

Manajemen Konflik dan Stres Di Sekolah

Wardatul Jannah¹⁾
IAIN Batanghari
wardatuljannah1103@gmail.com

Sukatin²⁾
IAIN Batanghari
shukatin@gmail.com

Apriansyah³⁾
IAIN Batanghari
apriansyahapri...7@gamail.com

Agus Salim⁴⁾
IAIN Batanghari
Salimagus14690@gmail.com

Abstract

This study discusses issues in educational institutions, especially schools related to conflict and stress. This issue must be managed and handled properly so that it does not negatively affect the student development process. The purpose of this study was to determine the application of conflict management in schools and to determine the application of stress management in schools. This study uses a literature study or library research using various journal articles published in the last 10 years. The result is that there is a lot of conflict and stress handling in schools. The treatment technique is considered effective and significantly able to reduce anxiety levels, change thinking and behavior and increase positive emotions in them..

Keywords: Conflict Management, Stress Management

Abstract

Penelitian ini membahas terkait dengan persoalan dalam lembaga pendidikan khususnya sekolah terkait dengan konflik dan stres. Persoalan ini harus dikelola dan ditangani dengan baik supaya tidak berpengaruh negatif terhadap proses perkembangan siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penerapan manajemen konflik di sekolah dan untuk mengetahui penerapan manajemen stres di sekolah. Penelitian ini menggunakan studi literatur atau library research dengan menggunakan berbagai artikel jurnal yang diterbitkan 10 tahun terakhir. Hasilnya terdapat banyak penanganan konflik dan stres di sekolah. Teknik penanganannya dinilai efektif dan signifikan mampu

mengurangi tingkat kecemasan, merubah pemikiran dan perilaku dan meningkatkan emosi positif dalam diri mereka.

Kata Kunci: Manajemen Konflik, Manajemen Stres

PENDAHULUAN

Sekolah sebagai tempat untuk mendapatkan pengetahuan dan mengembangkan semua kemampuan dan pemikiran dari setiap orang. Pengembangan kemampuan ini melalui proses pendidikan dimana nantinya diharapkan mereka memiliki kemampuan kognitif, afektif maupun psikomotorik dengan sebaik mungkin. Pendidikan harus mampu memberikan bekal kepada semua orang untuk kehidupan masa yang akan datang. Harapan besar berupa peningkatan taraf hidup setiap orang, hal ini sesuai dengan pendapat dari Indy et al., (2019) bahwa dengan pendidikan yang mereka terima maka akan memberikan kemajuan pemikiran setiap orang sehingga taraf hidup mereka akan meningkat. Untuk itu dalam rangka mencapai hasil yang terbaik dalam proses pendidikan dibutuhkan peran dari berbagai pihak dan juga sebuah sistem yang mengaturnya berupa manajemen sekolah yang baik, bersih dan sesuai dengan kondisi sekarang. Hal ini harus diperhatikan dengan baik karena keberhasilan seseorang dalam belajar selain dipengaruhi faktor internal, juga dipengaruhi oleh faktor dari luar siswa.

Keberhasilan belajar bukan hanya berada pada pencapaian hasil belajar yang maksimal saja namun juga harus mampu melahirkan siswa yang memiliki karakter positif. Karakter positif ini diharapkan mereka memiliki cara yang baik dalam menyikapi persoalan yang nanti akan muncul. Menurut Mulyati et al., (2021) bahwa secara hakekatnya sekolah memiliki peran membangun karakter dari setiap siswa. Namun seiring berkembangnya teknologi dan waktu yang semakin bertambah membuat ada kemunduran dan perubahan. Perubahan yang terjadi beragam ada yang positif dan negatif. Sebuah persoalan tidak bisa

serta-merta dapat dipandang sebagai sebuah hal yang negatif dan buruk. Sekolah sebagai tempat yang berisikan berbagai kondisi dan kemampuan orang membuat mudah muncul sebuah persoalan. Persoalan tersebut berupa masalah konflik di lingkungan sekolah dan masalah stress yang dialami oleh siswa atas pengaruh negatif dari luar.

