



## Analisis Deskriptif Gaya Manajemen Konflik dan Profil Kesejahteraan Psikologis Peserta didik kelas 9 MTs An-Nuriyah

Nur Amanah Billa<sup>1\*</sup>, Devi Ratnasari<sup>1</sup>, Budi Purwoko<sup>1</sup>, Evi Winingsih<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

\*Corresponding Author's email: [nur.22025@mhs.unesa.ac.id](mailto:nur.22025@mhs.unesa.ac.id)

### Article History:

Received: December 9, 2025

Revised: January 6, 2026

Accepted: January 8, 2026

### Keywords:

conflict management style;  
psychological well-being;  
adolescents;  
descriptive quantitative;  
MTs An-Nuriyah

**Abstract:** Adolescence is a critical developmental period characterized by emotional instability, identity exploration, and increased vulnerability to interpersonal conflict, particularly within school environments where peer interactions are intensive. In Madrasah Tsanawiyah (MTs), which integrate academic and religious education, empirical studies examining students' conflict management styles and psychological well-being remain limited, underscoring the urgency of context-specific research. This study aimed to identify the dominant conflict management styles and to map the strengths and weaknesses of psychological well-being dimensions among ninth-grade students at MTs An-Nuriyah, as a basis for educational and psychosocial intervention planning. A quantitative descriptive design was employed, involving 60 ninth-grade students selected through simple random sampling. Data were collected using a conflict management style questionnaire based on the Thomas-Kilmann model and a psychological well-being scale adapted from Ryff's (1989) six-dimensional framework. The results indicated that avoiding ( $M = 3.85$ ) and collaborating ( $M = 3.84$ ) were the most dominant conflict management styles, followed by compromising and accommodating, while the competing style demonstrated the lowest mean score. The psychological well-being profile revealed strong dimensions in positive relations with others, personal growth, and environmental mastery, with relatively lower levels of autonomy and self-acceptance. These findings suggest that although students tend to adopt harmonious and cooperative approaches to conflict, they may experience limitations in independent decision-making and self-evaluation. Practically, the results highlight the need for school-based guidance and counseling programs that strengthen autonomy and self-acceptance while fostering assertive and constructive conflict management skills to support optimal psychological development during adolescence.

Copyright © 2026, The Author(s).

This is an open access article under the CC-BY-SA license



**How to cite:** Billa, N. A., Ratnasari, D., Purwoko, B., & Winingsih, E. (2026). Analisis Deskriptif Gaya Manajemen Konflik dan Profil Kesejahteraan Psikologis Peserta didik kelas 9 MTs An-Nuriyah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 5(1), 1–11. <https://doi.org/10.55681/sentri.v5i1.5259>

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase perkembangan seseorang menuju pendewasaan. Pada tahap ini remaja cenderung labil, belum mampu membuat keputusan atau mengambil tanggungjawab besar. Remaja sebagai individu sedang dalam proses berkembang atau menjadi (*becoming*), yaitu berkembang kearah kematangan atau kemandirian (Marsela and Supriatna 2019). Menurut Kay (Syamsu Yusuf, 2006; Marsela & Supriatna, 2019) mengungkapkan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memperkuat *Self Control* (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup. Sementara dalam masa transisi ini remaja seringkali menghadapi situasi-

situasi yang membingungkan, dimana ketika ia salah mengambil keputusan maka berpotensi besar menjadi masalah atau konflik bagi dirinya.

Secara definitif, konflik berasal dari bahasa latin *Configere, Konfikum*, yang berarti mencakup semua jenis konflik, termasuk interaksi permusuhan, ketidakcocokan, ketidakharmonisan, antagonisme, dan pertikaian. Konflik dapat terjadi ketika ada perbedaan pendapat atau pandangan- pandangan yang tidak sejalan (Iftitah, Al Hanif, and Jannah 2024). Konflik merupakan suatu keniscayaan dalam kehidupan seseorang, terlebih sebagai makhluk sosial. Konflik akan membantu individu berkembang dan belajar apabila dapat dikelola dengan baik. Kemampuan seseorang dalam mengenali dan mengelola konflik disebut sebagai Manajemen Konflik.

