

Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling dalam Menangani Krisis Identitas Pada Remaja

Eka Nasywa¹, Kamal Rizqi Sya'bani², Rachel Putriani Tunu³, Muhammad Rezza Septian^{4*}

^{1,2,3,4} Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP Siliwangi, Cimahi 40521, Indonesia

¹ ekanasywa25@gmail.com; ² rizqikamal91@gmail.com; ³ racheltnunu1234@gmail.com; ⁴ rezza.septian25@gmail.com

* Corresponding Author email: rezza.septian25@gmail.com



Received 30-05-2025 ; accepted 29 – 06 - 2025 ; published 30 – 06 - 2025

ABSTRACT

Adolescence is a critical developmental stage characterized by the search for identity and is vulnerable to identity crises. This study aims to examine the Guidance and Counseling (BK) service strategy in dealing with identity crises in grade VII students at SMP Negeri 5 Cimahi. The study used a qualitative approach with data collection techniques through observation, interviews, documentation studies, and literature studies. The results of the study showed that the identity crisis experienced by students was characterized by low self-confidence, confusion in determining interests and talents, and a tendency to withdraw from the social environment. BK teachers implemented various service strategies such as orientation services, information services, group guidance, reality counseling, and the use of psychological tests to help students understand themselves and increase self-confidence. In addition, the involvement of parents, subject teachers, and external parties are important supporting factors in handling cases. Despite challenges such as low student self-awareness and negative environmental influences, BK services at SMP Negeri 5 Cimahi are considered effective in helping students face identity crises and build positive self-identities.

ABSTRAK

Masa remaja merupakan tahap perkembangan kritis yang ditandai dengan pencarian jati diri dan rentan terhadap krisis identitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji strategi layanan bimbingan dan konseling (BK) dalam menangani krisis identitas pada siswa kelas VII Di SMP Negeri 5 Cimahi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, studi dokumentasi, dan studi pustaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa krisis identitas yang dialami siswa ditandai dengan rendahnya rasa percaya diri, kebingungan dalam menentukan minat dan bakat, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Guru BK menerapkan berbagai strategi layanan seperti layanan orientasi, layanan informasi, bimbingan kelompok, konseling realitas, dan penggunaan tes psikologi untuk membantu siswa memahami diri sendiri dan meningkatkan rasa percaya diri. Selain itu, keterlibatan orang tua, guru mata pelajaran, dan pihak eksternal menjadi faktor pendukung penting dalam penanganan kasus. Meskipun terdapat tantangan seperti rendahnya kesadaran diri siswa dan pengaruh lingkungan yang negatif. Layanan BK Di Smp Negeri 5 Cimahi dinilai efektif dalam membantu siswa menghadapi krisis identitas dan membangun identitas diri yang positif.

KEYWORDS

Identity Crisis
Adolescents
Guidance
Counseling

KATA KUNCI

Krisis Identitas
Remaja, Strategi
Layanan Bimbingan
dan Konseling

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



1. Introduction

Masa remaja merupakan tahap masa perkembangan yang paling penting dalam kehidupan manusia. Remaja dalam bahasa aslinya disebut dengan *adolescence* berasal dari bahasa Latin *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan” (Laela 2017). Remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologi, kognitif, dan sosial emosional (Isroani dkk, 2023). Pada tahap remaja terjadi perkembangan signifikan dalam pola berpikir, terutama beralih dari pola berpikir konkret menuju pola berpikir abstrak dan reflektif. Remaja mulai mampu mempertimbangkan berbagai sudut

pandang, memikirkan konsekuensi jangka panjang, serta mempertanyakan nilai dan norma yang selama ini diterima begitu saja. Perubahan ini memicu proses pencarian identitas, di mana remaja mulai merenungkan siapa diri mereka, apa yang mereka yakini, dan peran apa yang ingin mereka ambil dalam masyarakat. Pandangan ini didukung oleh Piaget (Laela 2017) yang mengatakan bahwa secara psikologis remaja adalah suatu usia dimana individu menjadi terintegrasi ke dalam masyarakat dewasa, suatu usia dimana anak tidak merasa bahwa dirinya berada dibawah tingkat orang yang lebih tua melainkan merasa sama, atau paling tidak sejajar. Laela (2017) mengatakan bahwa remaja berada diantara anak dan orang dewasa, oleh karena itu remaja seringkali dikenal dengan fase “mencari jati diri” atau fase “topan dan badai”. Inilah yang kerap menjadi cikal bakal terjadinya krisis identitas pada remaja.