Banyak orang yang sudah memiliki anggapan dari awal kalau sebuah konflik itu mengandung tindakan yang berisi kemarahan, kekecewaan, kehancuran, dan ketegangan sehingga pikiran inilah yang membangun opini kalau konflik selalu bernilai negatif. Namun kebanyakan setiap konflik yang ada itu memiliki pengaruh negatif. Menurut pendapat dari Dogan, (2016) bahwa tidak selamanya konflik itu negatif ada juga konflik yang memiliki sudut pandang positif itu dapat berupa adanya kesempatan seseorang meningkatkan kemampuan dirinya, adanya pemberontakan secara intelektual, kegembiraan dan dorongan untuk melakukan sesuatu hal. Untuk itu konflik positif ini hanya berkaitan dengan adanya ketidaksesuaian pemikiran dengan kenyataan namun tidak menimbulkan kehancuran atau kerusakan dalam lingkungan fisik serta secara manfaat memiliki manfaat yang baik. Hal ini seperti adanya konflik menginginkan Indonesia merdeka tahun 1945, ini membuat timbulnya sebuah konflik hanya saja mampu memberikan manfaat yang positif yakni berdirinya negara Indonesia. Untuk itu kita dalam menyikapi sebuah konflik harus mampu berfikir manfaat atau pengaruhnya secara jangka pendek maupun jangka panjang. Ini didukung pernyataan dari bahwa konflik itu bagian sangat penting dalam pengelolaan sebuah lembaga atau organisasi, dikarenakan apabila konflik ini muncul maka akan ada proses berfikir, proses melihat fakta-fakta dilapangan, melakukan perubahan dan perbaikan serta meningkatkan pengelolaan sebuah organisasi.

Konflik merupakan sebuah kondisi adanya perbedaan, pertentangan dan ada sesuatu yang tidak kompak antar elemen yang terkait. Perbedaan

pendapat dan pemikiran antar orang merupakan sesuatu yang wajar dan merupakan kondisi yang normal dikarenakan mereka ada sebuah tahapan interaksi satu-sama lain dengan memiliki pemikiran dan cara pandang yang berbeda-beda atau dalam artian ada ketidaksesuaian antara pemahaman dengan interaksi diantara mereka. Ini juga sejalan dengan pernyataan dari Dogan, (2016) bahwa konflik akan terus terjadi dan berlanjut menjadi masalah yang harus dihadapi. Selama interaksi terus dilakukan serta adanya perbedaan kepercayaan, nilai maupun pemikiran. Untuk itu semua orang baik di sekolah maupun dalam lingkungan lainnya akan saling melakukan interaksi satu sama lain. Untuk itu menurut Anwar, (2018) bahwa konflik merupakan kondisi alamiah dari adanya interaksi antar individu. Dikatakan sebagai kondisi alamiah karena konflik pasti ada, hal ini dikarenakan setiap interaksi pasti akan ada pengaruh-pengaruh yang timbul.

Menurut penelitian dari Panggabean, (2017) bahwa konflik yang timbul di sekolah berupa tindakan kekerasan yang dilakukan oleh siswa, banyaknya siswa yang tawuran dan berkelahi dengan orang lain, maraknya kasus perundungan atau bullying kepada siswa yang keterbatasan fisik, pelecehan seksual, mencibir siswa dengan ekonomi rendah atau fisik yang kurang lengkap. Semua ini merupakan kondisi persoalan yang muncul dalam pembelajaran di sekolah. Sejalan dengan ini sesuai data persoalan kekerasan fisik termasuk perkelahian dan tawuran menjadi konflik paling besar sebesar 95% sedangkan persoalan selanjutnya berupa tindakan-tindakan yang berkaitan dengan seksual sebesar 80%. Hal ini tentu saja membutuhkan penanganan konflik sebaik mungkin supaya masalah ini tidak memiliki dampak yang berkepanjangan.