Manajemen konflik adalah tindakan yang dilakukan oleh aktor atau pihak lain untuk mengarahkan perselisihan menuju hasil tertentu (Iftitah, Al Hanif, and Jannah 2024). Manajemen konflik merupakan sebuah usaha dalam mengarahkan pihak-pihak tertentu baik itu individu ataupun kelompok untuk menciptakan sebuah perdamaian dan kesatuan (Friskila 2024). Kenneth W. Thomas dan Ralph H. Kilmann dalam (Tambunan, Nasution, and Lung 2023) mengelompokkan gaya alamiah seseorang ketika menghadapi situasi-situasi konflik, antara lain dalam 5 gaya yaitu 1.) *Collaborating*, 2.) *Compromising*, 3.) *Accomodating*, 4.) *Avoiding*, dan 5.) *Competing* atau biasa juga disebut *Forcing*. Seseorang perlu mengetahui dominasi gaya manajemen konflik dalam dirinya untuk membantu memahami dan mengembangkan kemampuan kontrol diri. Terlebih pada individu usia remaja yang masih dalam fase perkembangan, sehingga cenderung labil. Pada fase ini remaja menghadapi berbagai tantangan dalam membentuk identitas diri, meningkatkan kontrol emosi dan membangun hubungan sosial yang sehat (Yuswati et al. 2025). Sementara itu penelitian terbaru menyebutkan mayoritas remaja memiliki regulasi emosi yang buruk, yang mungkin disebabkan oleh pengalaman perundungan (konflik) sebelumnya (Safarina et al. 2024).

Ketidakmampuan remaja dalam mengenali dan mengelola konflik yang dialaminya dengan baik dapat berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologisnya. Sebagaimana dalam Hutapea (2011) dalam (Safitri and Anisah 2022) menyebutkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kesejahteraan psikologis. Artinya, semakin tinggi kecerdasan emosional seseorang, maka semakin tinggi juga kesejahteraan psikologisnya (Safitri and Anisah 2022). Dalam menggunakan kapasitas emosional seseorang, dan berpartisipasi dalam masyarakat, seseorang harus berada dalam kondisi kesehatan emosional dan psikologis yang sehat (Friskila 2024). Kecerdasan emosional merupakan sebuah kemampuan untuk mengidentifikasi, mengekspresikan, memahami, mengelola, dan menggunakan emosi (Kotsou, 2019 dalam (Safitri and Anisah 2022). Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa kestabilan psikologis remaja sangat mempengaruhi rasa ketenangan atau kesejahteraan yang terjadi pada remaja tersebut (Fatimah, Laeli, and Djuanda 2024).

Kesejahteraan psikologis (*Psychological Well-being*), menurut Ryff (1989) mencakup enam dimensi utama yaitu 1.) *Autonomy*, 2.) *Environmental Mastery*, 3.) *Personal growth*, 4.) *Positive Relations with Others*, 5.) *Purpose in life*, 6.) *Self Acceptence*. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan banyak hal tentang dinamika konflik pada remaja, meski sebagian besar penelitian berfokus pada faktor penyebab konflik, dampak negatif konflik, atau konflik dalam konteks keluarga dan sekolah (Iftitah, Al Hanif, and Jannah 2024; Safarina et al. 2024). Sementara beberapa penelitian terkait konflik pada remaja sebagian besar masih berfokus pada dampak negatif konflik, regulasi emosi, atau konteks keluarga dan

sekolah secara umum. Penelitian yang secara khusus memetakan gaya manajemen konflik secara deskriptif sekaligus mengkaji profil kesejahteraan psikologis remaja dalam konteks lembaga pendidikan berbasis keagamaan seperti Madrasah Tsanawiyah (MTs) masih terbatas. Padahal, MTs memiliki karakteristik unik karena memadukan tuntutan akademik dan pembentukan karakter religius. Lembaga pendidikan berbasis keagamaan seperti MTs, merupakan subjek yang layak dikaji dan penting untuk diperhatikan karena lembaga pendidikan berbasis agama kerap menanggung beban ganda, yakni peningkatan kemampuan intelektual serta bertanggungjawab terhadap pembentukan karakter peserta didik. Adanya paradigma atau stereotype ini tentu berpengaruh terhadap beban peserta didik. Sehingga, penelitian ini ingin menggambarkan (mendeskripsikan) pola gaya manajemen konflik peserta didik MTs dan profil kesejahteraan psikologis dengan meninjau dominasi dari masing-masing gaya manajemen konflik, serta dimensi kesejahteraan psikologis yang kuat dan lemah sebagai bahan bagi sekolah untuk menentukan layanan atau intervensi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

