

**KEEFEKTIFAN TEKNIK PENERIMAAN UNTUK MEREDUKSI
KRISIS IDENTITAS SISWA KELAS XI DI
SMAN 11 YOGYAKARTA**

Rizka Tri Loama
Universitas Ahmad Dahlan
Rizka1800001141@webmail.uad.ac.id

Abstrak

Identitas diri hampir kebanyakan terbentuk dari beberapa factor. Remaja dapat berusaha dalam proses pembentukan identitas diri dengan berbagai cara untuk menjadikan diri yang lebih positif. Banyak juga terjadi kegagalan dalam usaha mencapai perkembangan remaja karena adanya factor-faktornya. Penelitian kualitatif yang akan digunakan dalam membantu peserta didik dalam mereduksi krisis identitas dengan menggunakan Teknik penerimaan yaitu menggunakan kajian atau studi literature. Literature yang digunakan dalam proses penelitian ini menggunakan buku dan sumber-sumber berupa jurnal nasional dan internasional yang ada kaitannya dengan mereduksi krisis identitas dengan Teknik penerimaan (self acceptance).

Kata kunci: krisis identitas , penerimaan diri , remaja , mereduksi.

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan masa dimana seseorang anak yang sedang tumbuh ke tahap menjadi seseorang yang dewasa yang belum bisa dipastikan ketetapanannya. Seorang anak yang mampu melewati masa remaja dengan baik akan menjadi dewasa yang memiliki kepribadian dan apabila seorang anak tersebut tidak mampu melewati masa remaja dengan baik mereka akan tumbuh menjadi dewasa yang tidak memiliki kepribadian. kebanyakan remaja mengalami krisis identitas karena kesulitan menyadari siapa dirinya sesungguhnya, sehingga perlu rasanya para remaja ini dibantu dengan menggunakan konseling realitas. (Raup Padillah, 2020) Suatu keberhasilan bagi siswa ketika mampu menyelesaikan tugas tersebut akan berdampak pada pembentukan dan perkembangan suatu kepribadian yang menghasilkan sebuah identitas diri. Identitas diri menurut Erikson (Valentini, 2006:3) adalah “suatu perasaan tentang menjadi seseorang yang sama, perasaan tersebut melibatkan sensasi fisik dari tubuh, body image, memori, tujuan, nilai – nilai, dan pengalaman yang dimiliki seseorang, suatu perasaan yang

berhubungan dengan rasa keunikan dan kemandirian.” Seseorang yang telah berhasil memperoleh identitas, maka akan menyadari ciri-ciri kepribadiannya, seperti kesukaannya atau ketidaksukaannya, aspirasi, tujuan masa depan yang diantisipasi, perasaan bahwa ia dapat dan harus mengatur orientasi hidupnya.

Identitas diri merupakan sintesis dari semua aspek konsep diri sebagai suatu kesatuan yang utuh, tidak dipengaruhi oleh pencapaian tujuan, artitub atau jabatan dan peran. Seseorang yang mempunyai perasaan identitas diri yang kuat akan memandang dirinya berbeda dengan orang lain, dan tidak ada yang menyamainya. Kemandirian timbul dari perasaan berharga (respek pada diri sendiri) kemampuan dan penguasaan diri. Menurut Erikso (teori psikososial) identitas merupakan selama masa-masa sulit yang dialami remaja, ternyata ia berusaha merumuskan dan mengembangkan nilai kesetiaan (komitmen), yaitu kemampuan untuk mempertahankan loyalitas yang di ikrarkan dengan bebas meskipun terdapat kontradiksi-kontradiksi yang tidak diinginkan diantara system-sistem nilai. Krisis identitas adalah suatu masa dimana seorang individu yang berada pada tahap perkembangan remaja. pada saat itu, remaja memiliki sikap untuk mencari identitas dirinya. Siapa dirinya sekarang dan dimasa yang akan datang.

Masa remaja merupakan masa pencarian identitas diri. seperti yang dinyatakan oleh Dariyo(2004:14) bahwa “remaja adalah masa transisi/peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan asepek fisik, psikis, dan psikososial .Secara kronologis yang tergolong remaja ini berkisar antara usia 12/13-21 tahun.” Siswa yang berusia 15-19 tahun berada pada proses perkembangan masa remaja. Oleh karena itu siswa SMA pada usianya merupakan masa dalam proses pencarian identitas dimana remaja dihadapi pada suatu krisis yang harus mereka lalui.

Dimasa sekarang banyak para remaja yang tidak percaya diri dengan identitas dirinya sendiri, atau banyak remaja yang kehilangan jati dirinya sendiri. saat ini banyak para remaja yang kehilangan arah kebingungan harus bagaimana bersikap atau berperilaku di tengah tengah kehidupan bermasyarakat dan berteman. banyak para remaja yang lebih percaya diri di kehidupan social media dengan dengan menggunakan identitas orang lain hanya untuk mengenal lebih banyak orang tanpa diketahui bahwa yang dilakukannya adalah merupakan tindakan yang salah. Dengan banyaknya pilihan dalam upaya membuat pola pikir baru yang mengharuskan sesuatu itu harus benar dalam

mengikuti kemauan mereka masing-masing. Sehingga proses pencarian jati diri atau identitas diri saat ini mengalami krisis identitas.