Salah satu tantangan yang sering terjadi pada remaja adalah krisis identitas. Menurut Erikson (Padillah 2020) krisis identitas merupakan tahap untuk membuat keputusan terhadap permasalahan-permasalahan penting yang berkaitan dengan pertanyaan tentang identitas dirinya. Menurut Kurt Lewin (Umami 2019) remaja berada pada posisi bingung dalam melakukan peran. Sebagaimana menurut Padillah (2020) pelajar yang berada pada masa remaja (11-17 tahun) dikatakan sedang membentuk identitas dirinya. Dalam mencari jati diri, individu dapat dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Hidayah and Nuriati (2016) menyebutkan bahwa faktor internal merupakan masalah yang muncul dari dalam diri remaja seperti lemahnya mental dan kepribadian remaja. Selain faktor internal, terdapat faktor eksternal menurut Novarianing Asri dkk (Nurmawati et al., 2025) yakni kekangan dari orang tua, tekanan dari orang tua, serta lingkungan pertemanan yang membuat remaja kesulitan dalam menentukan tujuan. Menurut Ardi et al. (2024) dampak krisis identitas dapat mencakup konflik, rendahnya harga diri, kurangnya keyakinan diri, dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial. Jika tidak ditangani dengan tepat, kondisi ini dapat berdampak pada kesehatan mental dan proses perkembangan individu secara menyeluruh.

Krisis identitas pada remaja di Indonesia juga menjadi isu yang semakin mengemuka, terutama seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi dan arus globalisasi. Media sosial, meskipun memiliki manfaat dalam memperluas jaringan sosial dan akses informasi, seringkali justru memperparah krisis identitas. Hal ini terjadi karena media sosial menyediakan ruang bagi perbandingan sosial yang tidak realistis serta pencarian validasi eksternal, yang pada akhirnya dapat memicu kecemasan, depresi, bahkan alienasi sosial (Mahmud 2024). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Dewi et al. (2023) menunjukkan bahwa globalisasi membawa masuk budaya asing dan menyebabkan pergeseran nilai-nilai tradisional. Akibatnya, banyak generasi muda di Indonesia mengalami kebingungan identitas nasional karena tidak lagi memiliki pegangan yang kuat terhadap budaya dan nilai asli bangsa. Fenomena-fenomena ini mencerminkan kompleksitas tantangan yang dihadapi remaja Indonesia dalam membentuk identitas diri mereka di tengah perubahan sosial yang cepat.

Fenomena krisis identitas tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga menjadi perhatian dalam konteks internasional. Studi yang dilakukan oleh Sugimura (2021) di Jepang menunjukkan bahwa remaja dengan status identitas difusi memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami gejala hikikomori, yaitu penarikan sosial yang ekstrem dari kehidupan sosial. Gejala ini dikaitkan dengan perubahan nilai budaya di Jepang yang bergeser dari kolektivisme tradisional menuju individualisme, sehingga melemahkan dukungan dari generasi tua terhadap perkembangan identitas remaja. Sementara itu, penelitian Klimstra et al. (2009) di Belanda mengungkapkan bahwa meskipun cara remaja dalam menangani komitmen identitas mengalami perkembangan secara bertahap, tingkat komitmen itu sendiri cenderung stabil sepanjang masa remaja. Temuan ini menegaskan bahwa pembentukan identitas merupakan proses dinamis yang sangat dipengaruhi oleh konteks budaya dan sosial masing-masing negara.

Konsep krisis identitas yang menjadi fokus utama dalam pembahasan ini berakar pada teori perkembangan psikososial yang dikemukakan oleh Erik Erikson. Menurut Erikson (Yuliti, 2012) identitas atau self identity adalah kesadaran individu mengenai siapa dirinya dalam kaitannya dengan peran-peran sosial yang dijalani. Pencarian identitas ini menjadi sangat penting pada masa remaja, yang oleh Erikson dianggap sebagai tahap kritis atau turning point dalam perkembangan seseorang. Krisis identitas dalam pandangan Erikson bukanlah kondisi patologis, melainkan proses alami yang harus dilalui untuk mencapai kejelasan jati diri. Remaja yang mampu melalui tahap ini dengan baik akan menunjukkan komitmen yang kuat terhadap nilai, pilihan karier, dan ideologi

yang diyakininya, sementara mereka yang gagal akan mengalami identity diffusion atau kebingungan peran. Proses ini mencerminkan inti dari problem psikososial, yakni hambatan dalam perkembangan aspek psikologis dan sosial yang dapat memengaruhi perilaku dan penyesuaian diri remaja (Yuliti, 2012). Erikson juga menegaskan bahwa perkembangan identitas tidak lepas dari pengaruh sosial yang terus membentuk individu dari masa kanak-kanak hingga dewasa (No et al. 2022). Dalam konteks krisis identitas yang kini semakin kompleks akibat faktor eksternal seperti media sosial, tekanan akademik, dan globalisasi, teori Erikson tetap relevan untuk memahami bagaimana remaja berjuang membentuk identitasnya di tengah perubahan sosial yang cepat. Oleh karena itu, pemahaman terhadap tahapan dan tantangan perkembangan identitas menurut Erikson menjadi dasar penting dalam merancang intervensi yang tepat, termasuk melalui peran strategis guru bimbingan dan konseling dalam mendampingi remaja mengelola krisis ini secara sehat dan adaptif. Bimbingan dan Konseling (BK) terdapat di satuan pendidikan formal karena remaja menghadapi berbagai tantangan perkembangan, termasuk krisis identitas, yang memengaruhi aspek akademik, sosial, dan emosional mereka. Keberadaan layanan BK bertujuan untuk membantu siswa mengenal dan memahami diri, mengembangkan potensi, serta mengambil keputusan secara bijak. Tugas utama guru BK meliputi pemberian layanan konseling individu dan kelompok, penyuluhan, pengembangan keterampilan sosial dan emosional, serta kolaborasi dengan orang tua dan guru lain guna menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesejahteraan psikologis siswa.

