

PERAN GURU BK DALAM MENGATASI KRISIS IDENTITAS REMAJA

Falakhul Darajatun Adzkiah¹, Agus Ria Kumara²
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Ahmad Dahlan, Daerah Istimewa
Yogyakarta, Indonesia
falakhul2100001025@webmail.uad.ac.id¹, agus.kumara@bk.uad.ac.id²

Abstrak

Krisis identitas merupakan fenomena yang umum dialami remaja, ditandai dengan kebingungan mengenai identitas dan peran sosialnya. Fenomena ini dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap psikologis dan sosial remaja, termasuk risiko terjadinya masalah psikologis seperti depresi dan rendahnya rasa percaya diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran guru BK dalam menyelesaikan krisis identitas remaja melalui metode studi literatur. Hasil analisis literatur menunjukkan bahwa guru bimbingan dan konseling berperan penting dalam memberikan dukungan emosional dan kepada siswa melalui konseling individu dan kelompok, serta program pengembangan pribadi. Intervensi konseling individu efektif dalam mengatasi permasalahan siswa tertentu, sementara konseling meningkatkan keterampilan dan dukungan sosial siswa.

Kata Kunci: *Krisis Identitas, Guru BK, Remaja*

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase perkembangan individu yang sangat penting. Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik, sosial, dan kognitif (Nugroho dkk 2021). Pertumbuhan mengacu pada perubahan ukuran, seperti penambahan tinggi dan berat badan (Pangkey dan Mahfud, 2020). Perkembangan pada masa ini menunjukkan perubahan tingkah laku atau aspek psikologis seseorang. Masa remaja merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. (Gumantan dkk, 2021). Periode remaja berlangsung dari sekitar usia 10-12 tahun hingga 18-20 tahun (Sudibyo dan Nugroho, 2020). Selama fase ini, individu mengalami berbagai perubahan fisik, termasuk pertumbuhan tubuh, perubahan suara, dan perkembangan fungsi seksual (Pratomo dan Gumantan, 2021). Masa remaja ditandai dengan keinginan yang semakin besar akan kebebasan dan pencarian jati diri. Pola pikir remaja mulai berkembang menjadi lebih abstrak dan idealis. Periode ini merupakan masa

transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, yang membawa perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan psikososial. Dalam perjalanan perkembangan mereka, remaja sering dihadapkan pada berbagai tantangan. Salah satu yang paling menonjol adalah krisis identitas, di mana mereka berusaha memahami dan mendefinisikan diri mereka sendiri dalam konteks sosial yang lebih luas.

Salah satu tantangan utama yang dihadapi remaja dalam tahap perkembangannya adalah krisis identitas. Masa remaja merupakan periode krusial dalam perkembangan psikososial, di mana individu berusaha memahami diri mereka sendiri dan peran mereka dalam konteks sosial yang lebih luas. Erikson (1968) menekankan bahwa pencarian jati diri adalah aspek fundamental pada masa remaja. Jika tidak ditangani dengan baik, hal ini dapat mengakibatkan krisis identitas. Krisis identitas dapat didefinisikan sebagai suatu fase dalam perkembangan remaja di mana mereka aktif mencari dan mempertanyakan identitas diri mereka, baik untuk saat ini maupun masa depan. Remaja yang mengalami krisis identitas seringkali merasa ragu akan jati diri mereka dan mengalami kesulitan dalam memaknai kehidupan. Mereka cenderung kebingungan dalam menentukan tujuan hidup dan arah masa depan mereka (Komara & Saputra, 2023). Akibatnya, seperti yang dijelaskan oleh Kushendar (2017), remaja-remaja ini mungkin cenderung mengikuti tren atau perilaku teman sebaya mereka tanpa pertimbangan mendalam. Perilaku ini terkadang dapat bertentangan dengan nilai-nilai budaya yang berlaku di masyarakat.