Keberhasilan menghadapi krisis identitas akan membawa mereka meemukan jati diri (self identity). Namun nyatanya siswasiswi banyak mengalami kesulitan dalam menemukan identitas dalam diri mereka. Hal ini disebabkan oleh ketidak mampuan diri dalam menghadapi krisis identitas. Akibatnya banyak para remaja yang tidak percaya diri dalam menunjukkan siapa dirinya sebenarnya di hadapan banyak orang baik itu di kehidupan nyata maupun di kehidupan dunia maya. remaja yang gagal dalam menemukan jati dirinya atau krisis identitas sering kali mengalami rasa percaya diri yang rendah dan mengakibatkan rasa minder ketika bersosialisasi dalam lingkungannya dan hampir mengalami motivasi dan prestasi belajar yang menurun sehingga harus membuat langkah untuk membantu remaja dalam mengatasi permasalahan yang dialaminya dengan memberi bantuan secara langsung maupun dengan menggunakan media online (daring) agar dapat memahami kondisi diri dan dapat menerima kenyataan yang ada. Bantuan yang diberikan berupa konseling dengan menggunakan konseling realitas dengan Teknik penerimaan. Konseling realitas sendiri beranggapan bahwa manusia itu hidup dalam kesadaran, sehingga konseling ini memberi penekanan pada pilihan yang bisa dibuat seseorang dalam mengubah hidupnya. Konseling realitas juga menekankan bahwa setiap pilihan yang di ambil haruslah dipertanggung jawabkan. Konsep konseling realitas dipandang sesuai untuk menangani permasalahan krisis identitas remaja.

2. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui hubungan social peserta didik terhadap peserta didik yang mengalami krisis identitas.
- b. Untuk mengetahui penerapan layanan konseling kelompok dan individu dengan menggunakan Teknik penerimaan dan komitmen diri pada peserta didik.

3. Metode Penelitian

a. Rancangan penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Menurut Kirk & Miller (dalam Nasution, 1988:23) pada mulanya bersumber pada pengamatan kualitatif yang dipertentangkan dengan pengamatan kuantitatif. Selanjutnya, dipilihnya penelitian kualitatif karena kemantapan peneliti berdasarkan pengalaman penelitiannya dan metode

kualitatif dapat memberikan rincian yang lebih kompleks tentang fenomena yang sulit diungkapkan oleh metode kuantitatif.

b. Subjek penelitian atau populasi dan sampel

1) Populasi

Sugiyono (2001: 55) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi tidak hanya memaparkan orang saja, namun juga objek dan benda-benda alam lainnya. Populasi juga bukan hanya jumlah yang ada pada objek atau subjek yang sedang dipelajari, melainkan karakter yang dimiliki oleh subjek dan objek yang sedang diteliti tersebut.

2) Sample

Penelitian dilakukan pada kelas XI di SMAN 11 YOGYAKARTA karena banyak anak-anak yang mulai beranjak dewasa yang kehilangan identitasnya dimasa sekarang dengan alasan insecure pada fisik dan wajahnya. Sehingga harapan siswa dapat membantu untuk memberikan informasi yang jelas untuk kepentingan penelitian agar menemukan jalan keluar yang sesuai dengan harapan masing-masing siswa dan konselor.

Margono (2004: 121) menyatakan bahwa sampel adalah sebagai bagian dari populasi, sebagai contoh (*monster*) yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu. Sampel yang di ambil harus mewakili dari yang sedang diteliti. Dikarenakan populasi dalam penelitian ini sangat banyak maka sampel yang digunakan akan diambil menggunakan Teknik angket. Teknik ini dipilih karena objek yang diteliti berada di satu ruang lingkup di SMAN 11 YOGYAKARTA.

3) Alat Pengumpul Data

a) Wawancara

Wawancara adalah suatu proses tanya jawab lisan, dalam mana dua orang atau lebih berhadap-hadapan secara fisik, yang satu dapat melihat muka yang lain dan mendengarkan suaranya dengan telinga. Dengan cara ini untuk mengetahui secara langsung akurasi data berkaitan dengan pelaksanaan program kompetensi tenaga pendidikan dan kependidikan.

b) Angket

Angket merupakan teknik pengumpulan data penelitian yang berisikan pertanyaan maupun pernyataan yang berkaitan dengan masalah yang di angkat dalam penelitian. Pada penyebaran angket yang dilakukan dalam penelitian ini diberikan kepada guru BK dan siswa khususnya kelas XII SMA yang berkaitan dengan kualitas konselor dalam memberikan layanan konseling karir dan data siswa yang berhasil masuk keperguruan tinggi.

c) Observasi

Observasi ialah merupakan salah satu metode asesmen psikologi yang utama. Observasi ialah metode pengumpulan data yang esensial terutama dalam penelitian kualitatif. (Patton dalam Ni'matuzahroh, 2018).

d) Dokumentasi

Untuk memperoleh data skunder penulis menggunakan penelitian dokumentasi. Teknik ini dipergunakan untuk mengumpulkan data skunder dari berbagai sumber yang berkaitan dengan obyek penelitian yang berupa catatan dokumen, laporan penelitian dan sebagainya. Data yang digunakan adalah berupa Peraturan Perundang-undangan dan Peraturan Pemerintah yang dijadikan sebagai dasar pelaksanaan program kompetensi tenaga pendidikan dan kependidikan.

