

FAKTOR PERILAKU KRISIS IDENTITAS KALANGAN REMAJA

Nurmawati¹, Shafira Fiannesa Widodo², Syahira Azzahra Putri³,
Laily Azkia Kamila⁴, Abidah Diena⁵

^{1,2,3,4,5)} Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA
e-mail: syahirazzhrptr@gmail.com

Abstrak

Remaja merupakan usia perkembangan dari kanak-kanak menuju dewasa, pada masa ini remaja dihadapkan dengan berbagai persoalan yang menyebabkan keberhasilan pembentukan identitas diri remaja untuk menetapkan tujuan hidup yang ia pilih. Remaja yang kebingungan dan penuh kebimbangan dalam membuat konsep diri dapat diartikan sedang mengalami perilaku krisis identitas. Namun perilaku krisis identitas ini merupakan hal yang normal dialami oleh remaja yang sedang mengalami tahapan perkembangan. Perilaku krisis identitas pada remaja merupakan kebimbangan remaja dalam membentuk konsep diri dan identitas diri. Perilaku krisis identitas pada remaja disebabkan oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor penyebab yang berasal dari dalam diri remaja, sedangkan faktor eksternal merupakan faktor penyebab yang muncul dari luar diri remaja. Pada tahap perkembangan ini, remaja membutuhkan dukungan dan motivasi yang kuat supaya mampu membentuk konsep diri yang kuat pula. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan empat partisipan remaja dalam rentang usia 15-18 tahun yang mengalami perilaku krisis identitas. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, empat partisipan berinisial RFFU, RA, SNF, dan AF mengalami kebimbangan dan kebingungan dalam menetapkan tujuan hidup dan identitas diri partisipan itu sendiri. Partisipan RFFU mengalami krisis identitas yang berkaitan dengan pemilihan keputusan atas diri sendiri, sebab kekangan dari orang tua dan sulit mengekspresikan diri sendiri sebab lingkungan pertemanan. Partisipan RA mengalami krisis identitas yang berkaitan dengan pemilihan pendidikan lanjutan sebab keputusan melanjutkan pendidikan berada pada orang tua. Partisipan SNF mengalami krisis identitas berkaitan dengan kemampuan diri yang belum ditemukan, sebab selalu diatur oleh orang tua. Partisipan AF mengalami krisis identitas yang berkaitan dengan kebimbangan menentukan tujuan hidup sebab harapan orang tua dan lingkungan pertemanan yang tidak sesuai dengan kemampuan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap faktor yang melatarbelakangi para partisipan mengalami perilaku krisis identitas. Dengan metode penelitian kualitatif, studi literatur dan wawancara. Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat berguna sebagai bahan literatur dan untuk penelitian selanjutnya.

Kata kunci: Krisis Identitas, Faktor, Perilaku, Remaja

Abstract

Adolescence is the age of development from childhood to adulthood. During this period, adolescents face various problems that lead to the successful formation of adolescents' self-identity to determine their life goals. Adolescents who are confused and full of doubts in creating their self-concept can be interpreted as experiencing identity crisis behavior. However, this identity crisis behavior is a normal thing experienced by teenagers who are experiencing stages of development. Identity crisis behavior in teenagers is a teenager's hesitation in forming a self-concept and self-identity. Internal and external factors cause identity crisis behavior in adolescents. Internal factors originate from within the adolescent, while external factors are causal factors that arise from outside the adolescent. At this stage of development, teenagers need strong support and motivation to be able to form a strong self-concept. In this study, researchers used four adolescent participants aged 15-18 years who experienced identity crisis behavior. Based on the research conducted, four participants with the initials RFFU, RA, SNF, and AF experienced uncertainty and confusion in determining the participants' life goals and self-identity. RFFU participants experienced an identity crisis related to making decisions about themselves, due to restrictions from their parents and difficulty expressing themselves because of their friendship environment. RA participants experienced an identity crisis related to choosing further education because the decision to continue their education rested with their parents. SNF participants experience an identity crisis related to their undiscovered abilities, because their parents always

regulate them. AF participants experienced an identity crisis related to uncertainty about determining their life goals because their parents' expectations and friendship environment did not match their abilities. This research aims to uncover the factors behind participants experiencing identity crisis behavior. Using qualitative research methods in the form of literature studies and interviews. Researchers hope that the results of this research can be useful as literature material and for further research.

Keywords: Identity crisis, factors, behavior, adolescence

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada masa remaja, segala aspek dalam diri manusia akan tumbuh dan berkembang (Eka Wisanti et al., 2024). Pada masa remaja seringkali remaja diistilahkan dengan masa pemberontak atau masa pencarian jati diri, karena pada masa remaja, mengalami gejolak yang difaktorkan dari berbagai sisi seperti dalam lingkup pertemanan dan keluarga, yang membuat remaja mengalami kebimbangan dalam menentukan arah kehidupan (Mekeama et al., 2022). Masa remaja merupakan masa pencarian jati diri dengan mengeksplor berbagai persoalan yang ditaruh rasa ketertarikan (Maulida et al., 2023).

Berbagai rintangan pun dapat terhadirkan dalam diri remaja ketika menjalani fase ini, seperti kecemasan sosial ketika pencarian identitas diri, dan kebimbangan akan tujuan yang dimiliki untuk melanjutkan kehidupannya sendiri. Pada masa ini, remaja mulai memasuki usia yang memiliki banyak resiko namun memberikan banyak kesempatan dalam berketerampilan jika identitas dan tugas perkembangan mereka dapat terarungi dengan baik, sehingga remaja tidak perlu mengkhawatirkan mengenai urusan masa depan yang akan ia miliki (Maulida et al., 2023).

