

# MENGEMBANGKAN KETERAMPILAN NEGOSIASI UNTUK MENGATASI PERSELISIHAN

M. Jaka Fikri Pratama<sup>1\*</sup>, M. Zikri Marpaung<sup>2</sup>, Zufri<sup>3</sup>, Ratna Maulida<sup>4</sup>, Isyara Desri<sup>5</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh  
Email: [zufri.210620181@mhs.unimal.ac.id](mailto:zufri.210620181@mhs.unimal.ac.id)

## Abstract

This study aims to evaluate the effectiveness of psychoeducation on negotiation skills with 20 students from the 11th grade at SMA Negeri 2 Nisam, Aceh Utara. The psychoeducational method was implemented in several phases: preparation, core activities, and closure. The material covered includes definitions of emotions, types of emotions, the concept of conflict, and conflict resolution strategies. The activities lasted 45 minutes for the material presentation and 15 minutes for interactive discussion sessions. The results indicate that the psychoeducation significantly improved students' understanding of negotiation skills, demonstrated through their active participation in discussions and enthusiasm during the Q&A session. Participants also recognized the importance of emotional regulation in resolving peer conflicts without confrontation. The session concluded with the distribution of door prizes and certificates as a form of appreciation. This study emphasizes that the psychoeducational method is effective in enhancing students' awareness and interpersonal skills. The implication of this finding is the importance of integrating similar programs in schools to develop students' negotiation abilities and emotional regulation, fostering more harmonious interpersonal relationships. Negotiation skills are crucial in managing conflicts effectively, especially among adolescents who often face social pressures.

## Abstrak

Keterampilan negosiasi merupakan kemampuan penting dalam mengelola konflik secara efektif, khususnya di kalangan remaja yang kerap menghadapi tekanan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas psikoedukasi keterampilan negosiasi pada 20 siswa kelas XI SMA Negeri 2 Nisam, Aceh Utara. Metode psikoedukasi dilakukan melalui beberapa tahapan: persiapan, kegiatan inti, dan penutupan. Materi yang diberikan meliputi definisi emosi, jenis-jenis emosi, konsep konflik, dan strategi menyelesaikan konflik. Kegiatan berlangsung selama 45 menit untuk pemberian materi dan 15 menit untuk sesi diskusi interaktif. Hasil menunjukkan bahwa psikoedukasi ini meningkatkan pemahaman siswa tentang keterampilan negosiasi, terbukti dari partisipasi aktif mereka dalam diskusi serta antusiasme saat tanya jawab. Peserta juga menyadari pentingnya pengelolaan emosi dalam menyelesaikan konflik pertemanan tanpa konfrontasi. Penutup kegiatan diakhiri dengan pemberian doorprize dan sertifikat sebagai bentuk apresiasi. Pengabdian ini menegaskan bahwa metode psikoedukasi efektif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan interpersonal siswa. Implikasi dari hasil ini adalah pentingnya integrasi program serupa di lingkungan sekolah untuk membangun kemampuan negosiasi dan regulasi emosi siswa, guna menciptakan hubungan interpersonal yang lebih harmonis.

*Keywords:* Negosiasi, Keterampilan Interpersonal, Konflik, Emosi

## 1. PENDAHULUAN

Keterampilan negosiasi adalah kemampuan penting yang diperlukan untuk menyelesaikan konflik secara efektif dan membangun hubungan interpersonal yang harmonis. Pada usia remaja, konflik antar teman sebaya sering kali muncul karena perbedaan pendapat, tekanan sosial, atau ketidakmampuan mengelola emosi. Dalam konteks ini, keterampilan negosiasi berperan membantu remaja untuk menyelesaikan konflik secara damai, mengurangi eskalasi perselisihan, dan mencapai solusi yang saling menguntungkan.

Pada usia remaja, pula individu mulai mengembangkan hubungan sosial yang lebih kompleks, yang sering kali disertai dengan ketegangan dan konflik. Konflik ini bisa muncul akibat perbedaan persepsi, tekanan sosial, atau ketidakmampuan untuk mengelola emosi secara efektif (Kraft et al., 2010; Steinberg, 2005). Di sinilah keterampilan negosiasi menjadi sangat penting, karena dapat membantu remaja untuk menyelesaikan konflik secara damai, membangun hubungan yang harmonis, dan meningkatkan keterampilan sosial mereka (Pruitt & Carnevale, 1993).

Namun, banyak remaja yang belum memahami pentingnya keterampilan ini, sehingga sering kali terjebak dalam situasi konflik yang tidak produktif. Oleh karena itu, psikoedukasi menjadi salah satu pendekatan yang efektif untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan mereka dalam mengelola konflik. Psikoedukasi memungkinkan peserta untuk mempelajari konsep negosiasi secara teoritis sekaligus mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dan meskipun keterampilan ini sangat dibutuhkan, banyak remaja yang belum memahami atau menguasainya secara



memadai. Dalam banyak kasus, mereka mungkin memilih untuk menghindari konflik atau bahkan terlibat dalam konfrontasi yang tidak produktif. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang dapat membantu mereka memahami proses negosiasi dan pentingnya regulasi emosi dalam menyelesaikan masalah secara konstruktif (Goleman, 1995).

