Contoh, seorang guru mengamati bahwa setelah mediasi, dua siswa yang sebelumnya bertengkar sekarang bisa bermain bersama dengan lancar.
- **Survei sederhana (*untuk anak yang lebih besar*)**
 - Pertanyaan seperti "*apakah kamu merasa lebih mudah menyelesaikan masalah dengan teman sekarang?*" "*apa yang kamu lakukan terakhir kali kamu kesal pada seseorang?*"
 - Survei juga bisa diberikan kepada orang tua untuk menilai perubahan di rumah.
- **Wawancara dengan Anak**
 - Diskusi informal untuk mengevaluasi pemahaman mereka tentang resolusi konflik.
 - Contoh, "*apa yang kamu pelajari dari diskusi kita waktu itu?*" atau "*kalau besok ada masalah lagi, apa yang akan kamu lakukan?*"
- **Portofolio perilaku**
 - Dokumentasi perkembangan anak melalui catatan guru, gambar, atau jurnal refleksi (*untuk anak yang lebih besar*).
 - Contoh, seorang anak diminta menggambar "*cara menyelesaikan masalah*" sebelum dan setelah program mediasi untuk melihat perbedaan pemahamannya.

Keberhasilan mediasi tidak hanya terlihat dari meredanya konflik, tetapi juga dari perkembangan signifikan dalam kemampuan sosial-emosional anak. Dengan menerapkan indikator yang terukur – seperti kemampuan berkomunikasi, empati, pengendalian emosi, dan kerja sama – serta metode evaluasi yang beragam seperti observasi langsung, catatan harian, atau refleksi bersama, pendamping (guru atau orang

tua) dapat secara komprehensif menilai dampak mediasi. Pendamping dapat memantau kemajuan anak secara objektif, melihat apakah anak sudah mampu menyelesaikan masalah tanpa konfrontasi atau mulai memahami perasaan orang lain. Jika hasil belum optimal, pendamping dapat mengevaluasi dan menyesuaikan strategi, misalnya dengan memperkenalkan *role-play* atau diskusi terbuka yang lebih intensif. Selain itu, apresiasi terhadap setiap kemajuan kecil, seperti pujian atau penghargaan simbolis, menjadi kunci untuk memotivasi anak agar terus berlatih mengelola emosi dan hubungan sosialnya. Dengan pendekatan ini, mediasi tidak sekadar menjadi solusi instan, melainkan sebuah proses pembelajaran berkelanjutan yang membekali anak dengan keterampilan hidup yang berharga untuk masa depannya

D. Mediasi Konflik sebagai Keterampilan Hidup Abad ke-21

1. Pentingnya resolusi konflik dalam menghadapi tantangan masa depan

Di era globalisasi dan digital, anak-anak akan menghadapi dunia yang semakin kompleks—mulai dari perbedaan budaya, persaingan, hingga interaksi di media sosial. Kemampuan menyelesaikan konflik dengan kreatif, empatik, dan kolaboratif menjadi salah satu *soft skills* terpenting.

Contoh nyata dalam kehidupan sehari-hari anak yang terbiasa dengan mediasi sejak dini akan mengembangkan kemampuan untuk menghadapi situasi sulit dengan lebih bijaksana. Misalnya, ketika

menghadapi *cyberbullying*, mereka cenderung merespons dengan dialog atau meminta bantuan guru/orang tua alih-alih membalas dengan tindakan agresif. Mereka memahami bahwa komunikasi terbuka dan empati lebih efektif dalam menyelesaikan masalah daripada konfrontasi. Begitu pula dalam interaksi sehari-hari, seperti berebut mainan atau berebut giliran, anak-anak ini lebih mampu menahan emosi, mendengarkan sudut pandang orang lain, dan mencari solusi bersama. Kebiasaan ini tidak hanya mengurangi konflik jangka pendek tetapi juga membentuk pola pikir yang lebih kolaboratif.