Remaja cenderung mulai berani dalam menyampaikan kebebasan dan hak yang ia miliki untuk mengemukakan pendapat(Rinna Yuanita Kasenda et al., 2023). Jika tidak terpenuhi akan menciptakan ketegangan dan perselisihan serta menjauhkan remaja dengan keluarga(Khamim & Putro, 2017). Remaja juga lebih mudah dipengaruhi oleh teman-teman dibanding pada masa kanak-kanak. Ini berarti anak dan orang tua memiliki padangan dan selera yang berbeda, contohnya dalam sehari-hari seperti pakaian, makanan, dan gaya rambut^(Azharl et al., 2021a). Pengaruh orang tua pun mulai menurun. Selain perubahan perilaku, remaja juga mulai mengalami perubahan fisik yang luar biasa, baik pertumbuhannya maupun seksualitasnya (Khamim & Putro, 2017). Munculnya perasaan seksual mengakibatkan ketakutan dan kebingungan pada diri remaja. Remaja juga sering menjadi terlalu percaya diri (*over confident*) biasanya bersamaan dengan emosi yang dimiliki, bisa mengakibatkan remaja menjadi keras kepala atau tidak menerima nasihat yang disampaikan orang tuanya (Khamim & Putro, 2017).

Perilaku seperti ini yang menjadi perhatian ketika remaja menyelesaikan tugas-tugas perkembangan. Dalam misi menyelesaikan tugas perkembangan, remaja harus mampu menerima peran yang ia miliki untuk dapat diakui dalam masyarakat, sehingga dapat mengetahui tanggung jawab dalam persoalan sosial di lingkungan tempat tinggal (Khamim & Putro, 2017). Dalam peranan di masyarakat, remaja juga harus memahami dengan mendalam terkait hubungan dengan lawan jenis, sehingga remaja mampu menyiapkan diri untuk tugas dan kewajiban kelak dalam menjalankan kehidupan berumah tangga (Khamim & Putro, 2017). Remaja juga dituntut untuk mengembangkan potensi serta keterampilan dimiliki, guna mewujudkan kehidupan yang mandiri. Selain tugas dari lingkup eksternal, remaja juga mesti mengetahui tugas yang harus ia selesaikan dari dalam diri sendiri yakni mengatur emosi (Ermis Suryana et al., 2022). Karena pada masa remaja, emosi individu akan menjadi tidak stabil, sebab masih dalam proses transisi menuju kedewasaan. Oleh karena itu, remaja diharuskan untuk belajar menjaga kestabilan emosi (Khamim & Putro, 2017).

Dari tugas-tugas perkembangan remaja tersebut yang diwujudkan dalam bentuk perilaku, cenderung akan tidak terimplementasi karena remaja masih belum menemukan identitas diri yang tepat bagi diri. Menurut (Maria Marisa Djami, 2024) pada dasarnya, identitas merupakan ciri-ciri atau keadaan khusus dalam diri seseorang, sedangkan diri adalah seseorang (terpisah dari yang lain), maka, identitas diri adalah ciri-ciri atau keadaan individu yang membedakannya dengan individu yang lain. Identitas bisa dikatakan sebagai pembeda antara individu dengan yang lainnya. Identitas diri ini dapat terbentuk dalam diri individu dengan cara berada dalam lingkungan keluarga atau lingkungan masyarakat. Jadi identitas diri di dapatkan dari hasil dari kerja keras individu dengan belajar dalam

segala aspek lingkungan dan menggabungkannya menjadi sebuah kesatuan sehingga dapat dijadikan arah tujuan dalam kehidupan dan hal ini merupakan sarana bagi pembentukan pola pikir (*mindset*) dan sikap mental (Maria Marisa Djami, 2024).

Tetapi, jika remaja mengalami hambatan dalam pencarian identitas diri maka remaja tersebut akan mengalami krisis. Persoalan ini yang disebut sebagai krisis identitas pada remaja. Yang merupakan sebuah bentuk perilaku yang dialami remaja dalam mengarungi tugas perkembangannya, sehingga, dalam masa ini remaja akan mengalami kesulitan dalam pemilihan tujuan hidup, penentuan karir untuk masa depan, dan menentukan target yang hendak ia capai dalam hidup. Bahkan cenderung remaja tidak mengetahui bagaimana pilihan yang tepat untuk hidupnya (Azhar1 et al., 2021). Perilaku krisis identitas remaja ditunjukkan dengan bentuk perilaku negatif yang menyebabkan kerusakan dalam diri remaja dan lingkungan di sekitar (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021).

Peneliti menemukan fenomena yang sudah diteliti oleh (Azhar1 et al., 2021) mengenai perilaku hisap lem pada remaja yang disebabkan oleh hubungan yang tidak harmonis dengan lingkungan di sekitar remaja. Maka dapat diketahui bahwa perilaku remaja sangat dipengaruhi oleh lingkungan di sekitar remaja, sehingga menyebabkan munculnya perilaku menyimpang oleh remaja (Azhar1 et al., 2021b). Menurut penelitian Yendork (2014) dalam Mifathul Jannah (2021) dijelaskan bahwa pengalaman kekerasan yang dimiliki oleh remaja, konflik keluarga yang dialami oleh remaja, serta pengalaman kehilangan orang tua oleh remaja dapat menyebabkan terjadinya konflik sosial dalam diri remaja (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021). Berdasarkan penelitian lanjutan yang dilakukan oleh Miftahul Jannah (2021) dijelaskan bahwa perilaku krisis identitas yang dialami remaja disebabkan oleh kekerasan dari orang tua. Kekerasan dari orang tua membuat remaja tidak leluasa dalam mengeksplor berbagai hal disekitar hidup remaja, sebab orang tua melakukan kekerasan karena memaksakan kehendaknya kepada remaja (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021). Ketika remaja mengalami krisis identitas, maka dapat berpengaruh pada tindakan destruktif terhadap lingkungannya. Perilaku destruktif pada diri remaja disebabkan oleh faktor internal dan Eksternal (Laksmi Ananda Dewi & Luh Made Karisma Sukmayati Suarya, 2023). Dari penelitian-penelitian terdahulu yang sudah peneliti temukan, dapat diketahui bahwa persoalan yang menjadi faktor penyebab bagi remaja kesulitan menemukan identitas diri adalah berupa faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan masalah yang muncul dari dalam diri remaja seperti lemahnya mental dan kepribadian remaja (Hidayah, 2016).