Penelitian dari Robin & Judge, (2019) bahwa permasalahan akan muncul apabila ada pengaruh negatif yang tersebar kepada seseorang dan orang tersebut meyakini dan melakukan pengaruh tersebut. Kondisi ini semakin diperburuk apabila jumlah orang yang ada semakin banyak dan kompleks,

menurut Dogan, (2016) semakin kompleks pihak dalam organisasi tersebut akan semakin memberikan peluang dalam munculnya konflik. Selain itu akan muncul persoalan kedua yaitu stress dalam diri setiap individu. Selain itu dalam sebuah aktivitas di sekolah juga mampu memunculkan perilaku stres baik guru maupun siswa. Permasalahan stress ini disebabkan oleh ketidakmampuan diri sendiri dalam menilai keterbatasan apa saja yang mereka miliki sehingga antara kenyataan dengan keinginan itu tidak bisa terwujud dengan baik. Menurut Aryani, (2016) bahwa stres muncul akibat ketidakseimbangan dalam dirinya yang mengakibatkan kegelisahan, ketegangan, hingga perubahan perilaku yang buruk. Ketidakseimbangan ini karena banyaknya tuntutan dan tekanan dalam diri mereka. Selain itu menurut Nurani et al., (2019) bahwa masalah stress itu berkaitan dengan dirinya sendiri yang berkaitan erat dengan kedewasaan dari setiap orang, terutama kedewasaan dalam menghadapi tuntutan dan keinginan dalam diri mereka sendiri sehingga banyak remaja yang terkena depresi dan stress. Kondisi ini apabila terus dilakukan secara bertahap akan berdampak negatif. Hal ini didukung oleh Mentari et al., (2020) apabila ini berkembang dalam dirinya maka akan muncul permasalahan sosial dan mempengaruhi kesehatan. Selain itu juga akan mempengaruhi keberhasilan mereka dalam proses pembelajaran, prestasi belajar mereka, dan perkembangan kepribadiannya.

Hasil penelitian dari Nurani et al., (2019) bahwa dari hasil observasi yang mereka lakukan terdapat berbagai masalah dari persoalan stress ini adalah : 1) Banyak siswa yang tidak konsentrasi dalam belajar karena ada persoalan pribadinya yang belum ia terima dengan ikhlas; 2) Kepanikan siswa terhadap berbagai tugas sekolah yang mereka terima serta adanya tuntutan mendapatkan nilai bagus; 3) Ketakutan-ketakutan yang muncul dalam diri untuk mencapai prestasi terbaik sedangkan kemampuannya masih terbatas. Permasalahan tersebut yang menyebabkan banyak siswa mengalami kasus stress . untuk itu

membuat banyak usia remaja dan dewasa yang mengalami stress ini dengan mencoba melakukan bunuh diri. Data dari Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, (2019) bahwa angka kematian karena stress berupa bunuh diri sebesar 864 orang pertahun atau sekitar 48% usia 10-39 tahu serta pada usia 15-24 tahun 6,7% nya mengalami depresi akibat stress yang berlebih.

Untuk itu sekolah harus memiliki pengelolaan konflik dan stress yang baik. Dibutuhkan manajemen organisasi yang baik melalui kebijakan yang tepat sasaran dan tepat strateginya. Manajemen yang diperlukan berupa manajemen konflik dan manajemen stress. Menurut Mulyati et al., (2021) manajemen konflik dan stress di sekolah dibutuhkan untuk mencapai standar mutu pendidikan. Untuk itu sebagai pemimpin harus menyikapi persoalan ini dengan baik karena semakin baik penanganan perosalan ini akan berdampak baik terhadap kinerja organisasi. Sesuai dengan pernyataan (Anwar, 2018) bahwa akan baik apabila mampu ditangani dengan manajemen yang baik sehingga dari masalah tersebut akan menjadi evaluasi kedepannya. .untuk itu pada lembaga pendidikan ini sangat membutuhkan manajemen konflik dan manajemen stress untuk mengatasi berbagai persoalan yang sedang mereka hadapi secara jangka pendek maupun jangka panjang. Secara jangka panjang dengan adanya manajemen konflik dan manajemen stress di sekolah ini harapannya mampu menghalau perkembangan sikap yang menyimpang ini dan mampu memberikan solusi terbaik dalam proses penyelesaian masalah.