Guru Bimbingan dan Konseling (BK) memiliki peran penting dalam mendampingi perkembangan emosional, sosial, dan akademik peserta didik, khususnya pada masa remaja yang penuh dinamika. Guru bimbingan dan konseling atau konselor merupakan pendidik yang memiliki tanggung jawab penuh terhadap kegiatan bimbingan dan konseling bagi peserta didik di Sekolah. Sesuai dengan Peraturan Bersama Menteri Pendidikan Nasional dan Kepala Badan Kepegawaian Negara Nomor 03/V/PB/2010 dan Nomor 14 Tahun 2010 Tentang Petunjuk Pelaksanaan Jabatan Fungsional Guru dan Angka Kreditnya Pasal 1 yang menyebutkan bahwa “Guru bimbingan dan konseling atau konselor adalah guru yang mempunyai tugas, tanggung jawab, wewenang, dan hak secara penuh dalam kegiatan bimbingan dan konseling terhadap sejumlah pendidik (Taher et al. 2021). Sebagai tenaga di bidang psikologis dan pendidikan, guru BK diharapkan mampu menjadi tempat yang aman bagi siswa untuk mengungkapkan perasaan, kebingungan, serta tantangan yang mereka hadapi. Melalui layanan konseling, asesmen, dan program pencegahan, guru BK membantu siswa memahami diri sendiri, mengelola emosi, serta mengambil keputusan yang sesuai dengan nilai dan potensi mereka. Kehadiran guru BK juga menjadi jembatan penting antara siswa, guru mata pelajaran, dan orang tua dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan identitas remaja secara positif. Dalam situasi di mana krisis identitas terjadi, guru BK menjadi pihak yang berperan penting dalam membantu remaja menemukan kembali arah dan makna dirinya.

Remaja membutuhkan identitas diri yang positif untuk dapat menjalankan tugas perkembangannya secara optimal. Ketika tidak memiliki identitas yang jelas, mereka menjadi lebih rentan mengalami krisis identitas, yang kerap ditandai dengan perilaku berisiko dan kecenderungan untuk terlibat dalam kenakalan remaja. Hal ini muncul karena mereka merasa hidupnya terlalu dikendalikan dan memiliki pandangan terbatas terhadap dunia sekitarnya (Pitri 2023). Dalam mengatasi hal tersebut, peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi sangat penting. Menurut Pitri (2023), guru BK dapat membantu siswa melalui layanan informasi, layanan bimbingan kelompok, serta berbagai layanan lainnya yang mendukung proses eksplorasi dan pemahaman diri. Kerja sama antara guru BK dengan wali kelas, guru mata pelajaran, dan pihak sekolah lainnya juga diperlukan agar layanan dapat dilaksanakan secara komprehensif dan berdaya guna. Rahayu Dwi Lestari dkk dalam Pitri (2023) menambahkan bahwa bentuk layanan seperti penyediaan informasi dan pelaksanaan bimbingan kelompok dapat berkontribusi dalam membantu siswa mengatasi krisis identitas, meskipun masih memerlukan pengembangan agar lebih optimal. Bimbingan ini penting agar siswa memiliki arah dan tujuan hidup yang lebih jelas ke depannya. Selain itu, menurut Ahmad Juntika (Lestari et al. 2021), guru BK memiliki peran membantu peserta didik mengatasi berbagai hambatan dalam studi maupun penyesuaian sosial dan karier. Pandangan ini sejalan dengan Djumhur (Lestari et al. 2021), yang menyatakan bahwa guru BK harus memahami karakteristik siswa secara mendalam agar mampu menangani kasus-kasus yang lebih kompleks secara profesional.

Berdasarkan penjelasan di atas, krisis identitas merupakan tantangan perkembangan yang harus diperhatikan pada masa remaja dan membutuhkan penanganan yang tepat agar tidak berdampak

negatif terhadap kehidupan individu di masa depan. Dalam konteks ini, peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) menjadi sangat strategis untuk mendampingi siswa dalam mengenali, memahami, dan mengembangkan identitas dirinya secara sehat. Guru BK diharapkan mampu merancang serta mengimplementasikan layanan yang responsif terhadap kebutuhan siswa, terutama dalam membantu mereka menghadapi kebingungan peran, tekanan sosial, dan konflik nilai yang kerap muncul selama masa remaja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji strategi layanan yang diberikan oleh guru BK terhadap siswa SMP yang mengalami krisis identitas, dengan mengacu pada hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti di lapangan. Harapannya, hasil kajian ini dapat memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai praktik bimbingan dan konseling dalam menangani krisis identitas serta menjadi masukan untuk pengembangan layanan BK yang lebih efektif dan adaptif di sekolah.