Faktor internal ini menyebabkan timbulnya emosional yang tidak stabil dalam diri remaja sehingga sulit untuk menghindari keimbangan serta keraguan dalam diri remaja. Dengan lemahnya mental dan kepribadian remaja memunculkan rasa kurang percaya diri pada diri remaja, ketidakstabilan emosi, dan ragu-ragu dalam mengambil keputusan. Cara berpikir yang keliru pun muncul dalam diri remaja sehingga membuat remaja menjadi mudah menyerah, tidak konsentrasi dalam belajar dan sulit menyelesaikan masalah (Novarianing Asri et al., 2020). Pengambilan keputusan yang tidak pasti disebabkan oleh ketidakstabilan emosi (Rinna Yuanita Kasenda et al., 2023). Menurut Kendal dan Montgomery dalam (Rinna Yuanita Kasenda, 2023) dikemukakan bahwa ketidakstabilan emosi remaja memengaruhi tindakan remaja dalam mengambil keputusan.

Selain faktor internal, terdapat juga faktor eksternal yakni kekangan dari orang tua, tekanan dari orang tua, serta lingkungan pertemanan yang membuat remaja kesulitan dalam menentukan tujuan hidupnya (Novarianing Asri et al., 2020).

Krisis Identitas adalah suatu fenomena psikososial yang dialami oleh remaja sehingga memunculkan perilaku kebingungan dan ketidakpastian mengenai diri remaja dan tujuan hidup remaja yang sebenarnya (Akilah Mahmud, 2024).

Menurut Erikson dalam modul (Adriatik Ivanti, 2011) dijelaskan mengenai tahapan perkembangan psikososial. Terdapat delapan tahapan perkembangan psikososial, yakni 1) *Trust vs Mistrust*, bagian ini merupakan proses anak membentuk rasa kepercayaan dari lingkungan di sekitar anak; 2) *Autonomy vs Shame and doubt*, bagian ini berfokus pada perkembangan dan pengendalian diri anak untuk mencapai kemandirian; 3) *Initiative vs Guilt*, bagian ini berfokus pada pengembangan rasa tanggung jawab dan prakarsa; 4) *Industry vs Inferiority*, bagian ini berisikan pengembangan perasaan dan motivasi yang dimiliki oleh anak; 5) *Identity vs Identify Confusion*, bagian ini dialami oleh anak yang sudah beranjak remaja. Pada masa ini remaja mengalami eksplorasi dalam diri mengenai peran diri remaja dan identitas diri remaja; 6) *Intimacy vs Isolation*, bagian ini merupakan masa remaja yang

sudah memasuki dewasa awal. Pada masa ini dewasa awal akan membangun komitmen dan hubungan dengan orang lain; 7) *Generativity vs Stagnation*, bagian ini berisi kelanjutan hidup dewasa yang berfokus pada karir dan keluarga; 8) *Integrity vs depair*, bagian ini dewasa mengalami banyak penyesalan terhadap pengalaman masa lalu dan berfokus pada persiapan kematian (Adriatik Ivanti, 2011).

Berdasarkan penelitian oleh Miftahul Jannah (2021) dikemukakan bahwa pembentukan identitas diri remaja difaktorkan oleh delapan tahapan perkembangan Erikson. Pada tahap *Industry vs inferiority*, remaja dihadapkan pada pengembangan perasaan dan motivasi, jika tahap ini terputus maka remaja akan mengalami kesulitan dalam menemukan identitas diri. Miftahul Jannah (2021) meneliti remaja yang tidak menemukan jati diri sebab paksaan dari orang tua remaja tersebut untuk melanjutkan jenjang pendidikan dari SMP ke SMA yang sudah ditentukan oleh orang tua remaja, sehingga tidak memberi kesempatan bagi remaja untuk mengemukakan pendapat mengenai kelanjutan pendidikan sesuai dengan bakat dan minat remaja tersebut (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021).

Dari penelitian-penelitian terdahulu yang sudah peneliti temukan, peneliti bermaksud untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan munculnya perilaku krisis identitas dalam diri remaja, dengan cara mewawancara partisipan remaja yang berjumlah empat partisipan remaja. Sehingga dari penelitian yang peneliti lakukan, diharapkan dapat menjadi pedoman untuk penelitian selanjutnya mengenai faktor krisis identitas dalam diri remaja.

METODE

Metode yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pengumpulan data melalui studi literatur dan wawancara . Metode Penelitian Kualitatif adalah metode penelitian yang menekankan pada suatu pendekatan dalam melakukan penelitian yang berorientasi pada fenomena atau gejala yang bersifat alami (Abdul Fatah Nasution, 2023).

Bentuk pengumpulan data melalui studi literatur adalah satu penelusuran dan penelitian kepustakaan dengan membaca berbagai buku, jurnal, dan terbitan-terbitan lain yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menghasilkan satu tulisan yang berhubungan dengan satu topik atau isu tertentu (Amri Marzali, 2016).

Peneliti mengambil data melalui studi kepustakaan yaitu jurnal dan buku-buku yang disertai dengan sumber. Peneliti kemudian melakukan wawancara usai mendapatkan informasi dari studi literatur yang telah dikaji secara tatap muka. Partisipan dalam wawancara yang dilakukan oleh peneliti berjumlah empat orang remaja dalam rentang usia 15-18 tahun.