Kemampuan mediasi juga terlihat jelas dalam situasi kerja kelompok, baik di kelas maupun dalam proyek kolaboratif. Anak-anak yang terlatih dalam resolusi konflik tidak langsung marah saat ada perbedaan pendapat, melainkan mengajak diskusi untuk mencari jalan tengah. Misalnya, ketika terjadi perselisihan dalam pembagian tugas kelompok, mereka akan mengusulkan pembicaraan untuk menyamakan persepsi alih-alih saling menyalahkan. Hal ini mencegah konflik destruktif dan justru memperkuat dinamika tim. Sekolah yang menerapkan mediasi secara konsisten sering melaporkan penurunan kasus perundungan dan peningkatan partisipasi aktif siswa dalam kegiatan bersama.

Keterkaitan dengan keterampilan profesional di masa depan. Dunia profesional saat ini sangat menghargai karyawan yang memiliki *soft skills* seperti problem-solving, komunikasi efektif, dan kemampuan bekerja dalam tim—keterampilan yang justru dilatih melalui resolusi konflik sejak sekolah dasar.

Perusahaan-perusahaan besar mencari individu yang bisa mengelola perbedaan pendapat dengan produktif, bernegosiasi tanpa konflik, dan tetap profesional dalam tekanan. Anak yang terbiasa mediasi sejak kecil akan lebih adaptif dalam lingkungan kerja karena mereka sudah terlatih mendengarkan, berkompromi, dan mencari solusi win-win solution. Dengan demikian, mediasi tidak hanya bermanfaat untuk kehidupan sosial anak saat ini, tetapi juga menjadi investasi berharga bagi kesuksesan karir mereka di masa depan.

2. Mediasi sebagai bagian dari pendidikan karakter

Mediasi bukan sekadar alat untuk menyelesaikan konflik, melainkan sebuah proses pembelajaran yang menanamkan nilai-nilai fundamental dalam diri anak. Melalui mediasi, anak diajak untuk mengembangkan empati dengan belajar menempatkan diri pada posisi orang lain, seperti mengungkapkan, "*Aku memahami perasaanmu*," yang membantu mereka melihat persoalan dari sudut pandang berbeda. Selain itu, mediasi mengajarkan tanggung jawab melalui pengakuan kesalahan dan kesediaan untuk memperbaiki, seperti dalam pernyataan, "*Aku mau memperbaiki kesalahanku*," yang membangun kesadaran akan konsekuensi tindakan. Nilai keadilan juga ditekankan dengan mendorong anak mencari solusi yang adil bagi semua pihak, bukan hanya menguntungkan satu sisi, misalnya dengan prinsip, "*Kita cari solusi yang adil untuk semua*." Terakhir, integritas dibentuk melalui komitmen untuk menepati janji, seperti ketika anak berjanji, "*Aku akan menepati janjiku*," yang melatih konsistensi dan kepercayaan diri.

Dengan demikian, mediasi menjadi sarana pembentukan karakter, bukan hanya sekadar penyelesaian masalah sesaat.

Di sekolah, penerapan mediasi bisa dilakukan melalui berbagai program konkret yang melibatkan siswa secara aktif. Salah satunya adalah *peer mediation* atau program mediator sebaya, di mana siswa dilatih menjadi penengah konflik antar teman. Program ini tidak hanya mengajarkan resolusi konflik, tetapi juga mengasah kepemimpinan, kemampuan komunikasi, dan kepercayaan diri siswa—misalnya, ketika dua teman berselisih, mediator sebaya membantu mereka berdialog untuk menemukan solusi bersama. Selain itu, sekolah dapat mengintegrasikan konsep mediasi ke dalam kurikulum pembelajaran, seperti melalui cerita yang menampilkan tokoh-tokoh penyelesaian konflik, drama *role-play* tentang perdamaian, atau *project-based learning* yang mengajak siswa merancang kampanye anti-bullying. Pendekatan ini membuat mediasi tidak hanya teori, tetapi menjadi keterampilan hidup yang dipraktikkan sehari-hari di lingkungan sekolah.