2. Method

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang tidak menggunakan analisis statistik atau cara kuantitatif. Menurut Suprayitno et al. (2024) Penelitian kualitatif adalah pendekatan sistematis untuk mengeksplorasi dan memahami fenomena sosial dan budaya secara mendalam. sumber data utama penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan yang diungkapkan atau dilakukan oleh subjek penelitian, sumber data lainnya yang mendukung dapat berupa dokumen tertulis, foto, laporan, dan karya tulis lainnya yang memberikan konteks dan memperkaya pemahaman terhadap fenomena yang diteliti (Maghfirani 2023). Peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa wawancara, studi literatur, dokumentasi, dan observasi. Pemilihan subjek penelitian dilakukan secara purposive, yaitu berdasarkan kriteria tertentu yang dianggap relevan dengan fokus penelitian. Menurut Sugiyono (2013), purposive sampling merupakan teknik penentuan subjek atau informan penelitian dengan pertimbangan tertentu, sehingga data yang diperoleh dapat memberikan informasi yang mendalam dan kontekstual.

Subjek utama dalam penelitian ini adalah seorang guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang menangani siswa kelas VII, telah menyelesaikan Pendidikan Profesi Guru (PPG) di bidang BK, serta bersedia menjadi informan. Untuk menjaga kredibilitas dan keabsahan data, peneliti menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu dengan membandingkan data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, sehingga diperoleh pemahaman yang holistik terhadap fenomena yang diteliti.

3. Results and Discussion

3.1 Hasil Penelitian

SMP Negeri 5 Cimahi merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang terletak di Jalan Cipageran No. 146, Kelurahan Cipageran, Kecamatan Cimahi Utara, Kota Cimahi. Di sekolah ini terdapat enam orang guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang melayani peserta didik, termasuk siswa kelas VII yang berjumlah 432 orang, terdiri dari 195 siswa perempuan dan 237 siswa laki-laki. Setiap angkatan dibimbing oleh setidaknya dua guru BK, meskipun belum memenuhi rasio ideal satu guru BK untuk 150 peserta didik. Namun, pelayanan yang diberikan tetap berjalan dengan baik dan terlayani secara optimal. Berdasarkan hasil wawancara, salah satu guru BK yang bersedia untuk diwawancarai, yang mana beliau menyampaikan bahwa ia menangani enam kelas, yaitu kelas VII F hingga VII K, dengan total 243 peserta didik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK di SMP Negeri 5 Cimahi, krisis identitas dipandang sebagai proses yang wajar namun perlu mendapatkan perhatian khusus, karena pada masa ini remaja mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial yang cukup signifikan. Mereka mulai mempertanyakan jati diri, nilai-nilai yang dianut, hingga arah hidup yang ingin dijalani. Kondisi ini jika tidak ditangani dengan tepat dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan prestasi belajar siswa.

Guru BK menyebutkan bahwa beberapa siswa kelas VII menunjukkan gejala krisis identitas seperti kurang percaya diri terhadap penampilan fisik maupun kemampuan akademik. Peneliti

mewawancarai narasumber selaku guru BK yang mengajar kelas VII, yang bersangkutan mengatakan bahwa:

“Saya berpendapat hal ini wajar karena mereka mulai menginjak usia remaja dimana banyak perubahan yang terjadi. Kasus krisis remaja pada siswa kelas 7 yang ditemui, seperti kurang percaya diri baik secara penampilan fisik ataupun kemampuan yang bisa dikarenakan pola asuh keluarga, pertemanan yang memberi tekanan, bingung dengan apa yang diinginkan (minat) dan memahami bakat yang dimiliki”(01/05/2025)

Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pola asuh keluarga yang tidak mendukung perkembangan otonomi anak, pergaulan yang memberi tekanan atau tuntutan sosial tertentu, serta kebingungan dalam menentukan minat dan bakat. Narasumber juga mengatakan bahwa:

“Pernah ada di SMP Negeri 5 Cimahi ini, siswa yang tidak mau sekolah, alasan karena tidak PD dengan nama yang diberikan ortunya, siswa mau bersekolah kalo sudah ganti nama”

Hal tersebut merupakan satu kasus nyata yang pernah terjadi mengenai krisis identitas yang dialami oleh siswa kelas VII. Kasus ini menunjukkan betapa pentingnya perasaan memiliki identitas diri yang positif dan diterima.

Lebih lanjut, guru BK mengungkapkan bahwa tanda-tanda atau perilaku yang menunjukkan siswa mengalami krisis identitas di antaranya adalah rendahnya rasa percaya diri, kecenderungan untuk menyendiri, kurang aktif dalam bergaul dengan teman sebaya, kebingungan dalam menentukan sikap atau pilihan, keinginan untuk meniru orang lain secara tidak realistis, hingga munculnya konflik dengan lingkungan sekitar. Semua indikator ini menjadi sinyal bagi guru BK untuk melakukan penanganan lebih lanjut. Dalam menghadapi permasalahan tersebut, guru BK di SMP Negeri 5 Cimahi menerapkan sejumlah strategi layanan BK yang dirancang untuk membantu siswa memahami dan menerima dirinya sendiri. Layanan orientasi dilakukan untuk membantu siswa memahami lingkungan sekolah dan dirinya melalui aktivitas dinamika kelompok. Layanan informasi diberikan dalam bentuk media visual seperti poster yang berisi informasi mengenai masa remaja dan perkembangan diri. Selain itu, bimbingan klasikal dan kelompok juga dilakukan dengan topik yang relevan seperti “Siapa Aku?” dan “Bersyukur”, yang bertujuan menumbuhkan kesadaran diri dan rasa penerimaan terhadap keadaan diri.