Psikoedukasi tentang keterampilan negosiasi menjadi salah satu solusi untuk mengatasi permasalahan ini. Program psikoedukasi memberikan kesempatan bagi siswa untuk mempelajari teknik-teknik yang dapat digunakan dalam situasi konflik serta meningkatkan kesadaran mereka tentang pentingnya regulasi emosi

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan psikoedukasi mengenai keterampilan negosiasi yang dilaksanakan di SMA Negeri 2 Nisam, Kabupaten Aceh Utara. Kegiatan ini melibatkan 20 siswa kelas XI sebagai peserta. Melalui pemberian materi, diskusi, dan tanya jawab, siswa diharapkan dapat memahami pentingnya pengelolaan emosi dan penerapan keterampilan negosiasi dalam interaksi sosial mereka. Penelitian ini juga bertujuan untuk memberikan rekomendasi tentang implementasi program psikoedukasi serupa di lingkungan pendidikan untuk meningkatkan kemampuan interpersonal siswa.

## 2. METODE

Pelaksanaan psikoedukasi tentang mengembangkan keterampilan negosiasi untuk mengatasi perselisihan

### 1. Identifikasi Siswa SMA Negeri 2 Nisam

Pelaksanaan psikoedukasi dimulai dengan mengidentifikasi 20 siswa kelas XI SMA Negeri 2 Nisam sebagai peserta utama. Proses identifikasi ini penting untuk memastikan bahwa program yang dilakukan relevan dengan kebutuhan dan kondisi peserta, terutama terkait dengan konflik antar teman sebaya yang sering dialami oleh remaja. Dengan memahami latar belakang emosional dan sosial siswa, program dapat disesuaikan untuk meningkatkan keterampilan mereka dalam menghadapi dan menyelesaikan konflik dengan cara yang lebih efektif.

### 2. Penyusunan Materi Psikoedukasi

Materi disusun secara sistematis agar mudah dipahami oleh siswa. Tim penyusun materi terdiri dari pihak yang kompeten dalam bidang psikologi dan komunikasi efektif. Materi yang disampaikan meliputi pemahaman dasar tentang emosi, jenis-jenis emosi yang sering muncul, serta konsep-konsep dasar terkait konflik antar teman sebaya. Selain itu, materi ini mencakup strategi negosiasi yang efektif dalam menyelesaikan konflik secara damai tanpa konfrontasi. Penyampaian dilakukan melalui presentasi verbal yang menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan contoh yang relevan dengan kehidupan remaja. Kegiatan ini juga melibatkan diskusi interaktif di mana siswa dapat berbagi pengalaman pribadi terkait konflik yang mereka hadapi.

### 3. Pengaturan Siswa

Pengaturan siswa dilakukan dengan meminta mereka duduk dengan rapi dan tertib agar bisa lebih fokus pada materi yang disampaikan. Pengaturan tempat duduk yang baik juga berfungsi untuk menciptakan suasana yang kondusif, sehingga diskusi dan materi bisa diikuti dengan baik oleh semua siswa. Pemateri juga menekankan pentingnya etika dalam berdiskusi, seperti mendengarkan pendapat orang lain dan memberikan kesempatan untuk berbicara bagi setiap siswa. Hal ini bertujuan untuk memastikan suasana yang aman dan saling menghormati selama kegiatan berlangsung.

### 4. Dokumentasi Kegiatan

Dokumentasi kegiatan dilakukan untuk merekam setiap tahapan pelaksanaan psikoedukasi. Rekaman ini mencakup proses penyampaian materi, interaksi selama diskusi, serta sesi tanya jawab. Dokumentasi ini sangat penting sebagai bahan evaluasi terhadap keberhasilan program dan untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan psikoedukasi yang akan datang. Selain itu, dokumentasi ini juga bisa digunakan sebagai referensi dalam pengembangan kegiatan serupa di masa depan, baik di sekolah tersebut maupun di sekolah-sekolah lain.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kegiatan psikoedukasi mengenai keterampilan negosiasi yang diadakan di SMA Negeri 2 Nisam, Kabupaten Aceh Utara, diperoleh hasil yang sangat memuaskan. Efektivitas kegiatan ini terlihat dari peningkatan pemahaman siswa tentang pentingnya keterampilan negosiasi dalam menyelesaikan konflik dan membangun hubungan yang baik dengan teman sebaya.



Gambar 1. Psikoedukasi oleh tim dan peserta

Kegiatan psikoedukasi ini tidak hanya memberikan pemahaman teoritis, tetapi juga melibatkan siswa secara aktif. Mereka belajar tentang proses negosiasi, jenis-jenis negosiasi, dan strategi yang dapat digunakan dalam situasi konflik.