Berdasarkan penjelasan permasalahan diatas, penelitian ini nantinya berfokus pada penjelasan bagaimana sekolah menerapkan manajemen konflik dan bagaimana sekolah menerapkan manajemen stress. Hasil penelitian ini sangat penting untuk dibahas karena perkembangan waktu dan perkembangan zaman akan semakin maju akan ada banyak kemungkinan persoalan yang dihadapinya tingkat konflik dan stress juga akan semakin berkembang dengan wujud kasusu yang beragam. Untuk itu mengetahui penanganan dan upaya

pencegahannya itu merupakan sesuatu hal yang harus diperhatikan dengan baik. Supaya kedepannya tidak terjadi kasus yang serupa dan bisa dihentikan perkembangan masalah semacam ini. Untuk itu penelitian ini bertujuan untuk 1) untuk mengetahui penerapan manajemen konflik pada sekolah; 2) untuk mengetahui penerapan manajemen stress pada sekolah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk kedalam library research didasarkan atas metode literatur review atau menggunakan data-data dari penelitian sebelumnya yang telah diarsipkan yang kemudian dikembangkan menjadi sebuah kesimpulan atau laporan hasil riset. Untuk waktu penelitian ini dilakukan pada bulan April 2022 dengan bantuan dari website publikasi jurnal nasional maupun internasional dalam rentang waktu 10 tahun (2012-2022). Jurnal yang menjadi bahan pengembangan penelitian adalah bertipe file PDF, masuk dalam bahasa indonesia dan pembahasan berfokus pada persoalan di Indonesia. Setiap data hasil penelitian dari setiap pihak nantinya akan dipilih yang paling sesuai secara judul, abstrak dan isinya yang selanjutnya akan dikembangkan menjadi pembahasan hasil penelitian riset ini..

TEMUAN & DISKUSI

Proses membahas hasil penjelasan dari berbagai sumber termasuk buku dan artikel jurnal tentang penerapan manajemen konflik dan penerapan manajemen stress di sekolah terutama pada siswa. Terdapat beberapa jurnal yang digunakan untuk menjelaskan bagaimana penerapan pengelolaan kasus konflik dan stres. Berbagai upaya yang dilakukan pihak sekolah semuanya akan dibahas dalam penjelasan dibawah ini.

1. Penerapan Manajemen Konflik di Sekolah

Penanganan konflik di sekolah sangat penting untuk dilakukan secara segera, karena kita ketahui bahwa masalah akan terus datang dan berganti dengan masalah baru selama masih terjadi interaksi didalamnya. Sekolah merupakan tempat untuk menuntut ilmu pengetahuan untuk bekal dimasa yang akan datang harus menjadi tempat yang memiliki penanganan konflik yang sangat baik. Menurut Mufti et al., (2021) pengelolaan konflik merupakan sebuah cara untuk melakukan penanganan konflik mulai dari sebelum terjadinya konflik (preventif) dan saat terjadinya konflik antar individu maupun antar kelompok. Untuk itu berbagai tahapan harus dilakukan sehingga pengelolaannya beragam setiap sekolah tergantung persoalan yang muncul.

Manajemen konflik sangat dibutuhkan karena menyangkut hubungan antar siswa di sekolah, untuk menghindari terjadinya ketidakseimbangan sumber daya dan menghindari ketegangan antar orang yang bertikai maka sekolah harus menyelesaikannya dengan tuntas, karena sejatinya tujuan manajemen konflik adalah untuk membangun dan mempertahankan kerjasama antar teman sejawatnya Anwar, (2018). Terdapat pendapat pertama menurut Anwar, (2018) bahwa sebuah konflik bisa diatasi dengan melakukan :

Penanganan pertama berupa perencanaan analisis kemungkinan munculnya konflik. Proses penanganan konflik yang dilakukan dengan melakukan identifikasi penyebab konflik, konflik yang berkembang, sumber dan pihak penyebab konflik. Untuk kemudian dianalisis dan dipetakan menjadi informasi bagian Bimbingan Konseling sekolah..

Penanganan kedua berupa mengevaluasi konflik yang telah muncul dan berkembang. Proses mengenali apakah permasalahan yang berkembang sudah masuk kedalam status serius atau belum. Apabila sudah masuk tingkatan serius maka harus segera dilakukan tindakan supaya tidak mempengaruhi kondisi

lainnya secara negatif. Evaluasi ini sangat penting untuk mendeteksi sejak awal konflik yang muncul.