Penerapan pendekatan konseling juga diikutsertakan oleh guru BK, salah satunya adalah konseling realitas. Pendekatan ini fokus pada membantu siswa menyadari tanggung jawab atas pilihan dan perilaku mereka, serta mendorong mereka untuk membuat keputusan yang lebih konstruktif dalam hidupnya. Guru BK juga melibatkan penggunaan psikotes sebagai alat bantu untuk mengenali minat, bakat, dan potensi siswa, yang kemudian digunakan sebagai dasar dalam bimbingan lanjutan. Penanganan dilakukan dalam berbagai bentuk layanan, baik secara individu, kelompok, maupun klasikal. Pemilihan bentuk layanan disesuaikan dengan kebutuhan siswa serta tingkat kompleksitas permasalahan yang dihadapi. Proses identifikasi siswa yang mengalami krisis identitas dilakukan melalui observasi langsung terhadap perilaku siswa di lingkungan sekolah, interaksi sosial mereka, serta melalui angket yang disebar untuk menggali permasalahan yang lebih dalam.

Guru BK juga menekankan pentingnya kolaborasi dengan berbagai pihak dalam penanganan kasus krisis identitas. Keterlibatan orang tua atau wali siswa dianggap penting agar siswa mendapatkan dukungan yang konsisten baik di sekolah maupun di rumah. Untuk itu, pihak sekolah mengundang orang tua untuk berdiskusi mengenai perkembangan siswa dan mencari solusi bersama. Selain itu, koordinasi juga dilakukan dengan guru mata pelajaran serta pihak eksternal seperti tim psikotes dari Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), guna memperkuat pendekatan yang digunakan dalam menangani siswa. Namun demikian, guru BK juga mengakui adanya

beberapa tantangan yang dihadapi dalam proses layanan, seperti rendahnya pemahaman siswa terhadap dirinya sendiri, tingkat kesadaran yang masih perlu dikembangkan, serta pengaruh lingkungan luar seperti media sosial yang seringkali memberi standar yang tidak realistis bagi remaja. Ketergantungan siswa pada teman sebaya juga menjadi faktor penghambat dalam pembentukan identitas diri yang autentik.

Evaluasi terhadap efektivitas layanan BK dilakukan secara berkelanjutan melalui pengumpulan data dari angket, observasi langsung, serta jurnal refleksi yang ditulis oleh siswa. Dengan pendekatan ini, guru BK dapat mengetahui seberapa jauh pemahaman siswa berkembang dan bagaimana layanan yang diberikan berdampak pada mereka. Lingkungan sekolah secara umum juga berperan penting dalam mendukung keberhasilan layanan konseling, di mana sekolah berkomitmen untuk membangun budaya positif dan aman secara emosional bagi seluruh siswa.

Guru BK memberikan saran bahwa agar layanan BK semakin efektif dalam menangani krisis identitas, strategi yang digunakan perlu bersifat menarik dan menantang, serta mampu menumbuhkan minat siswa untuk terlibat aktif dalam proses bimbingan. Selain itu, refleksi berkala penting dilakukan untuk menilai kelebihan dan kekurangan dari layanan yang telah diberikan. Guru BK juga menegaskan bahwa penting bagi lingkungan sekitar siswa, termasuk sekolah dan keluarga, untuk tidak menghakimi siswa yang sedang mengalami proses pencarian jati diri, melainkan memberikan ruang dan dukungan yang penuh empati agar siswa dapat tumbuh menjadi pribadi yang sehat secara psikologis dan sosial.

3.2 Pembahasan

Hasil wawancara yang dilakukan dengan guru BK di SMP Negeri 5 Cimahi menunjukkan bahwa krisis identitas merupakan fenomena yang umum terjadi pada siswa kelas VII. Hal ini sejalan dengan teori Erikson (Yuliti, 2012) yang menjelaskan bahwa masa remaja merupakan tahap perkembangan identitas versus kebingungan peran (*identity vs. role confusion*), di mana individu mulai mencari jati diri, menetapkan nilai, dan membuat keputusan tentang masa depan. Pada tahap ini, remaja dihadapkan pada berbagai perubahan biologis, psikologis, dan sosial yang dapat memicu kebingungan dan perasaan tidak stabil. Menurut Zannah et al. (2022), identitas diri merupakan pemahaman atau kesadaran tentang diri sendiri yang diperoleh dari penilaian pribadi serta pemahaman akan perbedaan diri dengan orang lain. Identitas juga mencerminkan persepsi remaja terhadap dirinya sebagai satu kesatuan yang utuh, terlepas dari berbagai peran dan tuntutan yang dihadapi. Lebih lanjut, Syifa Nadiyah dkk (Zannah et al. 2022) mengungkapkan bahwa remaja pada tahap ini akan mulai merasakan perubahan fisik dan sosial-psikologis yang membentuk perasaan baru terhadap diri mereka, sehingga mereka terdorong untuk mengeksplorasi berbagai pengalaman demi menemukan jati dirinya yang sejati. Tanpa bimbingan yang tepat, proses ini dapat berkembang menjadi krisis identitas.