## LANDASAN TEORI

Penelitian ini dilakukan berdasarkan pada teori Manajemen Konflik Kenneth W. Thomas dan Ralph H. Kilmann dalam (Tambunan, Nasution, and Lung 2023) mengelompokkan gaya alamiah seseorang ketika menghadapi situasi-situasi konflik, antara lain dalam 5 gaya yaitu 1.) *Collaborating*, 2.) *Compromising*, 3.) *Accommodating*, 4.) *Avoiding*, dan 5.) *Competing* atau biasa juga disebut *Forcing*. Willya (2023) dalam buku Manajemen Konflik: Teori dan praktik menjelaskan bahwa, Teori manajemen konflik pertama kali di perkenalkan oleh Blake dan Mouton (1964), kemudian diperbaiki oleh Thomas (1976) dalam Rahim (2001) dalam Achmad, W (2023). Dijelaskan bahwa terdapat dua dimensi dalam strategi manajemen konflik, yaitu perhatian pada diri sendiri, dan perhatian pada orang lain. Berdasarkan dimensi kepedulian terhadap diri sendiri, terdapat dua strategi penyelesaian konflik dengan kepedulian rendah terhadap orang lain, yaitu mendominasi (kepedulian tinggi pada diri sendiri) dan menghindari (kepedulian rendah pada diri sendiri) (Rahim, 2001). Corkindale (2007) dari (HBR) menyebutkan hal tersebut sebagai strategi memaksa dan menghindar (Kodikal, 2014). Bersaing atau mendominasi atau memaksa adalah situasi dimana pihak yang berkonflik berkeinginan untuk memuaskan kepentingan pihaknya sendiri, terlepas dari dampak konflik terhadap pihak lain (Corkindale, 2007). Sedangkan menghindar adalah keinginan untuk menarik diri dari konflik atau upaya yang tidak mengindahkan konflik (Kodikal, 2014). Berikut gambaran terperinci penjabaran 5 gaya manajemen konflik:

**Tabel 1. Deskripsi Gaya Manajemen Konflik**

No	Gaya Manajemen Konflik	Deskripsi
1	<i>Competing</i> , Memaksa atau mendominasi	Gaya ini dikenal sebagai skenario Win or Lose atau berusaha memenangkan posisi dengan cara memaksa pihak lawan (Sos, Willya. 2023). Pola penyelesaian konflik dengan model ini cenderung memaksakan kehendak
2	Menghindar	Strategi pemecahan konflik ini dengan pengabaian atau sikap penarikan diri atau situasi “see no evil, hear no evil, speak no evil”. Gaya ini biasanya sengaja dipilih untuk

		menghindari emosi yang meledak ledak dan menunggu waktu yang tepat.
3	Mengakomodasi	Gaya manajemen konflik mengakomodasi berisi upaya mengecilkan perbedaan dan menekankan kesamaan untuk memuaskan kepentingan pihak lain, sehingga cenderung ada unsur pengorbanan diri dalam gaya ini. Artinya, terdapat kecenderungan mengalah dan mengakomodir tuntutan pihak lawan dalam menyelesaikan konflik.
4	Kompromi	Gaya ini menggunakan konsep “take and give”, dimana kedua belah pihak sama-sama menyerahkan sesuatu untuk membuat keputusan yang dapat diterima bersama. Artinya, strategi ini dilakukan dengan mencari jalan yang tengah yang cepat, dan mencari solusi yang dianggap adil.
5	Kolaborasi	Gaya ini penyelesaian konflik yang dilakukan dengan cara mengungkapkan kebutuhan dan menggambarkan keseluruhan dari situasi serta tantangan yang dihadapi oleh kedua pihak dan kedua pihak saling bekerjasama untuk melakukan apa yang perlu dilakukan untuk memenuhi kebutuhan setiap pihak semaksimal mungkin.

Pada variabel kedua, kesejahteraan psikologis diteliti dengan mengacu pada teori kesejahteraan psikologis Ryff (1989). Menurut Ryff, 1989 dalam Misero, 2010 dalam (Tanujaya 2012) kesejahteraan psikologis adalah sebuah konsep yang berusaha memaparkan tentang *positive psychological functioning*. Sejauh ini belum ada definisi detail mengenai *Positive psychological functioning*, tetapi itu juga dikenal sebagai *optimal human functioning* (Ryff & Singer, 2000). Menurut Ryff (1989, page 1077) berpendapat bahwa kepuasan hidup dan perasaan positif tidak cukup mewakili hal-hal yang membentuk *positive psychological functioning*, sehingga hal itu diartikan sebagai payung atau istilah umum untuk semua dimensi kesejahteraan psikologis (Martela 2025).