3. *Visi masa depan sekolah yang damai dan inklusif*

Sekolah berfungsi sebagai laboratorium sosial yang lengkap, di mana anak tidak hanya mengejar prestasi akademik tetapi juga belajar membangun kehidupan yang harmonis di tengah keberagaman. Dalam konteks sekolah inklusif, mediasi menjadi alat penting untuk membantu anak memahami dan menghargai perbedaan, baik perbedaan budaya, kemampuan fisik, maupun latar belakang ekonomi. Misalnya, ketika

terjadi kesalahpahaman antara anak berkebutuhan khusus dengan temannya, proses mediasi mengajarkan semua pihak untuk berkomunikasi dengan empati dan mencari solusi inklusif. Selain itu, budaya mediasi yang diterapkan secara konsisten di sekolah berperan sebagai strategi pencegahan kekerasan. Lingkungan yang membiasakan penyelesaian konflik melalui dialog terbuka—seperti diskusi terpandu atau sesi curah pendapat—menciptakan norma sosial yang menolak kekerasan. Data menunjukkan bahwa sekolah dengan program mediasi aktif mengalami penurunan signifikan dalam kasus perundungan, karena anak-anak terbiasa menyuarakan masalah secara konstruktif alih-alih menggunakan agresi. Dengan demikian, mediasi tidak hanya menyelesaikan konflik individu, tetapi membentuk ekosistem sekolah yang lebih aman dan beradab bagi seluruh warga sekolah.

Sekolah dapat menerapkan kebijakan berbasis mediasi melalui dua pendekatan inovatif: Pertama, dengan membangun *Peace Corner*, sebuah ruang mediasi yang dirancang khusus untuk menyelesaikan konflik secara mandiri oleh siswa dengan bimbingan tidak langsung dari guru. Ruang ini dilengkapi alat bantu seperti kartu emosi, panduan langkah mediasi, dan buku harian rekonsiliasi, memungkinkan siswa belajar menyelesaikan perselisihan melalui dialog terstruktur sambil mengembangkan tanggung jawab pribadi. Kedua, melalui *Restorative Practice* yang menggeser paradigma pendisiplinan dari hukuman ke proses pemulihan hubungan. Misalnya, setelah terjadi perkelahian, alih-alih memberikan skorsing, sekolah mengadakan lingkaran dialog melibatkan pelaku,

korban, dan pihak terkait untuk membahas dampak konflik, mengekspresikan perasaan, dan bersama-sama menentukan langkah perbaikan—seperti permintaan maaf yang tulus, komitmen perubahan perilaku, atau aksi reparasi simbolis. Kebijakan ini tidak hanya menyelesaikan akar masalah tetapi mentransformasi konflik menjadi pelajaran hidup tentang akuntabilitas dan empati, menciptakan budaya sekolah di mana setiap masalah dipandang sebagai kesempatan belajar, bukan sekadar pelanggaran yang harus dihukum.

Anak-anak yang terlatih dalam mediasi konflik tidak hanya menjadi individu yang mampu menyelesaikan perselisihan dengan bijak, tetapi juga berkembang menjadi generasi unggul yang siap menghadapi kompleksitas dunia masa depan. Di dunia kerja, mereka akan menjadi *problem solver* yang adaptif mampu menganalisis konflik dari berbagai perspektif, berpikir kreatif untuk solusi win-win, dan tetap tenang di bawah tekanan, keterampilan yang semakin dibutuhkan di era disruptif ini. Dalam hubungan personal dan profesional, mereka tumbuh sebagai komunikator efektif yang mahir mendengarkan aktif, menyampaikan pendapat dengan asertif tanpa agresivitas, serta membangun kerja sama yang produktif kompetensi kunci di era kolaborasi lintas budaya. Lebih dari itu, mereka akan menjadi agen perdamaian di masyarakat, membawa nilai-nilai dialog, toleransi, dan keadilan ke dalam interaksi sosial. Di tengah polarisasi global yang semakin tajam, generasi ini menjadi penyeimbang—mereka yang mampu memediasi perbedaan, mencegah eskalasi konflik, dan menciptakan masyarakat yang lebih

inklusif. Dengan kata lain, investasi dalam pendidikan mediasi hari ini adalah fondasi untuk membentuk *future leaders* yang tidak hanya kompeten secara teknis, tetapi juga berintegritas sosial.