Gejala krisis identitas yang ditemukan, seperti rendahnya kepercayaan diri, cenderung menyendiri, merasa kebingungan dalam mengambil keputusan, serta adanya tekanan dari pergaulan. Sejalan dengan temuan yang dilakukan oleh Lestari et al. (2021) menyebutkan bahwa krisis identitas muncul sebagai efek dari lemahnya konsep diri, tekanan lingkungan, serta ketidaksiapan individu dalam menghadapi perubahan. Bahkan dalam kasus ekstrem seperti yang diungkapkan oleh narasumber, ada siswa yang menolak bersekolah karena tidak percaya diri dengan nama yang diberikan oleh orang tuanya. Situasi ini menunjukkan pentingnya peran guru BK dalam mendeteksi dan menangani gejala krisis sejak dini. Lebih lanjut, saat remaja mengalami krisis identitas, mereka cenderung menunjukkan perilaku destruktif yang dapat berkembang menjadi bentuk kenakalan remaja. Ini diperkuat oleh pendapat (Hidayah and Nuriati, 2016) krisis identitas dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup lemahnya kepribadian, dinamika relasi psikis dan fisik yang tidak menguntungkan, kurangnya pengalaman,

pengertian yang keliru, serta rendahnya religiositas. Sementara itu, faktor eksternal mencakup ketidakharmonisan keluarga, tekanan dari orang tua, konflik antarsaudara, lingkungan pergaulan yang buruk, hingga perceraian orang tua. Oleh karena itu, pemahaman terhadap berbagai faktor penyebab ini sangat penting untuk memperkuat intervensi BK yang tepat sasaran dalam mencegah dan mengatasi krisis identitas pada remaja.

Strategi yang diterapkan oleh guru BK di SMP Negeri 5 Cimahi mencerminkan pendekatan yang terstruktur dan juga konsisten. Penggunaan layanan orientasi, layanan informasi, bimbingan kelompok, hingga konseling realitas menunjukkan bahwa guru BK tidak hanya fokus pada aspek kuratif, tetapi juga preventif serta pada aspek pengembangan. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh (Sukardi, 2016) bahwasanya layanan informasi dan bimbingan kelompok mampu membantu peserta didik mengenali dirinya, serta meningkatkan kesadaran diri terhadap potensi yang dimiliki. Strategi serupa juga digunakan oleh guru BK dalam penelitian Rahayu Dwi Lestari dkk, yaitu dengan mengedepankan layanan informasi melalui media visual dan layanan kelompok berbasis pendekatan kepribadian. Kemudian, penggunaan layanan orientasi juga sejalan dengan pendapat Marica (Neviyarni, 2023) bahwasannya penemuan identitas diri memerlukan aspek eksplorasi dimana seseorang berusaha memilih jalan keluar dari alternatif pilihan yang ada. Maka dari itu layanan orientasi bisa dijadikan salah satu strategi untuk mengatasi krisis identitas.

Konseling realitas yang digunakan oleh guru BK sebagai pendekatan utama sangat relevan dalam menangani siswa yang mengalami krisis identitas, karena pendekatan ini mendorong individu untuk bertanggung jawab atas pilihan hidupnya dan membuat keputusan yang realistis. Menurut Latipun (Neviyarni, 2023) konseling realita adalah pendekatan yang didasarkan pada anggapan tentang adanya satu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya, kebutuhan akan identitas diri yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah dan berbeda dengan orang lain. Tujuan dari konseling kelompok realita tersebut menurut Corey dalam jurnal yang sama adalah agar dapat membantu anggota kelompok dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologisnya yang mencakup kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta kebutuhan untuk merasakan bahwa dirinya berguna untuk diri sendiri dan orang lain. Dengan dilengkapi alat pendukung seperti psikotes, guru BK dapat menggali lebih dalam potensi dan minat siswa untuk mengarahkan mereka ke pengembangan diri yang lebih optimal. Hal ini memperkuat pendapat bahwa strategi layanan BK yang bersifat individual maupun kelompok dapat menjadi sarana efektif dalam membentuk identitas diri yang positif.

Keterlibatan orang tua dan adanya kolaborasi dengan guru mata pelajaran maupun pihak eksternal (seperti tim psikotes UPI) merupakan kekuatan tambahan dalam strategi guru BK. Kolaborasi ini mencerminkan pendekatan ekosistem pendidikan, di mana dukungan terhadap siswa tidak hanya berasal dari guru BK, tetapi juga dari lingkungan sekolah dan keluarga. Penelitian sebelumnya oleh Marina, dkk. (2025) juga menyatakan bahwa keberhasilan layanan BK sangat dipengaruhi oleh sinergi antara pihak-pihak yang terlibat dalam lingkungan hidup peserta didik. Kolaborasi ini dapat dilakukan melalui komunikasi yang efektif, partisipasi aktif orang tua dalam kegiatan sekolah, dan program-program yang melibatkan kedua pihak. Penelitian lain dilakukan oleh Muhammad dan Indriyati (Nasution 2019) hasil temuan penelitiannya menyimpulkan bahwa antara identitas diri remaja mempunyai hubungan yang positif dengan kelekatan pada orang tua.