Setelah melakukan wawancara dengan empat orang partisipan remaja, peneliti menyusun hasil wawancara disandingkan dengan hasil kajian literatur yang sudah peneliti kaji. Sehingga peneliti mendapatkan informasi mengenai faktor-faktor yang menyebabkan munculnya perilaku krisis identitas dalam diri remaja melalui literatur dan informasi dari partisipan yang sudah peneliti wawancarai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian yang sudah diteliti oleh peneliti dari empat partisipan yang sudah diwawancara, ditemukan bahwa terdapat kesenjangan dalam diri partisipan untuk menentukan arah tujuan hidupnya di masa mendatang.

Tabel 1. Identitas diri partisipan

| No. | Inisial | Usia | Status |
|-----|---------|----------|---------|
| P1 | RFFU | 15 tahun | Pelajar |
| P2 | RA | 16 tahun | Pelajar |
| P3 | SNF | 16 tahun | Pelajar |
| P4 | AF | 18 tahun | Pelajar |

Berdasarkan data identitas diri dari para partisipan diatas, keempat partisipan tersebut memiliki perilaku krisis identitas yang serupa. Yakni seputar kebingungan dan kebingungan mengenai pemenuhan pendidikan yang selanjutnya sebab mendapatkan tekanan dari lingkungan di sekitar partisipan seperti harapan dari orang tua dan pertemanan.

Adapun isi dari wawancara yang dilakukan oleh peneliti adalah seputar identitas diri yang masih berada dalam tahap kebimbangan dan keraguan oleh partisipan.

Menurut Marcia (1966) dalam Miftahul Jannah (2021) dikemukakan bahwa perilaku krisis identitas yang dialami remaja menunjukkan ciri seperti ketidakstabilan emosi yang dimiliki oleh remaja. Masalah ini sesuai dengan pernyataan yang diberikan oleh partisipan, adalah sebagai berikut:

“Iya, kadang saya merasakan sedih atau marah tanpa alasan yang jelas, dan itu membuat saya bingung atas perasaan saya sendiri, dan seringkali saya merasakan perubahan suasana hati yang drastis.” (RA, 16). “Iya, aku akan langsung meluapkan emosi ku dengan nangis kalau memang sudah merasakan emosi, tanpa bisa di tahan sedikitpun, aku juga selalu merasa mood swing. Apalagi kalau lagi sama teman-temanku rasanya emosi aku cepat banget gantinya.” (SNF, 16). “Iya, tapi aku gak sering marah, cuma ngerasa sedih, gampang kepincu emosinya.” (AF, 18). “Iya, terkadang saya merasa badmood dan mudah terbawa suasana jika orang lain memengaruhi emosi saya.” (RFFU, 16)

Ketidakstabilan emosi yang dimiliki para partisipan yang sudah diwawancara oleh peneliti dapat mempengaruhi keyakinan diri dalam membuat keputusan. Menurut Kendal dan Montgomery dalam (Rinna Yuanita Kasenda, dkk, 2023), ketidakstabilan emosi oleh remaja, memengaruhi remaja mengambil keputusan. Pernyataan ini dibuktikan dengan kesaksian partisipan, yakni:

“iya, karena sejak kecil ibu yang selalu membuat keputusan untuk aku. jadi saat tumbuh remaja aku susah untuk membuat keputusan bahkan untuk hal kecil pun. aku harus nanya point of view orang lain atas keputusan yang akan aku pilih,” (SNF, 16). “ya, saya sering merasakan kesulitan dalam membuat keputusan, bahkan hal kecil. karena saya orang yang sangat berfikir dan memikirkan dampak panjang atas keputusan yang saya ambil, jadi saya sulit untuk membuat keputusan dan saya sering menanyakan pendapat orang lain atas keputusan yang ingin saya ambil.” (RA, 16)

Emosi yang tidak stabil, membuat remaja sulit mengambil keputusan. Disebabkan pula oleh pola asuh orang tua yang otoriter. (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021) mengemukakan bahwa orang tua yang otoriter dapat membuat anak mengalami krisis identitas, sebab tidak memiliki peluang untuk mengeksplor ide dan gagasan yang remaja inginkan.

Faktor perilaku krisis identitas

Masa remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa, terbagi menjadi dua rentang usia, menurut Hurlock yang pertama adalah fase remaja awal dalam rentang 13-16 dan fase remaja akhir, yakni pada rentang usia 16-20 tahun (Hidayah, 2016). Remaja yang sedang mengalami perubahan dalam diri, terjadi kebimbangan dan kebingungan akan jati diri yang dimiliki. Kondisi kebingungan ini disebut sebagai krisis identitas. Fenomena krisis identitas merupakan suatu kondisi yang menempatkan remaja pada pilihan-pilihan yang tidak dapat remaja tentukan(Maria Marisa Djami, 2024). Seperti yang sudah disinggung bahwa perubahan pada diri remaja akan menimbulkan kebimbangan dan kebingungan pada remaja yang akan melanjutkan kehidupan. Remaja mulai bertanya-tanya mengenai siapa mereka sebenarnya dan mengapa mereka harus menuntaskan tugas perkembangan remaja. Yang kemudian, rasa kebingungan dan kebimbangan ini akan membawa remaja pada rasa penasaran yang berujung pada penemuan bakat dan minat remaja, jika perkembangan psikososial remaja terpenuhi (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021).