Bagi sekolah, langkah konkret dapat dimulai dengan melatih guru dan siswa dalam teknik mediasi dasar melalui workshop interaktif yang mencakup *active listening*, pengelolaan emosi, dan penyusunan solusi kolaboratif. Sekolah juga perlu menjadwalkan *circle time* rutin misalnya seminggu sekali di mana siswa dalam kelompok kecil didorong berbagi pengalaman konflik dan bersama-sama mencari solusi dengan panduan guru, menciptakan budaya refleksi dan dialog. Untuk orang tua, praktik mediasi dapat diterapkan di rumah dengan menjadi fasilitator saat terjadi perselisihan antar-saudara, membantu anak mengidentifikasi perasaan, mengungkapkan kebutuhan, dan merancang kesepakatan bersama. Selain itu, orang tua dapat menggunakan media seperti cerita, film, atau bahkan berita sehari-hari sebagai bahan diskusi untuk menganalisis konflik dan alternatif penyelesaiannya, misalnya dengan pertanyaan pemandu: "*Menurutmu, apa yang bisa dilakukan karakter ini agar masalahnya selesai dengan baik?*". Dengan sinergi antara pendekatan terstruktur di sekolah dan pembiasaan di rumah, anak akan mengalami internalisasi nilai-nilai mediasi dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan menjadikan mediasi sebagai budaya yang tertanam kuat di sekolah dan keluarga, kita tidak sekadar mengajarkan anak cara menyelesaikan konflik, tetapi membentuk karakter unggul yang akan

membawa dampak luas bagi masyarakat. Generasi yang terbiasa dengan pendekatan mediasi akan tumbuh dengan kecerdasan akademis yang didukung oleh kedewasaan emosional mereka mampu mengelola frustrasi, mengungkapkan pikiran dengan jelas, dan mendengarkan dengan empati. Kecerdasan sosial mereka terasah melalui kemampuan membangun hubungan harmonis, menyatukan perbedaan, dan menciptakan solusi inklusif. Ketika nilai-nilai ini menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, kita sedang menumbuhkan pemimpin masa depan yang tidak hanya berprestasi secara individu, tetapi juga mampu membawa perubahan positif dalam komunitasnya. Inilah warisan terbesar yang bisa kita berikan: sebuah generasi yang membawa obor perdamaian, keadilan, dan kolaborasi di tengah dunia yang semakin kompleks.

DAFTAR PUSTAKA

- Bartholomew, L. K., Parcel, G. S., Kok, G., Gottlieb, N. H., & Fernández, M. E. (2011). Overview of intervention mapping. In *Planning health promotion programs: An intervention mapping approach*.
- Bergmann, S., & Brough, J. A. (2013). Reducing the risk, increasing the promise: Strategies for student success. In *Reducing the Risk, Increasing the Promise: Strategies for Student Success*. <https://doi.org/10.4324/9781315854557>
- Beyens, I., & Beullens, K. (2017). Parent-child conflict about children's tablet use: The role of parental mediation. *New Media and Society*, 19(12). <https://doi.org/10.1177/1461444816655099>
- Denov, M., & Fennig, M. (2024). Research handbook of children and armed conflict. In *Research Handbook of Children and Armed Conflict*. <https://doi.org/10.4337/9781839104817>
- Detienne, M., & Vernant, J. P. (1978). Cunning intelligence in Greek culture and society. *European Philosophy and the Human Sciences*.
- Ding, Y., Li, D., Li, X., Xiao, J., Zhang, H., & Wang, Y. (2020). Profiles of adolescent traditional and cyber bullying and victimization: The role of demographic, individual, family, school, and peer factors. *Computers in Human Behavior*, 111. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106439>
- Donohue, E., Halgunseth, L. C., Chilenski, S. M., & Perkins, D. F. (2022). Parent-Child Recurring Conflict: A Mediator between Parental Anger Management and Adolescent Behavior. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 51(1). <https://doi.org/10.1111/fcsr.12450>
- Ertürk, R. (2022). Conflict in schools: A qualitative study. *Participatory Educational Research*, 9(1). <https://doi.org/10.17275/per.22.14.9.1>
- Field, K. (2019). Thematic Mapping: This Is My Truth Tell Me Yours. *Abstracts of the ICA*, 1. <https://doi.org/10.5194/ica-abs-1-80-2019>