Penanganan ketiga berupa memberikan solusi dan langkah tepat dalam menyelesaikan konflik. Konflik yang telah teridentifikasi dan telah dinyatakan secara statusnya akan dicarikan solusi atau kebijakan dalam penanganan permasalahan. Kepala sekolah sebagai pemegang kebijakan sekolah maka akan ada kebijakan yang tegas bagi pihak yang terlibat dalam permasalahan. Kebijakan tersebut akan dimasukkan dalam proses pembelajaran atau akan dilakukan secara langsung dalam kehidupan di sekolah.

2. Penerapan Manajemen Stres di Sekolah

Penanganan permasalahan stress bagi siswa itu harus mulai dikelola dengan baik. Kita tahu bahwa remaja rentan terkena depresi dan stress. Ini dikarenakan semua dalam hidup ini akan mengalami sebuah persoalan yang mana tidak ada keseimbangan antara apa yang ia pikirkan dengan yang menjadi kenyataannya. Mereka sangat membutuhkan pihak yang memberikan penguatan diri untuk terhindar dari stress ini. Sekolah sebagai pembentuk kepribadian dan manusia yang unggul harus mampu memberikan penanganan stress yang sebaik mungkin. Penanganan ini tidak serta merta menjadi penanganan secara jangka pendek saja melainkan harus dipersiapkan dengan matang melalui berbagai tahapan, menurut mentari tahapan manajemen konflik berupa :

Tindakan pertama mengenali tingkatan stress dan sumber yang menyebabkannya. Sebuah kesehatan jiwa ini ada berbagai tingkatan ada yang ringan, sedang maupun berat. Setiap tingkatan tersebut akan mendapatkan penanganan yang berbeda-beda. Untuk itu mengenali kondisi setiap orang merupakan kegiatan yang harus dilakukan. Hal ini dimaksudkan supaya apa yang akan dilakukan untuk menangani persoalan tersebut bisa tepat sasaran.

Sebuah teknik yang digunakan adalah problem focused coping, teknik ini akan memberikan bantuan kepada pihak yang terkiat untuk memecahkan permasalahannya. Pada pelaksanaannya dapat dilakukan dengan 1) coping aktif, 2) suppression of competing activities, 3) restraining coping, 4) turning to religion, dan 5) perencanaan Idris & Pandang, (2018).

Tindakan kedua mempraktekkan keterampilan coping dalam menajemen stress. Untuk mampu melakukan tahapan ini adalah dengan menerapkan teknik emotional focus coping. Ini merupakan sebuah teknik untuk memecahkan ras stress dengan cara mengalihkannya dengan sebuah hal-hal tertentu yang tidak menimbulkan stres. Hal ini akan digunakan kepada mereka yang belum mampu menyelesaikan persoalan yang mereka hadapi secara sendiri.

Tindakan ketiga mempraktekkan teknik manajemen stress dan menilai keefektifannya. Untuk tahap ini kita dapat menggunakan teknik group discussion therapy. Cara ini dengan melakukan kegiatan kelompok yang awalnya mereka akan di stimulus dengan motivasi dan dukungan-dukungan kemudian dia diarahkan untuk memecahkan masalah secara interpersonal. Tahapan ini membutuhkan tanggapan lain dari pihak dalam satu kelompoknya.

Selain itu ada juga teknik behavior dan teknik guide imagery untuk mengatasi persoalan stres. Menurut Hartini, (2018) bahwa sebuah teknik behavior ini merupakan cara menyelesaikan stres dengan meminta dia untuk menceritakan apa aja permasalahan yang sedang mereka hadapi dan pikirkan. Teknik ini sama juga dengan saling berkeluh kesah dan saling menceritakan semua hal yang mereka rasa sebuah tuntutan yang berat. Biasanya ini diterapkan juga di sekolah dengan wujud kita diminta untuk bercerita didepan guru bimbingan konseling supaya bisa diarahkan untuk penyelesaiannya. Selain itu teknik guide imagery juga bisa digunakan dengan cara mereka diarahkan dan diminta untuk membayangkan sesuatu hal yang indah-indah supaya mereka

gembira dan memiliki emosi yang kembali tertata. Ini dilakukan dengan merelaksasinya kemudian mereka akan ditutup matanya dan fokus dalam pikirannya. Teknik ini dinilai memiliki pengaruh penanganan stres yang baik.