Kesejahteraan psikologis digolongkan dalam enam dimensi utama, yaitu otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan diri, hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Sehingga kesejahteraan psikologis adalah kondisi individu yang sejahtera dengan mengisi kehidupannya secara bermakna, bertujuan dan dapat berfungsi secara optimal, serta memiliki penilaian yang positif atas kehidupannya. Adapun gambaran dari 6 dimensi kesejahteraan psikologis digambarkan dalam penelitian (Fitri, Intan, and Luawo, n.d.) sebagai berikut:

**Tabel 2. Deskripsi Dimensi Kesejahteraan Psikologis**

No	Dimensi	Deskripsi
1	Penerimaan Diri	Penerimaan diri merupakan salah satu karakter individu yang mengaktualisasikan dirinya sehingga mereka dapat menerima dirinya apa adanya, emmberikan penlaian yang tinggi pada individualitas dan keunikan diri
2	Hubungan positif dengan orang lain	Kemampuan individu untuk membina hubungan yang hangat dengan orang lain. Dimensi ini juga dimaksudkan sebagai kemampuan untuk memiliki keintiman yang luas dalam cinta, baik dengan anggota keluarga atau teman dan menunjukkan

		kasih sayang, penghormatan, dan harapan yang dimiliki orang lain untuk keuntungan pribadiya.
3	Otonomi	Dimensi ini menyangkut kemampuan untuk menentukan nasib sendiri atau self determination, bebas dan memiliki kemampuan untuk mengatur perilaku sendiri.
4	Penguasaan lingkungan	Merupakan kemampuan individu untuk memilih menciptakan dan mengelola lingkungan agar sesuai dengan kondisi psikologisnya dalam rangka mengembangkan dirinya.
5	Tujuan hidup	Dimensi ini menjelaskan bahwa tujuan individu yang berfungsi secara penuh adalah peningkatan kehidupan eksistensial, yaitu menghayati kehidupan pada setiap memennya. Individu yang berfungsi secara penuh memilki tujuan yang positif, kuat, sense of directedness, yang seluruhnya berkontribusi pada sense of meaningfulness dan integrasi mengenai berbagai bagian pada kehidupannya.
6	Perkembangan pribadi	Dimensi ini berkaitan dengan cara individu memandang dirinya dan harkat manusia untuk selalu tumbuh dan berkembang. Menurut Buhler, perkembangan berkelanjutan yaitu proses adaptasi individu atas keterbatasan dirinya menjadi perkembangan kreatif untuk meningkatkan ketentraman diri.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan model analisis deskriptif. Penelitian Kuantitatif adalah penelitian yang menyajikan data berupa angka-angka sebagai hasil penelitiannya. Sementara metode penelitian deskriptif adalah suatu metode dalam penelitian yang digunakan untuk membuat gambaran atau deskripsi secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fenomena yang ada. Sehingga penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang menggambarkan variabel secara apa adanya didukung dengan data-data berupa angka yang dihasilkan dari keadaan sebenarnya (Pratama 2019).

Penelitian ini dilakukan di MTs An Nuriyah, yang beralamat di Jl. Bulurejo - Benjeng No.87, Rayon, Bulurejo, Kec. Benjeng, Kabupaten Gresik, Jawa Timur 61172. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas 9 MTs An Nuriyah sejumlah 71 peserta didik. Sementara, penentuan jumlah sampel ditentukan menggunakan teknik *probabilty sampling* dengan metode *Simple random sampling*, yaitu pengambilan sampel secara acak sehingga setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk terpilih. Adapun penentuan jumlah sampling dilakukan menggunakan rumus Slovin, dan ditemukan jumlah sampel minimum sebanyak 60 peserta didik.

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = *error tolerance* (0,05)



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan data terhadap 60 responden peserta didik kelas 9 MTs An Nuriyah diperoleh gambaran mengenai kecenderungan gaya manajemen konflik dan kondisi kesejahteraan psikologis remaja. Instrumen gaya manajemen konflik terdiri atas 16 item pertanyaan yang disusun dan dikelompokkan ke dalam lima gaya, yaitu 1.) *Avoiding*, 2.) akomodatif, 3.) kompetitif, 4.) kompromi, dan 5.) kolaboratif. Berikut hasil perhitungan kecenderungan gaya manajemen konflik ditinjau dari nilai Mean pada peserta didik kelas 9 MTs An Nuriyah:

**Tabel. 3 Descriptive Statistics Gaya Manajemen Konflik**

Statistik Gaya Manajemen Konflik					
Gaya Manajemen Konflik	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
avoiding	60	1.00	5.00	3.8500	1.02221
akomodatif	60	2.00	5.00	3.5556	.86503
kompetitif	60	1.00	5.00	2.8000	.87672
kompromi	60	2.25	5.00	3.6292	.63861
kolaboratif	60	2.25	5.00	3.8417	.63774
Valid N (listwise)	60				

Berdasarkan hasil pengolahan data tersebut, diketahui bahwa :

### 1. Gaya Menghindar (*Avoiding*)

Rata-rata skor gaya menghindar adalah  $M = 3.85$  dengan standar deviasi  $SD = 1.02$ . Nilai mean yang cukup tinggi menunjukkan bahwa responden cenderung menggunakan gaya menghindar dalam situasi konflik. Gaya ini umumnya muncul ketika individu merasa tidak nyaman dengan konflik, ingin menjaga stabilitas hubungan, atau merasa bahwa konflik tidak layak untuk dihadapi secara langsung. SD yang cukup besar menandakan adanya variabilitas penggunaan gaya ini antarresponden. Namun Penelitian ini memiliki keterbatasan pada subskala gaya menghindar yang menyisakan satu item valid setelah proses uji validitas. Karena reliabilitas internal membutuhkan minimal dua item, konsistensi subskala ini tidak dapat dianalisis. Keterbatasan ini dapat memengaruhi ketepatan pengukuran konstruk *avoiding* dan perlu menjadi pertimbangan ketika menafsirkan hasil deskriptif terkait gaya ini.

### 2. Gaya Akomodatif

Gaya akomodatif memiliki nilai rata-rata  $M = 3.56$  ( $SD = 0.86$ ). Nilai ini menunjukkan bahwa responden cukup sering menggunakan gaya akomodatif, yaitu kecenderungan mengalah demi mempertahankan hubungan interpersonal. SD yang relatif kecil mengindikasikan bahwa responden memiliki kecenderungan yang cukup seragam dalam penggunaan gaya ini.

### 3. Gaya Kompetitif

Gaya kompetitif memperoleh rata-rata  $M = 2.80$  ( $SD = 0.87$ ). Nilai mean ini termasuk dalam kategori sedang–cenderung rendah, yang menunjukkan bahwa responden tidak terlalu dominan menggunakan gaya kompetitif. Artinya, peserta lebih jarang mengambil pendekatan memaksakan kehendak atau mengutamakan kemenangan pribadi. Dalam gaya ini, salah satu pihak berfokus pada keuntungan atau kebutuhan sendiri, tanpa memperhatikan keuntungan atau kebutuhan pihak lain (Alfian Ihsan Ramadhani et al. 2024). SD yang sedang menunjukkan adanya variasi tingkat penggunaan gaya ini.

### 4. Gaya Kompromi

Gaya kompromi memiliki rata-rata  $M = 3.63$  ( $SD = 0.64$ ). Nilai ini menunjukkan kecenderungan responden untuk mencari solusi tengah ketika terjadi konflik. Gaya kompromi termasuk gaya yang cukup adaptif dan umum digunakan ketika kedua belah pihak ingin tetap mempertahankan hubungan namun membutuhkan penyelesaian cepat. SD rendah menunjukkan pola penggunaan yang lebih konsisten antarresponden. Gaya Kompromi, atau “saya menang sebagian– anda menang sebagian”, merupakan pendekatan penyelesaian masalah dengan mengakui kebutuhan masing-masing untuk mencapai solusi yang memuaskan kedua belah pihak (Alfian Ihsan Ramadhani et al. 2024).

### 5. Gaya Kolaboratif

Skor rata-rata gaya kolaboratif adalah  $M = 3.84$  ( $SD = 0.64$ ), hampir setara dengan gaya menghindar. Gaya ini mencerminkan upaya penyelesaian konflik dengan cara bekerja sama, mencari solusi yang memuaskan semua pihak, dan terbuka dalam komunikasi. Tingginya skor mean menunjukkan bahwa responden cenderung menyukai pendekatan kolaboratif, yang dianggap sebagai gaya paling efektif dalam penyelesaian konflik jangka panjang.