- Fry, D. M., Owen, J., Lenton, J., & Unwin, R. (2023). Conflict Coaching in the United Kingdom: Youth Leading a Transformative Approach to Conflict. In *Educating for Peace through Countering Violence: Strategies in Curriculum and Instruction*. <https://doi.org/10.4324/9781003383468-13>
- Gao, K., & Tian, Z. (2023). The Effect of Motherhood on Wages: are women's wage penalties due to lack of career aspirations? *Applied Economics*, 55(54). <https://doi.org/10.1080/00036846.2022.2156469>
- Huynh, K., D'Costa, B., & Lee-Koo, K. (2015). Children and global conflict. In *Children and Global Conflict*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139870573>
- Knox, C. (2021). From selfies to selflessness: Improving student self-esteem through mentoring. In *From selfies to selflessness: Improving student self-esteem through mentoring*.
- Kuziv, Y., & Chornopyska, V. (2023). Mediation as an alternative way of resolving family disputes. *Visnik Nacional'nogo Universitetu «Lvivska Politehnika»*. *Seria: Uridicni Nauki*, 10(40). <https://doi.org/10.23939/law2023.40.206>
- Levchin, A. M., Ershova, I. B., & Rogovtsova, A. G. (2023). Dynamics of indicators characterizing the health of children in the territory of military conflict. The impact of rehabilitation measures: cohort study. *Russian Pediatric Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.15690/rpj.v4i2.2535>
- Machel. (2010). Children and Conflict in a Changing World. In *Choice Reviews Online* (Vol. 47, Issue 09).
- Margalit, M. (2010). Lonely children and adolescents: Self-perceptions, social exclusion, and hope. In *Lonely Children and Adolescents: Self-Perceptions, Social Exclusion, and Hope*. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6284-3>
- Straus, M. A., & Gelles, R. J. (2017). Physical Violence in American Families. In *Physical Violence in American Families*. <https://doi.org/10.4324/9781315126401>
- Syarifuddin, S., & Nadhirah, I. (2023). Peran Mediator Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Provinsi Sumatera Utara Dalam Penyelesaian Diskriminasi Dan Penelantaran Anak Akibat Perceraian Orangtua. *Journal of*

- Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(3).
<https://doi.org/10.34007/jehss.v5i3.1598>
- Trueba, H. T., Jacobs, L., & Kirton, E. (2022). Cultural Conflict And Adaptation: The Case of Hmong Children in American Society. In *Cultural Conflict and Adaptation: The Case of Hmong Children in American Society*.
<https://doi.org/10.4324/9781003331360>
- Wafula, C., & Mulongo, G. (2020). Are children in South and Central Somalia accessing education, and are they learning? Baseline information. *Social Sciences and Humanities Open*, 2(1). <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2019.100011>
- Whelan, A. M. (2024). Poked, Prodded, and Privacy: Parents, Children, and Pediatric Genetic Testing. *Iowa Law Review*, 109(3). <https://doi.org/10.2139/ssrn.4775343>
- Woods, P., Levacic, R., Evans, J., Castle, F., Glatter, R., & Cooper, R. (2006). Diversity and collaboration? Diversity Pathfinders evaluation. In *Department for Education and Skills*.
- Wu, J. Y., Hughes, J. N., & Kwok, O. M. (2010). Teacher-student relationship quality type in elementary grades: Effects on trajectories for achievement and engagement. *Journal of School Psychology*, 48(5).
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2010.06.004>
- Yarker, J. B., Wolfram, H.-J., & Junker, N. M. (2020). Training and development for employees returning to work after parental leave. In *Navigating the Return-to-Work Experience for New Parents*. <https://doi.org/10.4324/9780429274336-12>