3. Kefektifan Menyelesaikan Permasalahan Konflik dan Stres di Sekolah

Sebuah penanganan konflik dan stres dapat dilakukan dengan beberapa cara yang telah dijelaskan sebelumnya. Persoalan yang dihadapi seperti kekerasan, kenakalan remaja, kekerasan seksual, kemungkinan depresi dan bunuh diri menjadi kasus konflik dan stres yang dihadapi sekolah. Untuk membuktikan apakah penerapan manajemen konflik dan manajemen stres di sekolah tersebut efektif atau tidak dapat dilihat dari pembahasan berikut ini.

Penanganan konflik yang dilakukan sekolah dengan merencanakan, mengevaluasi dan menentukan strategi yang sesuai yang kemudian dikemas kedalam MBKS (Manajemen Konflik Berbasis Sekolah). Penanganan konflik dengan MBKS ini menurut Panggabean, (2017) dirasa cukup efektif dan mampu meminimalisir terjadinya konflik di sekolah. Wujudnya berupa sekolah membuat kurikulumnya memiliki penerapan materi pembelajaran dan penerapan pengembangan karakter dalam menyelesaikan konflik yang dilakukan setiap hari dalam kehidupannya di sekolah. Pembelajaran yang sudah diintegrasikan dengan mengelola konflik secara pribadi ini berwujud pembelajaran simulasi, belajar dengan bermain peran, berdiskusi dan wujud pembelajaran kolaborasi. Untuk itu dengan wujud kurikulum proses ini mereka akan setiap hari menerapkan nilai-nilai positif dalam kehidupan di sekolah. Selain itu adanya program mediasi yang dilakukan sekolah untuk memediasi pihak-pihak yang bertikai dengan wujud media teman sejawat terstruktur. Penanganan ini dirasa perlu karena akan ada banyak orang yang sejawatnya ikut mendamaikan persoalan yang sedang mereka lakukan. Kemudian wujud nyatanya berupa membuat kelas yang damai. Kelas yang damai merupakan kelas

yang jauh dari kekerasan, bullying, sehingga kelas ini tidak ada kegiatan saling menghukum, suasana otokrastik. Kelas dilakukan dengan penuh kerjasama yang baik antara siswa, proses belajar dengan saling memberikan pendapat dan pemikirannya sehingga saling berkolaboratif dalam hal-hal positif. Penanaman karakter positif dalam menangani konflik sehingga apabila tidak didapatkan kesepakatan mereka akan mewujudkan sekolah yang damai.

Untuk itu sebuah konflik akan dapat teratasi apabila ada sebuah kerjasama antar siswa dan berkolaborasi dalam hal positif. Selain itu penanaman karakter dalam kurikulum yang dilakukannya menjadi hal yang utama apabila karakter positif ingin ditanamkan dan penggunaan resolusi konflik dalam berbagai mata pelajaran akan menurunkan tingkat konflik di sekolah. Selain itu menurut thomaszen dan murtini bahwa adanya pelatihan manajemen stres dengan prosedur Stress Inoculation Training (SIT) dalam diri siswa ternyata secara signifikan mampu menurunkan kecemasan, ketakutan sementara dan mampu meningkatkan hasil belajar siswa. Selain itu melalui pendekatan behavioral ternyata memiliki peran yang signifikan dalam mengembangkan dan mengelola berbagai reaksi atas emosi dan perilaku yang mereka sedang khawatirkan. Menurut ini hal ini dikarenakan kemampuan kognitif yang dimiliki siswa akan mampu memperkuat pemikiran dan menjadikan rasa semakin sejahtera dalam pemikiran sehingga mampu merubah perilaku ke arah lebih baik. Selain itu mempraktekkan keterampilan coping ternyata memiliki dampak yang signifikan dalam membantu siswa mampu beradaptasi sehingga mereka mampu mengelola berbagai tuntutan dari luar maupun dalam.