Dalam hal ini, krisis identitas sangat mungkin terjadi pada remaja karena ketidakmampuannya dalam menyelesaikan konflik dalam dirinya dengan baik. Konflik dapat disebabkan oleh berbagai permasalahan, termasuk lingkungan sosial, termasuk keluarga, dan kebutuhan yang tidak hanya memenuhi kebutuhan fisik saja, tetapi juga . apalagi kerohanian mereka belum terpuaskan. Pertanyaan yang diajukan oleh remaja adalah membandingkan informasi yang mereka dengar dan lihat dari media sosial. Jika situasi ini tidak ditangani dengan benar dan segera, terdapat risiko bahwa pengaruh luar akan memenuhi kebutuhan mereka, yang dapat segera membahayakan kehidupan mereka dan berujung pada kehancuran (Rope, 2022).

Guru BK meskipun tidak secara langsung terkait dengan pengajaran mata pelajaran, layanan ini memiliki dampak signifikan terhadap pencapaian tujuan pendidikan dan pengajaran di lingkungan sekolah. Bimbingan konseling berfokus pada penanganan berbagai persoalan di luar ruang lingkup akademis yang dapat mempengaruhi perkembangan siswa secara holistik. Melalui pendekatan ini, guru BK berperan sebagai fasilitator dalam proses pematangan kepribadian dan peningkatan kemampuan intelektual siswa. Guru BK membantu siswa menghadapi tantangan personal, sosial, dan akademis, sehingga menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan dan pembelajaran yang optimal. Dengan demikian, peran guru sebagai pembimbing dan konselor menjadi komponen integral dalam sistem pendidikan, melengkapi fungsi pengajaran tradisional dan berkontribusi pada pembentukan generasi yang tidak hanya cerdas secara akademis, tetapi juga matang secara emosional dan sosial.

Sari dan Nurihsan (2016), Guru BK memegang peranan penting dalam membantu remaja mengatasi krisis identitas ini. Guru BK tidak hanya berfungsi sebagai konselor tetapi juga sebagai pendidik dan mediator yang mampu memberikan bimbingan dan dukungan yang diperlukan remaja dalam proses pembentukan identitas. Menurut penelitian terbaru oleh Anderson dan Sabatelli (2022), keterlibatan aktif guru BK dalam memberikan dukungan emosional dan psikologis terbukti efektif dalam membantu remaja mengembangkan identitas yang sehat. Selain itu, penelitian oleh Smith dan Johnson (2021) menunjukkan bahwa program bimbingan kelompok yang dipimpin oleh guru BK dapat membantu remaja mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang penting untuk pembentukan identitas. Program tersebut mencakup kegiatan yang mendorong refleksi diri, pengambilan keputusan, dan penetapan tujuan hidup, yang semuanya berkontribusi pada proses pencarian identitas remaja.

Dalam konteks Indonesia, peran guru BK menjadi semakin krusial mengingat tantangan sosial dan budaya yang dihadapi oleh remaja. Studi oleh Nurhadi (2020) mengungkapkan bahwa guru BK di sekolah-sekolah di Indonesia seringkali harus menangani berbagai masalah yang kompleks, mulai dari tekanan akademis hingga masalah keluarga yang dapat mempengaruhi proses pembentukan identitas remaja. Berdasarkan berbagai penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa peran guru BK dalam

mengatasi krisis identitas remaja sangatlah vital. Dengan pendekatan yang tepat dan dukungan yang berkelanjutan, guru BK dapat membantu remaja melewati masa-masa sulit ini dan membentuk identitas yang sehat dan kuat.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam artikel ini yaitu studi literatur sehingga topik yang diangkat akan lebih dipahami dan dimaknai sebagai sebuah kajian (Satrianingrum et al., 2021). Studi literatur ini diambil dari berbagai referensi seperti artikel ilmiah, jurnal, prosiding, maupun sumber berita faktual. Ada beberapa hal yang diperhatikan dalam studi literatur di antaranya yaitu studi literatur bukan melakukan penelitian, melainkan mengkaji dari penelitian-penelitian sebelumnya. Studi literatur juga didesain siap pakai yang artinya hanya menggunakan sumber maupun referensi yang tersedia. Dari sumber-sumber literatur yang telah ada, penulis kemudian mengkaji penelitian terdahulu untuk memahami suatu fenomena serta menghubungkan antara hasil penelitian satu dengan lainnya. Keterkaitan ini kemudian dianalisis untuk menarik sebuah kesimpulan. Pada artikel ini akan dikaji mengenai krisis identitas pada remaja.