GLOSARIUM

<i>Active Listening</i>	<i>Mendengarkan dengan penuh perhatian dan merespons dengan tepat untuk menunjukkan pemahaman.</i>
<i>Adaptif</i>	<i>Kemampuan menyesuaikan diri dengan perubahan atau situasi baru.</i>
<i>Arbitrase</i>	<i>Penyelesaian konflik oleh pihak ketiga yang memutuskan solusi akhir yang mengikat kedua belah pihak.</i>
<i>Asertif</i>	<i>Ekspresi pendapat, perasaan, dan kebutuhan dengan tegas dan jujur tanpa agresif atau pasif.</i>
<i>Brainstorming</i>	<i>Proses menghasilkan ide-ide kreatif secara spontan tanpa kritik untuk menemukan solusi.</i>
<i>Bullying</i>	<i>Perilaku agresif yang disengaja dan berulang, dengan ketidakseimbangan kekuatan antara pelaku dan korban.</i>
<i>Consensus</i>	<i>Kesepakatan bersama yang dicapai oleh semua pihak setelah diskusi dan musyawarah.</i>
<i>De-Eskalasi</i>	<i>Proses atau tindakan untuk mengurangi ketegangan, intensitas, atau tingkat agresi dalam suatu konflik.</i>
<i>Empati</i>	<i>Kemampuan untuk memahami dan merasakan apa yang dialami atau dirasakan orang lain dari sudut pandang mereka.</i>
<i>Egosentrisme</i>	<i>Kecenderungan atau ketidakmampuan melihat dunia atau situasi dari sudut pandang orang lain, hanya dari sudut pandang sendiri.</i>
<i>Fasilitator</i>	<i>Orang yang memandu proses diskusi, pembelajaran, atau mediasi agar berjalan efektif dan mencapai tujuan.</i>
<i>Growth Mindset</i>	<i>Keyakinan bahwa kemampuan dan kecerdasan dapat dikembangkan serta ditingkatkan melalui usaha, dedikasi, dan pembelajaran.</i>
<i>Inklusif</i>	<i>Pendekatan atau lingkungan yang melibatkan dan menerima semua pihak tanpa memandang perbedaan atau melakukan diskriminasi.</i>
<i>Kerahasiaan</i>	<i>Prinsip menjaga informasi atau detail pribadi yang diungkapkan selama mediasi agar tidak disebarluaskan.</i>
<i>Keseimbangan</i>	<i>Solusi di mana semua pihak mengalah sebagian untuk mencapai titik tengah yang disepakati bersama.</i>
<i>Kesabaran</i>	<i>Kemampuan menahan diri, tetap tenang, dan tidak cepat menyerah dalam menghadapi kesulitan, tantangan, atau proses yang panjang.</i>
<i>Keterampilan Kognitif</i>	<i>Kemampuan mental yang melibatkan proses berpikir, memecahkan masalah, memahami, belajar, dan mengingat informasi.</i>
<i>Keterampilan Hidup (Life Skills)</i>	<i>Serangkaian kemampuan praktis yang esensial untuk menghadapi tantangan sehari-hari dan berfungsi secara efektif dalam masyarakat.</i>

<i>Keterampilan Sosial</i>	<i>Kemampuan dan kompetensi untuk berinteraksi secara positif, membangun hubungan, dan berkomunikasi secara efektif dengan orang lain.</i>
<i>Kecerdasan Emosional</i>	<i>Kemampuan mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta emosi orang lain.</i>
<i>Kolaborasi</i>	<i>Kerja sama aktif antara dua pihak atau lebih untuk mencapai tujuan atau hasil bersama.</i>
<i>Komunikasi Efektif</i>	<i>Proses penyampaian pesan yang jelas, lugas, dan dapat dipahami dengan baik oleh penerima, sehingga tujuan komunikasi tercapai.</i>
<i>Konflik</i>	<i>Ketidaksepakatan, perbedaan pendapat, atau pertentangan kepentingan yang dirasakan antara dua pihak atau lebih.</i>
<i>Konsistensi</i>	<i>Keteguhan atau keseragaman dalam menerapkan aturan, pendekatan, perilaku, atau standar dari waktu ke waktu.</i>
<i>Kritik Konstruktif</i>	<i>Umpan balik yang bertujuan untuk membangun dan memperbaiki, disampaikan dengan cara yang spesifik, objektif, dan mendukung.</i>
<i>Mediasi</i>	<i>Proses penyelesaian konflik dengan bantuan pihak ketiga yang netral untuk memfasilitasi komunikasi dan kesepakatan.</i>
<i>Mindfulness</i>	<i>Kondisi kesadaran penuh dan fokus terhadap pikiran, perasaan, sensasi tubuh, dan lingkungan sekitar pada saat ini, tanpa menghakimi.</i>
<i>Negosiasi</i>	<i>Proses diskusi interaktif antara dua pihak atau lebih yang memiliki tujuan berbeda untuk mencapai kesepakatan yang saling menguntungkan.</i>
<i>Netralitas</i>	<i>Sikap tidak memihak, objektif, dan tidak menunjukkan dukungan atau penolakan kepada salah satu pihak dalam mediasi.</i>
<i>Parafrase</i>	<i>Mengulang kembali ucapan atau gagasan orang lain dengan kata-kata sendiri untuk memastikan pemahaman yang benar.</i>
<i>Peer Group</i>	<i>Kelompok teman sebaya yang memiliki usia, minat, status, dan seringkali nilai-nilai yang serupa.</i>
<i>Peer Mediation</i>	<i>Mediasi konflik yang dilakukan oleh siswa atau teman sebaya yang telah terlatih untuk membantu menyelesaikan perselisihan di antara teman-teman mereka.</i>
<i>Posisi</i>	<i>Tuntutan, keinginan, atau sikap yang diungkapkan secara terbuka oleh suatu pihak dalam konflik.</i>
<i>Proaktif</i>	<i>Sikap mengambil inisiatif untuk mengantisipasi atau mencegah masalah, daripada hanya bereaksi setelah masalah terjadi.</i>
<i>Regulasi Emosi</i>	<i>Kemampuan untuk mengelola, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi diri dengan cara yang tepat dan adaptif.</i>