Gambar 2. Proses tanya jawab materi

Selama sesi tanya jawab, para siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dan berpartisipasi aktif dalam diskusi. Mereka mengajukan berbagai pertanyaan terkait cara mengatasi konflik, yang menunjukkan minat mereka untuk memahami lebih dalam tentang regulasi emosi dan keterampilan negosiasi

### Peningkatan Pemahaman

Siswa yang terlibat dalam kegiatan ini menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai konflik antar teman sebaya, termasuk bagaimana cara menyelesaikan permasalahan tanpa konfrontasi. Mereka bahwa keterampilan negosiasi yang baik membantu dalam:

- a). Menyelesaikan konflik secara damai.
- b). Meningkatkan hubungan interpersonal.
- c). Mengurangi risiko atau kerugian yang mungkin terjadi.
- d). Memaksimalkan hasil dan kepuasan bagi semua pihak yang terlibat.

### Reaksi Emosional dan Pengalaman

Reaksi emosional peserta saat berbagi pengalaman tentang konflik yang mereka hadapi cukup signifikan. Banyak siswa melaporkan bahwa mereka sering mengalami ketidakstabilan emosi yang berhubungan dengan tekanan dari teman sebaya dan situasi sosial lainnya. Dalam diskusi, mereka menyadari pentingnya mengelola emosi dan menggunakan keterampilan negosiasi untuk menghindari konflik yang tidak perlu.



Gambar 3. Sesi foto bersama dengan peserta

## 4. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi mengenai keterampilan negosiasi secara efektif dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan siswa dalam mengelola konflik. Dengan metode yang melibatkan pemberian materi, diskusi interaktif, dan tanya jawab, siswa mampu memahami konsep negosiasi, strategi penyelesaian konflik, dan pentingnya regulasi emosi dalam kehidupan sosial mereka. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman siswa terhadap keterampilan negosiasi, terlihat dari partisipasi aktif dan antusiasme mereka selama sesi kegiatan.

Peserta kegiatan juga menyadari pentingnya mengelola emosi untuk mencegah eskalasi konflik dan mencapai solusi yang saling menguntungkan. Temuan ini mendukung implementasi program psikoedukasi serupa sebagai bagian dari pengembangan keterampilan interpersonal siswa di lingkungan sekolah. Program ini berpotensi untuk membangun hubungan antar siswa yang lebih harmonis dan mendukung pembentukan lingkungan belajar yang kondusif.

Implikasi dari penelitian ini adalah perlunya integrasi program pelatihan keterampilan negosiasi dan regulasi emosi dalam kurikulum pendidikan untuk membantu siswa menghadapi tantangan sosial secara lebih bijaksana dan produktif.

Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi pendekatan serupa dengan durasi dan skala yang lebih luas untuk mengkonfirmasi hasil dan memperluas dampaknya

### **Acknowledgements**

Kami ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini. Pertama-tama, kami mengucapkan terima kasih kepada para guru dan staf SMA Negeri 2 Nisam yang telah memberikan kerjasama yang sangat berharga dan memberikan akses kepada siswa yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Penghargaan yang tulus juga saya sampaikan kepada 20 siswa kelas XI yang telah berpartisipasi dalam sesi psikoedukasi ini, partisipasi aktif mereka sangat berarti untuk kelancaran penelitian ini.

### **REFERENCES**

- Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). Brooks/Cole Publishing.
- Deutsch, M. (1973). *The Resolution of Conflict: Constructive and Destructive Processes*. Yale University Press.
- Fisher, R., Ury, W., & Patton, B. (1991). *Getting to Yes: Negotiating Agreement Without Giving In* (2nd ed.). Penguin Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. Bantam Books.
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (2013). *Joining Together: Group Theory and Group Skills* (11th ed.). Pearson Education.
- Rahim, M. A. (2011). *Managing Conflict in Organizations* (4th ed.). Transaction Publishers.
- Pruitt, D. G., & Carnevale, P. J. (1993). *Negotiation in Social Conflict*. Open University Press.
- Kraft, C., Holmes, J., & Mikolajczak, M. (2010). Emotional Competence and Adolescent Conflict Resolution. *Journal of Youth Studies*, 13(4), 421–436. <https://doi.org/10.1080/13676260903520852>
- Steinberg, L. (2005). Cognitive and Affective Development in Adolescence. *Trends in Cognitive Sciences*, 9(2), 69–74. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2004.12.005>
- Baron, R. A. (2000). Psychological Perspectives on Conflict Resolution. In M. Deutsch & P. T. Coleman (Eds.), *The Handbook of Conflict Resolution: Theory and Practice* (pp. 94–122). Jossey-Bass.
- Thomas, K. W. (1976). Conflict and Conflict Management. In M. D. Dunnette (Ed.), *Handbook of Industrial and Organizational Psychology* (pp. 889–935). Rand McNally.