Secara umum manajemen konflik dan manajemen stres yang baik akan memberikan penguatan kepribadian seseorang. Berbagai permasalahan akan dengan mudah terpecahkan, kecemasan, ketakutan, emosional akan dengan baik merubah pemikirannya menjadi tindakan yang positif. Penerapannya

secara ilmiah mampu berpengaruh signifikan menurunkan tingkat stres siswa dan secara tindakan mampu menurunkan konflik antar siswa

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan studi literatur yang dilakukan mengenai penerapan manajemen konflik dan manajemen stres di sekolah didapatkan sebuah kesimpulan bahwa : 1) manajemen konflik merupakan sebuah tindakan yang sangat dibutuhkan untuk memberikan solusi dan penanganan secara tepat dan tuntas segala permasalahan konflik; 2) Manajemen stres juga menjadi bagian penting dalam pengelolaan siswa secara keseluruhan karena banyak remaja yang terkena stres dari dampak tuntutan yang mereka hadapi; 3) Manajemen konflik dan manajemen stres dapat diatasi dengan beberapa cara namun juga harus dipersiapkan secara jangka pendek maupun jangka panjang sehingga perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan dan pengevaluasiannya harus jelas arah dan tujuannya; 4) Teknik penanganan yang dilakukan dirasa efektif mampu mengatasi permasalahan konflik dan stres di sekolah.

REFERENSI

- Anwar, K. (2018). Urgensi Penerapan Manajemen Konflik dalam Organisasi Pendidikan. *JURNAL | Jurnal Studi Dan Penelitian Pendidikan Islam*, 1, 31-38.
- Aryani, F. (2016). Stres belajar. *Edukasi Mitra Grafika*.
- Damayanti, K., Taufik, M., & Kejora, B. (2021). Students ' Learning Independence Towards PAI Learning During The Covid-19 Pandemic in Class VIII of SMPN 2 Teluk Jame East Karawang. 5(1), 3877-3883.
- Dogan, S. (2016). Conflicts Management Model in School: A Mixed Design Study. *Journal of Education and Learning*, 5(2), 200. <https://doi.org/10.5539/jel.v5n2p200>

- Hartini, S. (2018). Melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Pendekatan Konseling Behavioral untuk Mengatasi Stres dan Depresi. *Jurnal Al Ghazali*, 1(1), 85-113.
- Idris, I., & Pandang, A. (2018). Efektivitas Problem Focused Coping Dalam Mengatasi Stress Belajar Siswa Pada Pelajaran Matematika. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 4(1), 63. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.5896>
- Indy, R., Waani, F. J., & Kandowangko, N. (2019). Peran Pendidikan Dalam Proses Perubahan Sosial Di Desa Tumaluntung Kecamatan Kauditan Kabupaten Minahasa Utara. *HOLISTIK, Journal Of Social and Culture*, 12(4), 1-21. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/holistik/article/view/25466>
- Mentari, A. Z. B., Liana, E., & Pristya, T. Y. (2020). Teknik Manajemen Stres yang Paling Efektif pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 12(4), 191-196.
- Mufti, F. N., Sutarna, & Suyatmini. (2021). Penanganan Konflik Berbasis Islami di Sekolah Dasar. *Jurnal BASICEDU*, 5(6), 6236-6248.
- Mulyati, E., Suherman, U., & Ahman. (2021). Indonesian Journal of Guidance and Counseling : Theory and Application Strategi Penanganan Konflik Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). 10(2), 1-12.
- Nurani, D. A., Arlizon, R., & Yakub, E. (2019). the Material Development of Students Managing Stress. *Media.Neliti.Com*, 1-14. <http://repository.radenfatah.ac.id/4634/%0Ahttps://media.neliti.com/media/publications/199159-pengembangan-materi-manajemen-stres-sisw.pdf>
- Panggabean, R. (2017). Institusionalisasi Manajemen Konflik Berbasis Sekolah. *Sukma: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 197-218. <https://doi.org/10.32533/01107.2017>
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2019). Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia. In *InfoDATIN* (p. 12).
- Robin, S. P., & Judge, T. . (2019). Perilaku Organisasi (Organizational Behavior). Salemba Empat.

- Sittika, A. J., Taufik, M., Kejora, B., & Syahid, A. (2021). Penyuluhan Pendidikan : Membangun Keterampilan Abad 21 Berbasis Al- Qur ' an & Kearifan Lokal Bagi Santri I- Generation. 5, 6709-6716.
- Taufik, M. (2020). Strategi Role Of Islamic Religious Education In Strengtheing Charachter Education In The Era Of Industrial Revolution 4.0. 20.