Sementara menurut Trisya Novyanis Pangestu dalam jurnal yang sama, mengungkapkan hasil temuan penelitiannya menyimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara status identitas diri dengan prestasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya kolaborasi antara guru BK, orang tua serta wali kelas dan tentunya pihak eksternal terkait.

Walaupun demikian, tantangan yang dihadapi oleh guru BK seperti rendahnya kesadaran diri siswa, pengaruh media sosial, dan ketergantungan terhadap teman sebaya, menunjukkan bahwa strategi yang diterapkan masih perlu terus disesuaikan dengan dinamika perkembangan zaman.

Tantangan tersebut relevan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zulhammi (2019), bahwasannya sumber-sumber tantangan yang dihadapi oleh bimbingan dan konseling yaitu 1) perkembangan IPTEK, 2) tujuan pendidikan nasional, 3) pergeseran nilai, 4) kompetensi guru BK, dan, 5) kualitas layanan BK. Selain itu Zulhammi juga mengungkapkan bahwa apabila tantangan ditinjau dari kemajuan teknologi, maka akan menghadapi berbagai macam tantangan yang antara lain bersumber dari 1) penyebaran informasi, 2) perkembangan industri, 3) perubahan pola sosial, dan, 4) perubahan pola kehidupan. Maka dari itu Lestari et al. (2021) menegaskan bahwasanya strategi yang digunakan perlu diperbarui dan dikembangkan agar tetap relevan dengan kondisi siswa saat ini.

Berdasarkan pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa strategi layanan BK yang diterapkan di SMP Negeri 5 Cimahi telah sesuai dengan teori dan praktik yang direkomendasikan dalam literatur, namun tetap perlu adanya evaluasi dan pembaruan agar layanan yang diberikan dapat menjawab kebutuhan siswa dalam menghadapi krisis identitas secara lebih efektif sesuai dengan zaman juga karakter setiap individu (Farida Isroani 2023).

4. Conclusion

Layanan Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 5 Cimahi telah berperan signifikan dalam menangani krisis identitas yang dialami oleh siswa kelas VII. Dengan jumlah siswa yang cukup besar dan rasio guru BK yang belum ideal, pelayanan tetap terlaksana secara optimal berkat kompetensi profesional guru BK dan strategi layanan yang diterapkan. Berbagai pendekatan digunakan, mulai dari layanan orientasi, informasi, bimbingan klasikal, hingga konseling realitas, disesuaikan dengan kebutuhan siswa. Penanganan krisis identitas dilakukan secara menyeluruh melalui observasi, angket, psikotes, serta melibatkan kolaborasi dengan orang tua, guru mata pelajaran, dan pihak eksternal. Meskipun menghadapi tantangan seperti rendahnya kesadaran diri siswa dan pengaruh negatif lingkungan, guru BK terus berupaya menciptakan lingkungan yang suportif dan reflektif bagi perkembangan identitas siswa. Dukungan yang empatik dari sekolah dan keluarga menjadi kunci dalam membantu siswa melewati fase krisis identitas menuju pembentukan jati diri yang sehat secara psikologis dan sosial.

Untuk pengembangan lebih lanjut, hasil temuan ini dapat menjadi dasar dalam merancang program layanan bimbingan yang lebih terstruktur dan berkelanjutan, khususnya yang menekankan pada pencegahan krisis identitas sejak dini. Sekolah dapat mengembangkan modul layanan yang terintegrasi dengan kurikulum serta meningkatkan pelatihan bagi guru BK mengenai pendekatan-pendekatan inovatif yang sesuai dengan dinamika psikososial remaja.

Secara akademik, hasil studi ini juga dapat dijadikan sebagai pijakan untuk penelitian lanjutan, seperti pengembangan media BK berbasis digital atau intervensi kelompok yang berfokus pada peningkatan self-concept dan resiliensi siswa. Selain itu, studi lebih mendalam dapat dilakukan dengan melibatkan lebih banyak partisipan dari berbagai sekolah untuk memperoleh gambaran yang lebih luas dan memperkaya perspektif teoretis dan praktis dalam menangani krisis identitas di kalangan remaja sekolah menengah pertama.