Sehingga, Secara keseluruhan, gaya manajemen konflik yang paling dominan digunakan oleh responden adalah:

1. Avoiding ( $M = 3.85$ )
2. Kolaboratif ( $M = 3.84$ )
3. Kompromi ( $M = 3.63$ )
4. Akomodatif ( $M = 3.56$ )
5. Kompetitif ( $M = 2.80$ ) – paling rendah

Temuan ini menunjukkan bahwa banyak responden lebih cenderung menghindari konflik, namun ketika konflik tetap terjadi, mereka cenderung memilih kolaborasi dan kompromi daripada gaya kompetitif. Pola ini sering dijumpai pada lingkungan yang menekankan harmoni, kerja sama, serta hubungan interpersonal yang erat.

**Tabel. 4 Descriptive Statistics Dimensi Kesejahteraan Psikologis**

Descriptive Statistics				
6 Dimensi Kesejahteraan Psikologis	N	Total Skor	Mean	Std. Deviation
Otonomi	60	1824	30	1

Penguasaan Lingkungan	60	2178	36,3	1,4142
Pertumbuhan Pribadi	60	2122	35,3667	2,1213
Hubungan Positif dengan orang lain	60	2580	43	7,7782
Tujuan Hidup	60	2106	35,1	2,1213
Penguasaan diri	60	1930	32,167	1,4142
Valid N (listwise)	60			

Mengacu pada hasil perhitungan tersebut, deskripsi masing-masing dimensi dianalisis menggunakan nilai mean untuk melihat kecenderungan tingkat kesejahteraan psikologis yang dialami oleh responden. Dari data tersebut didapatkan hasil bahwa:

#### 1. Otonomi

Dimensi otonomi memperoleh total skor 1824 dari 60 responden dengan nilai rata-rata  $M = 30$  dan standar deviasi  $SD = 1$ . Nilai mean yang relatif rendah menunjukkan bahwa responden memiliki kemandirian yang sedang atau cenderung rendah dalam mengambil keputusan, menentukan pendapat pribadi, serta mempertahankan prinsip dalam tekanan sosial.  $SD$  yang kecil menandakan bahwa nilai antarresponden cukup homogen, atau tidak banyak variasi antara satu individu dengan lainnya. Otonomi diibaratkan sebagai kemampuan seseorang untuk bebas, namun tetap mampu mengatur hidup dan tingkah lakunya sendiri (Aulia et al. 2021).

#### 2. Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery)

Dimensi ini menghasilkan rata-rata  $M = 36,3$  ( $SD = 1,41$ ). Nilai mean yang cukup tinggi menunjukkan bahwa responden mampu mengelola lingkungan sekitar, mengatur aktivitas hidup, dan menavigasi tuntutan eksternal secara cukup baik.  $SD$  yang kecil menunjukkan bahwa kemampuan ini relatif merata di antara seluruh responden.

#### 3. Pertumbuhan Pribadi (Personal Growth)

Skor rata-rata  $M = 35,37$  ( $SD = 2,12$ ). Nilai ini menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat pertumbuhan pribadi yang tinggi, seperti keterbukaan terhadap pengalaman baru, rasa ingin berkembang, serta persepsi bahwa mereka terus bertumbuh secara psikologis.  $SD$  sedikit lebih besar mengindikasikan adanya variasi antarpeserta dalam dimensi pertumbuhan pribadi, mungkin terkait pengalaman hidup dan tingkat motivasi individu.

#### 4. Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relations)

Dimensi ini memiliki mean paling tinggi yaitu  $M = 43$  dengan  $SD 7,77$ , yang merupakan standar deviasi terbesar dibandingkan dimensi lain. Hal ini menunjukkan dua temuan penting, yaitu 1.) Responden secara umum memiliki hubungan interpersonal yang sangat baik, seperti rasa empati, kehangatan, saling percaya, dan kemampuan membangun hubungan yang mendukung. 2.) Variasi antar responden sangat besar, artinya ada sebagian responden dengan hubungan sosial sangat kuat, tetapi ada juga beberapa dengan nilai



rendah. Ini wajar karena kualitas relasi sangat dipengaruhi pengalaman pribadi dan kondisi lingkungan sosial.

#### 5. Tujuan Hidup (Purpose in Life)

Dimensi tujuan hidup memiliki rata-rata  $M = 35,1$  ( $SD = 2,12$ ). Nilai mean ini menunjukkan bahwa responden memiliki kejelasan arah hidup yang cukup baik, termasuk adanya makna hidup, orientasi tujuan masa depan, serta kesadaran mengenai nilai yang ingin dicapai. SD yang sedang menandakan bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki arah hidup yang jelas, terdapat perbedaan pengalaman terkait kejelasan tujuan pada sebagian responden lainnya.