4) Teknik Analisis Data

Dalam menganalisis data, penulis menggunakan Analisa data deskriptif kualitatif. Menurut Noeng Muhadjir (1998: 104) mengemukakan pengertian analisis data sebagai “upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara, dan lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan bagi orang lain. Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman tersebut analisis perlu dilanjutkan dengan berupaya mencari makna.” Hasil data-data yang dikumpulkan kemudian akan dianalisis menggunakan Teknik analisis data dengan pendekatan kualitatif. Didalam penelitian ini akan dilihat pengaruh dari kredibilitas konselor dalam layanan bimbingan terhadap keberhasilan siswa dalam menunjukkan identitas diri yang sebenarnya.

4. Hasil Penelitian

Seringkali dijumpai dalam proses interaksi bersosial di lingkungan remaja, sering terjadi sebuah permasalahan seperti mider dalam usaha mengemukakan pendapat

terlalu takut jika pendapatnya tidak didengarkan sehingga membuatnya menyembunyikan pendapatnya. Sering didapati juga di dalam lingkup bergaul terdapat beberapa grup yang terbentuk dari gaya sosial dan pola pikir peserta didik. Dengan adanya permasalahan tersebut menjadikan banyak siswa yang mengalami krisis identitas.

Masa remaja adalah masa dimana banyak peserta didik yang berusaha untuk mencari jati dirinya, bagaimana menempatkan diri dalam pergaulan, memiliki kelompok dalam belajar, dan mencoba untuk menunjukkan keakraban diri pada lingkungan sekitar dengan segala upaya yang dilakukan agar mampu menyesuaikan diri dalam pergaulan di sekitarnya. Permasalahan yang sering terjadi sering kali terjadi untuk proses pendewasaan diri dalam memilih pergaulan yang baik.

5. Kesimpulan

Permasalahan krisis identitas diri sebagai acuan siswa dalam proses pendewasaan diri dalam bentuk mencari jati diri yang lebih baik lagi untuk memenuhi kriteria kepuasan dalam diri maupun lingkungan. Banyak siswa mengalami permasalahan krisis identitas dikarenakan kebingungan dalam mencari jati diri sendiri dalam pembentukan interaksi sosial yang sesuai. Hal ini lah yang menciptakan pola pikir baru pada peserta diri untuk memajukan diri.

Daftar Pustaka

- Padillah, R. (2020). Implementasi Konseling Realitas dalam Mengangani Krisis Identitas pada Remaja. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(3), 120-125.
- Situngkir, L. D. M. (2014). *PENGARUH PEMBERIAN LAYANAN INFORMASI BIDANG SOSIAL TERHADAP PENANGANAN KRISIS IDENTITAS PADA SISWA KELAS XII SMA RK SERDANG MURNI LUBUK PAKAM TA 2014/2015* (Doctoral dissertation, UNIMED).
- Hidayah, N., & Huriati, H. (2017). Krisis identitas diri pada remaja “identity crisis of adolescences”. *Sulesana: Jurnal Wawasan Keislaman*, 10(1), 49-62.
- Padillah, R. (2020). Implementasi Konseling Realitas dalam Mengangani Krisis Identitas pada Remaja. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 3(3), 120-125.

PROSIDING
Seminar Nasional “Bimbingan dan Konseling Islami”
Kamis, 12 Agustus 2021

- Itasari, R. A. (2017). *Strategi pembentukan identitas diri remaja di Panti Asuhan Putri Aisyiyah Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Purwanti, F. (2013). *Identitas diri remaja pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Pemalang ditinjau dari jenis kelamin* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Heriyadi, A. (2013). *Meningkatkan penerimaan diri (self acceptance) siswa kelas VIII melalui konseling realita di SMP Negeri 1 Bantarbolang Kabupaten Pemalang tahun ajaran 2012/2013* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Wiyanti, R. (2019). *STATUS IDENTITAS DIRI REMAJA (STUDI DESKRIPTIF PADA MASYARAKAT MARJINAL DI KOTA SEMARANG)* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang).
- Rijali, A. (2019). Analisis data kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81-95.
- Ni'matuzahroh, S., & Prasetyaningrum, S. (2018). *Observasi: Teori dan Aplikasi Dalam Psikologi* (Vol. 1). UMMPress. Pupu, S. R. (2009). *Penelitian Kualitatif. Jurnal Equilibrium*, 5(9).