References

- Ardi, Lailatul Afifah, Nilma Zola, Afdal Afdal, Nurfarhanah Nurfarhanah, and Intan Zulian Apri. 2024. "Analisis Perencanaan Karir Remaja Dalam Konteks Krisis Identitas." *Journal of Counseling, Education and Society* 5 (1): 1–6.
- Dewi, Anggita Asifa, Dinda Annisa, Nur Hidayati, Distira Eka, and Maila Puspita. 2023. "Degradasi Karakter Pemuda Indonesia Di Era Globalisasi." *Jurnal Indigenous Knowledge* 2 (4): 332–38.
- Farida Isroani,

- S.P.I.M.P.S.M.M.E.P.D.D.H.A.Q.M.A.P.H.P.M.P.D.A.R.K.M.P.Y.Y.S.S.T.M.K.M.K.R.Y.M.P.A.M.F.K.S.S.T.P.M.M.A.S.E.M.P. 2023. *Psikologi Perkembangan*. LovRinz Publishing. <https://books.google.co.id/books?id=0fTLEAAAQBAJ>.
- Hidayah, N., and H. Nuriati. 2016. "Krisis Identitas Diri Pada Remaja 'Identity Crisis of Adolescents.'" *Sulesana Ke: Jurnal Wawasan Islaman* 10 (1): 355–66.
- Klimstra, Theo A., William W. Hale III, Quinten A. W. Raaijmakers, Susan J. T. Branje, and Wim H. J. Meeus. 2009. "Identity Formation in Adolescence : Change or Stability ?" *Journal of Youth and Adolescence* 39 (2): 150–62. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9401-4>.
- Laela, Faizah Noer. 2017. "Bimbingan Konseling Keluarga Dan Remaja Revisi." In *UIN Sunan Ampel Press*.
- Lestari, Rahayu Dwi, Meisie L Mangantes, Rinna Y Kasenda, Dominicus Tinus, Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Manado, and Krisis Identitas. 2021. "Strategi Guru Bk Dalam Mengatasi Krisis Identitas." *Educouns Journal: Jurnal Pendidikan Dan Bimbingan Konseling* 2 (1): 70–74.
- Maghfirani, Raudya Tuzzahra. 2023. "Implementasi Nilai Kebhinekaan Global Dalam Profil Pelajar Pancasila Untuk Menghadapi Krisis Identitas Nasional." *Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika* 1 (5): 100–108.
- Mahmud, A. 2024. "Krisis Identitas Di Kalangan Generasi Z Dalam Perspektif Patologi Sosial Pada Era Media Sosial." *Jurnal Ushuluddin: Media Dialog Pemikiran Islam* 26 (2): 209–15.
- Marina, Lestari, R. D., & Antika, W. Y. 2025. "Sinergi Guru Dan Orang Tua Perkuat Pendidikan Karakter." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 8 (3): 550–57.
- Nasution, W.Y. 2019. "Pelayanan Bimbingan Dan Konseling Terhadap Identitas Diri Siswa."
- Neviyarni, Gusti Rahayu. 2023. "Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Identitas Diri Pengguna Aplikasi TikTok." *Journal on Education* 05 (03): 5980–89.
- No, Vol, Khairunnisa Nazwa Kamilla, Alifia Nur, Elga Saputri, Dayang Astri Fitriani, and Sofie Aulia Az. 2022. "Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson." *ECJ: Early Childhood Journal* 3 (2): 77–87. <https://doi.org/10.30872/ecj.v3i2.4835>.
- Nurmawati, S. F. Widodo, S. A. Putri, L. A. Kamila, and A. Diena. 2025. "Faktor Perilaku Krisis Identitas Kalangan Remaja." *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 6 (1): 1046–55. <https://doi.org/10.25123/vej.v9i1.6504>.
- Padillah, Raup. 2020. "Implementasi Konseling Realitas Dalam Mengangani Krisis Identitas Pada Remaja." *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan* 3 (3): 120–25.
- Pitri, Triani Eka. 2023. "Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling Dalam Membantu Siswa Menemukan Identitas Diri Di SMAN 6 Kepahiang." *Jurnal Counseling Care* 07 (01): 1–6. <https://doi.org/10.22202/JCC.2023.v7i1.6541>.
- Sugimura, Kazumi. 2021. "Adolescent Identity Development in Japan." *Child Development Perspectives* 14 (2): 71–77. <https://doi.org/10.1111/cdep.12359>.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D. K. 2016. "Pelaksanaan Program Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah." *Rineka Cipta* 1 (2): 1–9.
- Suprayitno, D, A Ahmad, T Tartila, S Sa'dianoor, Y A Aladdin, E Efitra, and N G Pemata. 2024. *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF : Teori Komprehensif Dan Referensi Wajib Bagi Peneliti*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia. <https://books.google.co.id/books?id=-kkREQAAQBAJ>.
- Taher, Yasin, Mint Husen, Raya Aditama, Suehartono Syam, Bimbingan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, and Kata Kunci. 2021. "Profesionalisme Guru Bimbingan Konseling." *Educouns*

Journal: Jurnal Pendidikan Dan Bimbingan Konseling 2 (2): 91–99.

Umami, Ida. 2019. "Psikologi Remaja." *Idea Press*.

Yuliti, N. 2025. "Krisis Identitas Sebagai Problem Psikososial Remaja." *In Unej.Ac.Id. LaksBang PRESSindo, Yogyakarta 2 (2): 138–52.*

Zannah, Ayuk Febi Akhiros, Adella Isna Rindhiyani, Siti Sasa Mutia, and Linatul Faizah. 2022. "Krisis Jati Diri, Eksistensi, Dan Konflik Perbatinan Yang Terjadi Pada Remaja Di Era Sekarang." *Jurnal Majemuk 1 (2): 155–63.*