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang diperoleh dari hasil pengamatan dan hasil wawancara mengenai strategi guru BK dalam mengatasi krisis identitas yang terjadi di kalangan siswa. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Lestari dkk (2021), Dalam mengatasi krisis identitas pada siswa, guru BK menerapkan beberapa strategi efektif. Salah satunya adalah penyediaan layanan informasi, yang membantu siswa memahami dan mengembangkan potensi diri mereka. Informasi ini disajikan melalui berbagai media yang menarik dan mudah dipahami, seperti papan bimbingan, poster edukatif, dan video informatif. Strategi lainnya adalah layanan bimbingan kelompok, yang memanfaatkan kecenderungan siswa untuk berinteraksi dalam kelompok sebaya. Pendekatan ini membantu siswa mengeksplorasi kepribadian mereka dan memahami kekuatan serta kelemahan diri. Dalam layanan ini, guru BK mengaplikasikan teori kepribadian John L. Holland.

Meskipun masih memerlukan penyempurnaan dan inovasi, berbagai strategi yang diimplementasikan oleh guru BK di sekolah telah menunjukkan hasil yang positif. Terjadi penurunan bertahap dalam jumlah pelanggaran yang dilakukan siswa, menandakan perubahan sikap ke arah yang lebih baik. Salah satu metode yang efektif adalah penggunaan layanan informasi melalui papan bimbingan. Desain papan yang atraktif berhasil meningkatkan minat baca di kalangan siswa. Konten papan bimbingan yang beragam, meliputi ilustrasi, artikel, materi bimbingan (seperti informasi karier dan jabatan), serta berita terkini, semakin memotivasi siswa untuk menyerap informasi yang disajikan. Keberhasilan papan bimbingan ini terletak pada kemampuannya menarik perhatian siswa melalui tampilan visual yang menarik, sekaligus menyediakan informasi yang relevan dan bermanfaat. Hasilnya, siswa menjadi lebih antusias dalam mencari dan membaca informasi yang ditampilkan, menunjukkan peningkatan minat terhadap materi bimbingan dan konseling. Inisiatif ini merupakan langkah positif dalam upaya meningkatkan efektivitas program bimbingan dan konseling di sekolah, dengan mendorong perkembangan literasi dan kesadaran diri siswa

Penelitian yang dilakukan oleh Kushendari (2017), menunjukkan bahwasannya, krisis identitas merupakan fenomena umum yang terjadi pada masa perkembangan remaja. Pada tahap ini, remaja mengalami kebingungan dan keraguan akan siapa diri mereka sebenarnya.

Pembentukan identitas diri yang kuat menjadi tugas utama bagi remaja pada periode ini. Kedua, tidak jarang remaja lebih cenderung mengikuti tren dan kegemaran teman-teman, tanpa memahami nilai-nilai budaya masyarakat. Hal ini dapat menyebabkan remaja berperilaku menyimpang, karena mereka tidak memiliki pemahaman yang kuat tentang jati diri dan identitas diri yang sesungguhnya. Ketiga, peran konselor yang efektif menjadi sangat penting dalam membantu remaja mengatasi krisis identitas ini. Konselor yang efektif harus memiliki karakteristik unggul, baik secara pribadi, pengetahuan, wawasan, maupun keterampilan dalam memahami nilai-nilai budaya. Dengan karakteristik tersebut, konselor dapat membantu remaja memahami krisis identitas mereka dari sudut pandang budaya nusantara. Keempat, pemahaman remaja terhadap identitas budaya nusantara merupakan hal mendasar agar mereka dapat memahami jati diri mereka sendiri. Konselor

yang efektif berperan penting dalam membimbing remaja untuk mencapai pemahaman tersebut.

Pada dasarnya guru BK memiliki peran yang sangat penting untuk memberikan dukungan emosional dan psikologis kepada remaja yang mengalami krisis identitas. Berdasarkan penelitian oleh Lestari dkk (2021), guru BK menggunakan beberapa strategi efektif untuk membantu siswa mengatasi kebingungan identitas mereka. Salah satu strategi utama adalah penyediaan layanan informasi yang membantu siswa memahami dan mengembangkan potensi diri mereka. Layanan informasi ini disajikan melalui media yang menarik dan mudah dipahami, seperti papan bimbingan, poster edukatif, dan video informatif. Dengan menyediakan informasi yang relevan dan bermanfaat, guru BK dapat membantu siswa mengembangkan pemahaman yang lebih baik tentang diri mereka dan tujuan hidup mereka.