Menurut Erikson dalam (Adriatik Ivanti, 2011) tahap perkembangan psikososial remaja di fase *Industry vs Inferiority* adalah fase remaja membutuhkan motivasi dan pengembangan perasaan. Jika fase *Industry vs Inferiority* pada remaja terganggu atau terdistraksi, maka remaja akan mengalami tahap selanjutnya dari perkembangan psikososial, yakni *Identity vs Identify Confusion* (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021). Fase *Identity vs Identify Confusion* adalah fase remaja mengeksplor diri dan lingkungan disekitar remaja berdasarkan motivasi dan pengembangan perasaan yang sudah remaja alami pada fase *Industry vs Inferiority*. (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021)) mengemukakan bahwa fase *Industry vs Inferiority* menjadi tahap eksplorasi diri bagi remaja jika dikuatkan dan mendapat dukungan dari lingkungan disekitar remaja. Termasuk peran orang tua dan pertemanan. Namun dukungan dari orang tua tidak bersifat otoriter, sehingga remaja dapat mengeksplor bakat dan minat yang remaja miliki untuk di eksplorasi.

Tetapi, jika dukungan orang tua berubah menjadi paksaan dan otoriter, maka akan sulit bagi remaja untuk menyelesaikan tahap *Identity vs Identify Confusion*, remaja akan merasa tidak didengarkan dan

selalu bergantung pada keputusan orang tua. Masalah ini dapat dibuktikan oleh peneliti dengan hasil partisipan yang menjawab bahwa keempat partisipan merasa sulit dalam mengambil keputusan sebab sejak kanak-kanak sudah diarahkan oleh orang tua, sehingga tidak berkesempatan untuk mengeksplor hal lain. Meskipun remaja mampu mengeksplor hal lain, remaja menjadi ragu-ragu untuk menetapkan tujuan yang jelas. (Novarianing Asri et al., 2020) berpendapat bahwa remaja dapat membentuk konsep diri jika tidak mendapat paksaan dari keinginan orang tua. Berdasarkan informasi dari partisipan, para partisipan tersebut memiliki tujuan yang tidak pasti, sebab pengarahan dari kedua orang tua partisipan, sesuai dengan jawaban partisipan setelah peneliti menanyakan "Apakah kamu sudah membuat tujuan hidup yang pasti?", jawaban dari partisipan yakni:

"Tidak pasti, karena saya masih hidup dalam bimbingan orang tua, saya belum berani memutuskan tujuan hidup saya karena selama ini saat saya sudah mengambil keputusan orang tua saya tidak menyetujui nya, seperti saya ingin mencoba melanjutkan sekolah di SMK tapi orang tua saya menyuruh saya melanjutkan di SMA saja, dan saya juga ingin mencoba kuliah di jurusan yang berbau seni, tapi orang tua saya tidak menyetujui nya karena menurut orang tua saya itu tidak lah bermanfaat." (RFFU, 15). "Sejurnya saya sudah berusaha menyusun *planning* untuk masa yang akan datang namun, saya khawatirkan persetujuan orang tua, tanggapan orang sekitar serta kegagalan yang mungkin akan terjadi." (AF, 18)

Dua partisipan tersebut merasa ragu sebab bergantung pada keputusan dan persetujuan dari orang tua partisipan. Tetapi, peneliti menemukan dua partisipan lainnya yang meragukan diri sendiri dalam membuat tujuan hidup, pernyataannya adalah sebagai berikut:

"Tidak begitu pasti, karena aku tidak bisa percaya diri dengan tujuan hidupku. Jadi kadang aku selalu overthinking." (SNF, 16). "Sudah buat, tapi tidak pasti, karena kadang kadang saya merasakan keraguan untuk bikin keputusan tersebut, tapi menurut saya itu hal yang wajar, karena mencari tujuan hidup adalah proses yang melibatkan eksplorasi, pengalaman, dan waktu." (RA, 16)

Kuat atau lemahnya kepribadian remaja menjadi penyebab munculnya keraguan dan kebimbangan dalam diri remaja. (Novarianing Asri et al., 2020) mengemukakan bahwa kepribadian remaja memengaruhi pola berpikir dan pembentukkan konsep diri, sehingga kepribadian menjadi faktor pendukung remaja dalam membentuk identitas diri. Jika remaja memiliki kepribadian yang cenderung kuat, maka remaja mudah membuat tujuan jangka panjang. Tetapi jika remaja memiliki kepribadian yang lemah, maka sulit bagi remaja memutuskan tujuan jangka panjang. Lemahnya kepribadian remaja menjadi penyebab munculnya *self confident* atau kepercayaan diri yang lemah (Eka et al., 2023). Menurut Nevid, Rathus, & Greene dalam (Eka et al., 2023) lemahnya kepercayaan diri remaja diakibatkan oleh kepribadian remaja membandingkan diri dengan orang lain, sehingga membuat remaja merasa sempurna jika melihat orang lain, namun penuh kekurangan jika melihat diri sendiri. Berdasarkan pernyataan tersebut, peneliti menemukan kesesuaian dengan diri partisipan mengenai kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain, yakni:

"Saya selalu merasa saya bisa tapi saat saya melihat kemampuan orang lain itu saya merasa sepertinya saya masih butuh banyak belajar/mempelajarinya, contohnya saya sangat suka menari dan saya merasa saya sudah bagus, tapi ketika melihat kaka kelas saya mengikuti eskul tarik gerakannya sangat lah melebihi kemampuan saya, jadi saya merasa saya perlu banyak belajar lagi agar bisa seperti kaka kelas saya itu." (RFFU, 15). "Iya sering, karena aku suka merasa orang lain lebih perfect dari diri aku dan aku merasa aku ketinggalan jauh dibelakang," (SNF, 16). "Iyaa, saat ini saya merasa minder jika sedang berkumpul dengan teman-teman, karena saya merasa tertinggal dengan pencapaian mereka atau yang mereka dapatkan." (AF, 18).