<i>Refleksi Perasaan</i>	<i>Mengungkapkan kembali emosi atau perasaan yang tersirat dalam percakapan seseorang untuk menunjukkan empati dan pemahaman.</i>
<i>Resiliensi</i>	<i>Kemampuan individu atau komunitas untuk bangkit kembali, beradaptasi, dan pulih dari kesulitan, tekanan, atau bencana.</i>
<i>Resolusi Konflik</i>	<i>Proses atau tindakan untuk menyelesaikan perselisihan atau pertentangan secara damai dan konstruktif.</i>
<i>Restorative Practice</i>	<i>Pendekatan pemulihan hubungan yang berfokus pada perbaikan kerusakan akibat konflik dan membangun kembali komunitas.</i>
<i>Role-Playing</i>	<i>Metode simulasi di mana peserta memerankan peran tertentu untuk memahami berbagai perspektif dan mempraktikkan keterampilan sosial.</i>
<i>Self-Efficacy</i>	<i>Keyakinan diri atau kepercayaan individu terhadap kemampuannya sendiri untuk berhasil menyelesaikan suatu tugas atau mencapai tujuan.</i>
<i>Sibling Rivalry</i>	<i>Persaingan atau konflik yang umum terjadi antara saudara kandung untuk mendapatkan perhatian, sumber daya, atau status.</i>
<i>Sosialisasi</i>	<i>Proses seumur hidup di mana individu belajar tentang norma, nilai, keterampilan, dan perilaku yang diterima dalam masyarakat.</i>
<i>Sukarela</i>	<i>Partisipasi atau tindakan yang dilakukan atas kehendak sendiri tanpa paksaan dari pihak lain.</i>
<i>Theory of Mind</i>	<i>Kemampuan kognitif untuk memahami bahwa orang lain memiliki pikiran, keyakinan, keinginan, niat, dan perspektif yang berbeda dari diri sendiri.</i>
<i>Toleransi</i>	<i>Sikap menghargai, menerima, dan menghormati perbedaan pendapat, keyakinan, latar belakang, atau praktik orang lain.</i>
<i>Validasi Emosi</i>	<i>Tindakan mengakui dan mengkonfirmasi perasaan seseorang sebagai hal yang sah dan dimengerti, tanpa harus menyetujui perilakunya.</i>
<i>Win-Win Solution</i>	<i>Solusi penyelesaian konflik di mana semua pihak yang terlibat merasa diuntungkan atau mendapatkan hasil yang memuaskan.</i>
<i>Zona Perkembangan Proksimal (ZPD)</i>	<i>Konsep Vygotsky yang menjelaskan rentang antara apa yang bisa dilakukan anak secara mandiri dan apa yang bisa dicapai dengan bantuan orang dewasa atau teman sebaya yang lebih ahli.</i>