#### 6. Penguasaan Diri / Penerimaan Diri (Self-Acceptance)

Dimensi ini memiliki rata-rata  $M = 32,17$  dengan  $SD = 1,41$ . Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan banyak responden untuk menerima diri, menyadari kekuatan-keterbatasan, dan memiliki sikap positif terhadap diri sendiri berada pada tingkat yang cukup baik. SD rendah mencerminkan bahwa sebagian besar responden berada pada tingkat yang relatif sama dalam hal penerimaan diri. Penerimaan diri yang dimaksud adalah kemampuan seseorang menerima dirinya secara keseluruhan baik pada masa kini atau masa lalu (Aulia et al. 2021).

Secara teoretis, temuan dominannya gaya menghindar dan kolaboratif pada peserta didik kelas IX MTs An-Nuriyah dapat dipahami melalui model Thomas dan Kilmann (1974). Menurut Thomas dan Kilmann, gaya menghindar biasanya dipilih ketika individu berusaha menjaga keharmonisan hubungan dan mengurangi potensi tekanan sosial, sedangkan gaya kolaboratif dipilih ketika individu berusaha mencari solusi bersama yang saling menguntungkan. Hal ini konsisten dengan konteks sekolah yang menekankan nilai kerja sama dan hubungan positif antar peserta didik. Pendekatan manajemen konflik seperti ini sejalan dengan prinsip *conflict resolution* yang produktif, di mana pengelolaan konflik tidak sekadar meredakan ketidaksepakatan, tetapi juga membangun relasi interpersonal yang lebih sehat dan adaptif (Deutsch, 1990; Rahim, 2002). Dengan demikian, kecenderungan peserta didik lebih memilih gaya yang harmonis mencerminkan pemahaman mereka terhadap pentingnya hubungan sosial yang baik dan kebutuhan untuk mempertahankan stabilitas emosional dalam lingkungan belajar.

Sementara itu Temuan mengenai skor tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain, pertumbuhan pribadi, dan penguasaan lingkungan serta skor relatif rendah pada dimensi otonomi dan penerimaan diri juga sejalan dengan konsep kesejahteraan psikologis menurut Ryff (1989). Ryff menjelaskan bahwa dimensi hubungan positif mencerminkan kemampuan individu membentuk relasi sosial yang bermakna, sedangkan dimensi otonomi dan penerimaan diri menunjukkan tingkat kemandirian dan penerimaan terhadap diri sendiri. Fenomena skor rendah pada otonomi dan penerimaan diri mungkin terkait dengan peran sosial dan budaya sekolah yang lebih mengutamakan keselarasan kelompok dan penyesuaian terhadap norma bersama, sesuatu yang juga dibahas dalam studi perkembangan remaja oleh Eccles et al. (1993) dan Steinberg (2005). Dengan demikian, pola kesejahteraan psikologis yang ditemukan dalam penelitian ini mencerminkan keterkaitan antara konteks pendidikan, nilai-nilai sosial, dan dinamika perkembangan psikologis remaja. Sehingga secara umum, temuan ini mengindikasikan bahwa responden cenderung kuat dalam aspek relasional dan perkembangan diri, namun masih memerlukan penguatan dalam aspek otonomi dan penerimaan diri.

## KESIMPULAN

Berdasarkan analisis deskriptif ini, peserta didik kelas 9 MTs An-Nuriyah menunjukkan kecenderungan gaya manajemen konflik yang didominasi oleh gaya kolaboratif dan menghindar, diikuti akomodatif dan kompromi, sementara gaya kompetitif menjadi yang paling rendah. Hal ini menggambarkan bahwa peserta didik lebih memilih strategi yang berorientasi pada kerja sama dan penghindaran konflik terbuka demi menjaga keharmonisan hubungan sosial.

Sementara itu, profil kesejahteraan psikologis menunjukkan kondisi yang relatif baik, terutama pada dimensi hubungan positif, pertumbuhan pribadi, dan penguasaan lingkungan. Dimensi tujuan hidup juga berada pada kategori cukup tinggi, sedangkan otonomi dan penerimaan diri menjadi aspek yang memerlukan penguatan.

Secara teoritis, gaya manajemen konflik yang adaptif berkaitan erat dengan aspek-aspek dalam kesejahteraan psikologis, terutama kemampuan menjalin hubungan positif, mengelola lingkungan, dan merumuskan tujuan hidup. Hal ini sejalan dengan teori Thomas & Kilmann (1974) tentang strategi penyelesaian konflik, serta model kesejahteraan psikologis Ryff (1989) yang menekankan pentingnya fungsi interpersonal dan intrapersonal dalam perkembangan remaja. Dengan demikian, kedua temuan ini memberikan gambaran komprehensif mengenai kondisi sosial-emosional peserta didik kelas 9 MTs An-Nuriyah, sekaligus menjadi dasar penting untuk merancang intervensi pendidikan, layanan konseling, atau program pengembangan diri di lingkungan sekolah.