Ketiga partisipan menyampaikan bahwa mereka membandingkan diri dengan orang lain, sehingga meragukan kemampuan diri sendiri. Masalah ini yang membuat remaja merasa kurang percaya diri, atas perbandingan diri dengan orang lain. Namun peneliti juga menemukan partisipan yang menanggapi perbandingan diri sebagai hal yang positif, yakni:

"kadang kadang saya sering membandingkan diri saya dengan orang lain, karena dengan begitu saya jadi ada dorongan untuk intropesi diri atas diri saya dan mengembangkan diri saya jauh lebih baik dibandingkan orang lain." (RA, 16)

Membandingkan diri dengan orang lain merupakan bentuk ketidakpercayaan pada diri sendiri, namun jika hasil perbandingan itu dijadikan sebagai pedoman untuk memperbaiki diri, maka tingkat

kepercayaan diri akan teratas, sebab menjadi motivasi untuk berubah. Dalam masalah ini, remaja yang memiliki rasa kepercayaan diri yang rendah dapat mengakibatkan proses interaksi sosial partisipan terganggu. (Eka et al., 2023) turut menjelaskan bahwa perilaku sosial remaja difaktori oleh rasa percaya diri yang remaja miliki. Dengan kemudahan dalam beradaptasi dan mudah mengekspresikan diri, menjadi acuan remaja memiliki rasa percaya diri. Hal ini berbanding terbalik dengan pernyataan partisipan ketika ditanyakan mengenai "Apakah kamu sulit beradaptasi dan mengekspresikan diri", yakni:

"Iyaa, karena setiap lingkungan memiliki orang² yang berbeda, saya takut orang² itu tidak ingin menerima saya. Saya juga orangnya yang tidak enak kepada teman, saya setiap teman saya berbicara mengenai hal yang lucu tetapi bagi saya tidak lah lucu, saya akan pura² tertawa agar mereka tetap senang, karena hal itu lah saya menjadi kebiasaan dan menjadi sulit untuk mengekspresikan diri saya kepada orang²" (RFFU, 15). "iya, karena dulunya aku punya lingkup pertemanan yang kecil. jadi kalau aku tiba tiba harus bersosialisasi dengan lingkup pertemanan yang cukup besar, kadang buat aku minder dan *drained energy* banget, aku juga gak bisa mengekspresikan diri aku dengan mengeluarkan apa yang aku pikirin dan aku rasain, aku meluapkan emosi aku dengan nangis. " (RA, 16).

Dua partisipan tersebut merasa tidak percaya diri untuk beradaptasi dan mengekspresikan diri, lain halnya dengan dua partisipan yang lain:

"untuk kesulitan pasti ada, karena beradaptasi membutuhkan waktu, tapi untuk sejauh ini saya tidak begitu merasakan kesulitan dengan lingkungan sosial yang baru. sebisa mungkin saya menyesuaikan diri saya secepatnya dengan lingkungan sosial yang baru." (SNF, 16). "Cukup sulit, namun jika pada lingkungan baru terdapat teman atau kenalan saya, saya bisa cepat beradaptasi karena terdapat penghubung antara teman saya dengan teman baru." (AF, 18)

Faktor Internal perilaku krisis identitas

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan para partisipan yang sudah menyampaikan informasi, maka peneliti dapat menemukan faktor internal yang menjadi penyebab munculnya perilaku krisis identitas dalam diri remaja. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri remaja yang mempengaruhi pembentukkan konsep diri (Novarianing Asri et al., 2020). Faktor internal ini dapat berupa lemahnya mental dan kepribadian remaja, serta cara berfikir remaja yang keliru, uraiannya adalah sebagai berikut:

1. Lemahnya mental dan kepribadian

Mental dan kepribadian yang lemah dari dalam diri remaja menyebabkan remaja memiliki tingkat rasa percaya diri yang rendah (Eka et al., 2023), sehingga remaja rentan terkena krisis identitas sebab ketidakmampuan memercayai potensi diri sendiri. Hal ini dibuktikan dengan para partisipan yang membandingkan diri partisipan itu sendiri dengan orang lain, sehingga membuat partisipan merasa minder dan *overthinking* atau berpikir belebih atas pemikirannya sendiri. Lemahnya mental dan kepribadian juga menjadi alasan remaja mengalami ketidakstabilan dalam pengendalian emosi (Rinna Yuanita Kasenda et al., 2023), remaja sulit mengendalikan diri sebab emosi yang berubah-ubah tanpa alasan yang jelas. Remaja juga sulit untuk menetapkan keputusan sebab pengendalian emosi yang tidak baik, sehingga menyebabkan remaja menjadi ragu-ragu dan bimbang dalam pengambilan keputusan. Hal ini sesuai dengan kesaksian partisipan bahwa para partisipan merasa sulit dalam mengambil keputusan dan sulit untuk mengendalikan emosi diri sendiri.

2. Cara berfikir yang keliru

Cara berfikir yang keliru dapat berdampak pada pembentukkan konsep diri remaja (Novarianing Asri et al., 2020). Pemikiran yang keliru menyebabkan remaja terombang-ambing dalam keraguan pemenuhan keinginan untuk membuat keputusan diri sendiri, seperti menetapkan tujuan hidup yang pasti. Sehingga remaja meragukan kemampuan diri sendiri sebab cara berfikir yang negatif. (Eka et al., 2023) mengemukakan bahwa pemikiran negatif dapat berpengaruh dalam cara bertindak oleh remaja. Hal ini sesuai dengan pernyataan partisipan yang mengemukakan bahwa mereka selalu membandingkan diri sendiri dengan orang lain, lalu menyebabkan partisipan meragukan kemampuan diri sendiri. Cara berfikir yang keliru inilah yang menyebabkan munculnya krisis identitas dalam diri remaja yang hendak membangun konsep diri.