4. Kesimpulan

Krisis identitas merupakan tantangan besar bagi masyarakat yang ditandai dengan kebingungan tentang identitas dan peran sosialnya, yang dapat menyebabkan pada masalah seperti depresi dan rendahnya kepercayaan diri. Penelitian ini melalui studi literatur, peran guru dalam bimbingan dan konseling pada remaja untuk mengatasi krisis identitas. Hasil analisis menunjukkan bahwa guru bimbingan konseling berperan penting dalam memberikan dukungan emosional dan psikologis melalui konseling kelompok individu, serta program pengembangan pribadi. Di Indonesia, peran guru bimbingan dan bimbingan sangat penting mengingat tantangan sosial budaya yang berbeda-beda yang menimpa remaja. Guru bimbingan dan konseling yang dilengkapi dengan pendekatan yang tepat dan dukungan yang berkelanjutan, dapat membantu remaja mengatasi krisis identitas dan mengembangkan identitas yang sehat. Sekolah harus mendukung peran guru bimbingan dan konseling dan membekali mereka dengan pelatihan yang diperlukan agar dapat melaksanakan tugasnya secara efektif

Daftar Pustaka

- Anderson, R., & Sabatelli, R. (2022). The Role of School Counselors in Adolescent Identity Formation. *Journal of School Counseling*, 20(1), 34-56.
- Busono, M. (2016). Krisis Identitas dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Sosio Konsepsia*, 5(2).
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W.W. Norton & Company.
- Gumantan, A., Mahfud, I., Nugroho, A., & Sudibyo, S. (2021). Masa Remaja: Perkembangan Fisik, Sosial, dan Emosional. *Jurnal Psikologi Remaja*, 10(2), 123-135.
- Kushendar. (2017). Karakteristik Konselor yang Efektif dalam Memahami Krisis Identitas Perspektif Budaya Nusantara. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 2(1), 19-25. <http://dx.doi.org/10.26737/jbki.v2i1.262>
- Komara, I. B., & Saputra, W. N. E. (2023). Implementasi bimbingan kelompok teknik problem solving untuk meningkatkan Self-Regulated Learning (SLR) siswa. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol 3, pp. 1050-1058).
- Lestari, R. D., Mangantes, M. L., Kasenda, R. Y., Tinus, D., & Manado, T. (2021). Strategi guru BK dalam mengatasi krisis identitas. *Educounts Journal: Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1-10.
- Meilani, N., & Saputra, W. N. E. (2023). Intervensi psikoedukasi ajaran Syaikh Az-Zarnuji dalam kitab Ta'lim Al -Muta'llim untuk menanamkan etika kesopanan siswa. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol 3, pp. 1299-1310).
- Nugroho, A., Gumantan, A., & Mahfud, T. (2021). Urgensi Bimbingan Konseling dalam Pendidikan untuk Generasi Milenial. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 7(1), 96-105.
- Nurhadi, A. (2020). The Role of School Counselors in Indonesia: Challenges and Opportunities. *Indonesian Journal of Educational Studies*, 5(2), 98-112.

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

- Pangkey, F. R., & Mahfud, T. (2020). Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 4(01), 80-88
- Pratomo, R., & Gumantan, A. (2021). Perubahan Psikososial pada Masa Remaja. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 15(1), 75-85.
- Rope, D. (2022). Hubungan Media Sosial Terhadap Krisis Identitas Remaja: Studi Kualitatif. *Jurnal Kala Nea*, 3(1), 44- 54.
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Sari, N. P., & Nurihsan, A. J. (2016). Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Krisis Identitas Remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 5(1), 48-53. <http://dx.doi.org/10.17509/jbk.v5i1.3813>
- Smith, J., & Johnson, L. (2021). Group Counseling Interventions for Adolescent Identity Development. *Adolescent Psychology Journal*, 15(3), 112-130.
- Sudibyo, S., & Nugroho, A. (2020). Perkembangan Fisik dan Seksual pada Masa Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 210-220.