## DAFTAR REFERENSI

- Alfian Ihsan Ramadhani, Dwi Putri, Helma Putri Kusuma, Muhammad Risqi, Tarisa Nabila Putri, and Mu'alimin Mu'alimin. 2024. "Teori Manajemen Konflik." *PPIMAN Pusat Publikasi Ilmu Manajemen* 3 (1): 116–24. <https://doi.org/10.59603/ppiman.v3i1.635>.
- Aulia, Mariesta Firdha, Agung Minto Wahyu, Panji Galih Anugrah, Tutut Chusniyah, and Gamma Rahmita Ureka Hakim. 2021. "Tujuan Hidup Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologi Pada Generasi Z." *Prosiding Seminar Nasional*, no. April, 413–23.
- Fatimah, Suci, Sobrul Laeli, and Universitas Djuanda. 2024. "Pengaruh Konflik Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja" 3 (4): 269–73. <https://doi.org/10.56855/jpr.v3i4.1071>.
- Fitri, Susi, Meithy Intan, and Rukia Luawo. n.d. "LAKI-LAKI DI SMA NEGERI SE-DKI JAKARTA Abstrak" 6 (1): 50–59.
- Friskila, Bambe. 2024. "Dampak Manajemen Konflik Dalam Penguatan Mental Health Mahasiswa Kepemimpinan Kristen."
- Iftitah, Anggi Nur, Muhammad Naufal Al Hanif, and Miftakhul Jannah. 2024. "Analisis Penerapan Manajemen Konflik Pada Remaja Mushollah Imanan Billah." *Scientific Journal Of Economics, Management, Business, and Accounting* 14 (01): 209–17. <https://doi.org/10.37478/als.v14i01.3594>.
- Marsela, Ramadona Dwi, and Mamat Supriatna. 2019. "Kontrol Diri: Definisi Dan Faktor" 3:65–69.
- Martela, Frank. 2025. "What Is Positive Psychological Functioning?" *Journal of Positive Psychology* 00 (00): 1–18. <https://doi.org/10.1080/17439760.2025.2498130>.
- Pratama, Yanuar Ramadhan. 2019. "Efektivitas Aplikasi Siprakastempra Terhadap Pelayanan PKL Di SMK Muhammadiyah Prambanan Sleman." *Lumbung Pustaka*

- Universitas Negeri Yoogyakarta*. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/66154>.
- Safarina, Nur Afni, M Fikri Jaka Pratama, Yulia Nanda Safitri, M. Nouval Farhan, Fedora Situmorang, Zafaa Aurelia, and Shafyah Azmi. 2024. "PESISIR UNTUK MENGURANGI KONFLIK ANTAR TEMAN SEBAYA." *Jurnal Pengabdian Kolaborasi Dan Inovasi IPTEKS* 2 (5): 1518–24.
- Safitri, Cahya Milia Tirta, and Laelatul Anisah. 2022. "Kesejahteraan Psikologis Ditinjau Dari Kecerdasan Emosional Dan Worklife Balance Pada Tenaga Kesehatan Wanita Yang Menjalani Peran Ganda." *Jurnal Prakarsa Paedagogia* 5 (1). <https://doi.org/10.24176/jpp.v5i1.8587>.
- Tambunan, Edwin M.B, Elyzabeth B Nasution, and Firman Daud Lenjau Lung. 2023. "PROFIL ORIENTASI DAN GAYA BERKONFLIK SISWA SMP DAN" 6.
- Tanujaya, Winda. 2012. "HUBUNGAN KEPUASAN KERJA DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (PSYCHOLOGICAL WELL BEING) PADA KARYAWAN CLEANER ( STUDI PADA KARYAWAN CLEANER YANG MENERIMA GAJI TIDAK SESUAI STANDAR UMP DI PT . SINERGI INTEGRA SERVICES , JAKARTA )," no. November 2011.
- Yuswati, Maria Puji, Bakhrudin All Habsy, Mochammad Nursalim, and Wiryo Nuryono. 2025. "Jurnal Consulenza : Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi." *Journal Consuelenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi* 8 (2): 225–39.