Faktor Eksternal perilaku krisis identitas

Selain faktor dari dalam diri, faktor dari luar diri juga menjadi penyebab munculnya perilaku krisis identitas dari dalam diri remaja. Faktor eksternal perilaku krisis identitas adalah segala penyebab yang datang dari luar diri remaja yang menyebabkan remaja tersebut kesulitan untuk membentuk konsep diri sesuai dengan keinginannya sendiri dikarenakan adanya paksaan tertentu (Akilah Mahmud, 2024). Faktor eksternal ini dapat berupa kekangan atau paksaan dari orang tua untuk memenuhi keinginan orang tua bagi anaknya yang mengenyam pendidikan (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021). Selain itu, lingkup pertemanan juga menjadi faktor penyebab bagi remaja sulit menetapkan konsep dirinya sendiri (Laksmi Ananda Dewi & Luh Made Karisma Sukmayati Suarya, 2023). Adapun uraian faktor eksternal perilaku krisis identitas adalah sebagai berikut:

1. Kekangan dari orang tua

Orang tua yang mengasuh remaja dengan cara mengekang akan menyebabkan remaja merasa menjadi pribadi yang terkekang dan sulit untuk mengeksplorasi dunia luar (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021). Pola asuh yang otoriter, memaksa remaja memenuhi keinginan orang tua dalam melanjutkan kehidupan remaja, menyebabkan remaja sulit menemukan identitas diri yang sebenarnya (Miftahul Jannah & Yohana Wuri Satwika, 2021). Selanjutnya, kekangan dari orang tua akan menyebabkan munculnya kesulitan dari diri remaja menemukan *passion* yang ia senangi dan ia minati. Remaja turut kesulitan dalam menetapkan tujuan jangka panjang beserta keputusan, jika orang tua selalu bersikap memerintah dan memaksa. Perihal ini sesuai dengan pernyataan para partisipan ketika peneliti mewawancara, yakni para partisipan merasa kesulitan untuk mengambil keputusan sebab tidak diizinkan orang tua untuk mengutarakan pendapat sendiri, orang tua yang memaksa kehendak sendiri, sehingga para partisipan merasa bergantung pada orang tua, dan tidak mengikuti keinginan sendiri. Kekangan dari orang tua, menjadi penyebab munculnya perilaku krisis identitas dalam diri remaja, sebab tidak memiliki ruang untuk mengeksplorasi dan membentuk konsep diri sendiri.

2. Lingkungan pertemanan

Selain kekangan dari orang tua, lingkungan pertemanan turut menjadi penyebab remaja sulit menetapkan konsep diri. Menurut (Eka et al., 2023) kepercayaan diri yang rendah akan memicu sulitnya pembentukan konsep diri. Lingkungan pertemanan yang memaksa remaja untuk bersikap diluar dari keinginan diri sendiri menjadi penyebab bagi remaja kesulitan untuk berekspresi sesuai diri sendiri (Azhar et al., 2021). Paksaan secara tidak langsung membuat remaja mengikuti arah pertemanan di lingkungan di sekitar remaja tanpa mempertimbangkan lebih matang. Remaja dapat terbawa dalam lingkungan yang negatif, jika tidak mempertimbangkan kondisi pertemanan dengan matang (Azhar1 et al., 2021). Pernyataan ini berkaitan dengan kesaksian partisipan yang sulit mengekspresikan diri ketika berada dalam lingkungan pertemanan, dikarenakan tuntutan pertemanan yang secara tidak langsung memaksan partisipan untuk bersikap sesuai lingkungan pertemanan tersebut. Lingkungan pertemanan yang memaksa ini juga dapat menjadi faktor munculnya ketidakstabilan emosi dalam diri remaja (Azhar1 et al., 2021b). Partisipan juga memberi kesaksian bahwa emosinya mudah berubah dan tidak stabil ketika berada dalam lingkungan pertemanan. Hal ini menjadi bukti bahwa, lingkungan pertemanan turut menjadi penyebab remaja dalam membentuk konsep diri.

SIMPULAN

Perilaku krisis identitas di kalangan remaja adalah kondisi tingkah laku remaja yang penuh keimbangan, kebingungan, dan keraguan dalam menentukan tujuan hidup jangka panjang yang memengaruhi kestabilan emosi remaja, termasuk dalam mengambil keputusan, dan membentuk konsep diri yang sesuai dengan keinginan.

Perilaku krisis identitas di kalangan remaja ini disebabkan oleh faktor internal berupa lemahnya kepribadian diri dan mental, serta cara berpikir yang salah. Selain itu, perilaku krisis identitas di kalangan remaja juga disebabkan oleh faktor eksternal berupa kekangan dari orang tua dan lingkungan pertemanan, sehingga remaja sulit membentuk konsep dirinya.

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan sebanyak empat partisipan remaja dengan inisial RFFU, RA, SNF, dan AF sebagai rujukan penulisan penelitian. Hasil menunjukkan bahwa empat partisipan mengalami krisis identitas yang difaktorkan dari dalam diri dan luar diri. Partisipan RFFU mengalami

krisis identitas yang berkaitan dengan pemilihan keputusan atas diri sendiri, disebabkan kekangan dari orang tua dan sulit mengekspresikan diri sendiri disebabkan oleh lingkungan pertemanan. Partisipan RA mengalami krisis identitas yang berkaitan dengan pemilihan pendidikan lanjutan disebabkan keputusan melanjutkan pendidikan berada pada orang tua. Partisipan SNF mengalami krisis identitas berkaitan dengan kemampuan diri yang belum ditemukan, disebabkan selalu diatur oleh orang tua dan sulit untuk mengemukakan pendapat. Partisipan AF mengalami krisis identitas yang berkaitan dengan kebimbangan menentukan tujuan hidup sebab harapan orang tua dan lingkungan pertemanan yang tidak sesuai dengan kemampuan diri. Hasil ini menunjukkan kesesuaian antara penelitian terdahulu mengenai faktor yang memungkinkan remaja mengalami krisis identitas.