INDEKS

A

Active Listening, 87, 91
Adaptif, 87, 91
Arbitrase, 27, 87, 91
Asertif, 87, 91

B

Brainstorming, 7, 43, 87, 91
Bullying, 34, 87, 91

C

Consensus, 87, 91

D

De-Eskalasi, 87, 92

E

Egosentrisme, 87, 92
Empati, 53, 54, 55, 87, 92

F

Fasilitator, 87, 92, 94, 95

G

Growth Mindset, 87, 92

I

Inklusif, 87, 92

K

Kecerdasan Emosional, 88, 92
Kerahasiaan, 87, 92
Kesabaran, 61, 62, 87, 92
Keseimbangan, 29, 87, 92
Keterampilan Hidup, 8, 76, 87, 92
Keterampilan Kognitif, 87, 92
Keterampilan Sosial, 88, 92
Kolaborasi, 73, 74, 88, 92
Komunikasi Efektif, 7, 49, 88, 92
Konflik, 1, 2, 4, 6, 8, 12, 13, 16, 19,
 20, 21, 22, 24, 41, 49, 62, 70,
 73, 76, 88, 89, 92
Konsistensi, 62, 64, 73, 88, 92
Konstruktif, 88, 92

M

Manajemen, 94
Mediasi, 1, 2, 4, 6, 8, 27, 28, 29,
 32, 34, 35, 62, 72, 76, 78, 88, 92
Mindfulness, 88, 92

N

Negosiasi, 88, 92
Netralitas, 88, 92

P

Parafrase, 40, 88, 92
Peer Group, 88, 92
Peer Mediation, 88, 92
Posisi, 29, 88, 92
Proaktif, 88, 92

R

Refleksi Perasaan, 40, 89, 92
Regulasi Emosi, 88, 92
Resiliensi, 66, 89, 92
Restorative Practice, 80, 89, 92
Role-Playing, 89, 92

S

Self-Efficacy, 89, 92
Sibling Rivalry, 89, 93
Sosialisasi, 89, 93
Sukarela, 89, 93

T

Theory of Mind, 89, 93
Toleransi, 89, 93

V

Validasi Emosi, 89, 93

W

Win-Win Solution, 89, 93

Z

Zona Perkembangan Proksimal
 (ZPD), 89, 93

BIOGRAFI PENULIS



Mila Mudianawati, biasa dipanggil Mila. Lahir di Magelang, 28 Maret 1999. Alamat Bojong RT02/ RW07 Banjarnegoro, Mertoyudan, Magelang. Motto hidup” Jadikan setiap ruang adalah sekolah, jadikan setiap orang adalah guru dan jadikan setiap pengalaman adalah pembelajaran.” Saat ini ia tercatat sebagai mahasiswi Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Magelang.



Rasidi, lahir di Purbalingga, 20 September 1988, saya bekerja di Program studi PGSD Universitas Muhammadiyah Magelang S1 PGSD Universitas Negeri Yogyakarta; S2 Manajemen pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta; S3 Pendidikan dasar Universitas Negeri Yogyakarta. Saat in menekuni sebagai Akademisi/ Peneliti, Penulis Buku, Motivator, Parenting, Fasilitator Sekolah Penggerak, Fasilitator Mata Kuliah wajib Kurikulum, Tim pengembang sekolah, Tim Pengembang Kekepalasekolahan dan Kepengawasan. Beberapa sertifikasi kompetensi dalam dunia pendidikan dan pengembangan masyarakat. Beberapa sertifikasi yang telah saya ikuti antara lain: 1) Fasilitator Sekolah Penggerak Kemdikbudristek, 2) Sertifikat Content Creator BNSP, 3) Assessor Rekognisi Pembelajaran Lampau Kemdikbudristek, 4) Fasilitator Mata Kuliah Wajib Kurikulum, Dirjen Belmawa Kemdikbudristek. 5) Instruktur (narasumber) nasional pembelajaran mendalam.



Puji Rahmawati lahir di Jakarta, 27 Februari 1992. Alumni mahasiswa bidikmisi S1-PGSD UNY (2015) dan Magister Pendidikan Dasar UNY (2019) dengan bantuan dana beasiswa LPDP dari Kementrian Keuangan RI. Sejak 2019-sekarang menjadi dosen S1-PGSD Universitas Muhammadiyah Magelang dengan aktivitas tridarma pendidikan (pengajaran, penelitian, dan pengabdian). Pengalaman lain menjadi Fasilitator Program Sekolah Penggerak Angkatan 3 Kota Magelang periode tahun 2023-2024.