Meskipun perilaku krisis identitas adalah hal yang wajar menurut ahli, karena berada pada tahap *Identity vs Identify Confusion* yang berarti pada masa ini remaja memerlukan eksplorasi yang luas untuk membentuk identitas diri sendiri yang akan diawali dengan penuh kebimbangan dan kebingungan. Fase ini, remaja membutuhkan dukungan dan arahan yang positif dan tidak mengekang dari orang tua dan lingkungan pertemanan remaja.

SARAN

Perihal yang dapat disarankan dari penelitian ini adalah untuk penelitian selanjutnya dapat memerinci dengan lebih jelas dan detail mengenai faktor yang menyebabkan munculnya perilaku krisis identitas di kalangan remaja, beserta upaya pencegahan kepada remaja untuk mencegah hadirnya perilaku krisis identitas yang dapat mengganggu keberlangsungan hidup remaja. Sehingga, remaja dapat membentuk konsep diri dengan lebih baik lagi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak penerbitan jurnal Pengabdian Masyarakat: Community Development yang sudah menerima artikel penelitian ini, kepada pihak Universita Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, kepada Program studi Bimbingan dan Konseling, sekaligus kepada para partisipan yang sudah berkontribusi dalam penyusunan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Fatah Nasution. (2023). *Metode Penelitian Kualitatif* (1st ed.). CV Harfa Creative.
- Adriatik Ivanti. (2011). *Modul Psikologi Perkembangan*.
- Akilah Mahmud. (2024). KRISIS IDENTITAS DI KALANGAN GENERASI Z DALAM PERSPEKTIF PATOLOGI SOSIAL PADA ERA MEDIA SOSIAL. *Jurnal Ushuluddin*, 26.
- Amri Marzali. (2016). Menulis Kajian Literatur. *ETNOSIA*, 1(02), 27–36.
- Azhar¹, J. K., Amanda, S., Hikmah², D., Abimayu³, R., & Santoso⁴, M. B. (2021a). PEMBENTUKAN IDENTITAS DIRI REMAJA PECANDU HISAP LEM. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 449–460.
- Azhar¹, J. K., Amanda, S., Hikmah², D., Abimayu³, R., & Santoso⁴, M. B. (2021b). PEMBENTUKAN IDENTITAS DIRI REMAJA PECANDU HISAP LEM. 2(3), 449–460.
- Eka, V., Suwandi, P., Santi, D. E., Ananta, A., Psikologi, F., & Suwandi, E. P. (2023). Self-confidence pada remaja: Adakah peran fear of negative evaluation? *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(2), 366–374.
- Eka Wisanti, Vella Yovinna T., & Reka Apriliani. (2024). Gambaran Identitas Diri Dan Kecemasan Sosial Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*, No. 2, 72–87.
- Ermis Suryana, Amrina Ika Hasdikurniati, Ayu Alawiya Harmayanti, & Kasinyo Harto. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education (JIME)*, 3, 1916–1928.
- Hidayah, N. (2016). KRISIS IDENTITAS DIRI PADA REMAJA “IDENTITY CRISIS OF ADOLESCENCES.” *Sulasena*, 10(1), 49–62.
- Khamim, R., & Putro, Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25–32.
- Laksmi Ananda Dewi, & Luh Made Karisma Sukmayati Suarya. (2023). Jurnal Pengaruh Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Pengambilan Keputusan karir. *Jurnal Knowledge : Jurnal Inovasi Hasil Penelitian Dan Pengembangan*, 3, 354–364.

- Maria Marisa Djami. (2024). *PENCARIAN IDENTITAS DIRI DAN PERTUMBUHAN IMAN REMAJA (Terbentuknya Identitas Diri Melalui Proses Sosialisasi Dan Pengaruhnya Terhadap Pertumbuhan Iman)*. <http://fourseasonnews.blogspot.com/2012/05/pengertian-identitas-diri-self-identity.html>
- Maulida, A., Wibowo, H., & Rusyidi, B. (2023). RANCANG BANGUN MODEL PENGEMBANGAN KEGIATAN PENDAMPINGAN SOSIAL PADA REMAJA GENERASI Z DALAM MENGATASI KRISIS IDENTITAS. *Social Work Journal*, 13, 92–101. <https://doi.org/10.45814/share.v13i1.46633>
- Mekeama, L., Oktarina, Y., & Yuliana, N. (2022). UPAYA PENCAPAIAN TUGAS PERKEMBANGAN REMAJA MELALUI TERAPI KELOMPOK TERAPEUTIK (TKT). *MEDIC*, 5(2), 412–417.
- Miftahul Jannah, & Yohana Wuri Satwika. (2021). PENGALAMAN KRISIS IDENTITAS PADA REMAJA YANG MENDAPATKAN KEKERASAN DARI ORANGTUANYA Miftahul Jannah Yohana Wuri Satwika. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8, 51–59.
- Novarianing Asri, D., Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun, P., & Madiun, K. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terbentuknya Konsep Diri Remaja (Studi Kualitatif pada Siswa SMPN 6 Kota Madiun). *Jurnal Konseling Gusjigang*, 6(1), 1–11. <https://doi.org/10.24176/jkg.v6i1.4091>
- Rinna Yuanita Kasenda, Kencana Khusnul Chotimah, Meily Christilla Marinda Timban, Blessing Putri Wurangian, & Aprillia Ceceilia Christannia Salindeho. (2023). DAMPAK KETIDAKSTABILAN EMOSI TERHADAP PENGAMBILAN KEPUTUSAN SEORANG REMAJA TERPIDANA KASUS PEMBUNUHAN DI KOTA BITUNG. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 6(4), 4512–4515. <https://doi.org/10.37758/jat.v6i1.632>