

KRISIS IDENTITAS DIRI PADA REMAJA “IDENTITY CRISIS OF ADOLESCENCES”

*Nur Hidayah, Huriati**

Abstrak

Identitas diri merupakan suatu penyadaran yang dipertajam tentang diri sendiri, yang dipakai seseorang untuk menjelaskan siapakah dirinya, yang meliputi karakteristik diri, memutuskan hal-hal yang penting dan patut dikerjakan untuk masa depannya serta standar tindakan dalam mengevaluasi perilaku dirinya ke semua hal tersebut terintegrasi dalam diri sehingga seseorang merasa sebagai pribadi yang unik dan berbeda dari orang lain dalam interaksi dengan lingkungan sosialnya.

Pada masa remaja, pembentukan identitas diri akan cenderung lebih terlihat. Remaja akan mempertanyakan siapa dirinya karena kebingungan menghadapi perubahan fisik, anatomik, psikologis, dan sosial yang dipertimbangkan dari nilai-nilai maupun kebudayaan yang berlaku dalam masyarakat. Masalah pokok yang dihadapi oleh seorang anak saat memasuki masa remaja adalah pencarian bentuk identitas diri. Identitas diri adalah gambaran bagaimana profil diri, harga diri, kepastian posisi maupun kedudukan sosial anak-remaja dalam lingkungan pergaulan dimana ia berada.

Remaja mengalami krisis identitas karena memiliki masalah dengan kemampuannya mengendalikan emosi, bermasalah menempatkan diri dengan teman sebayanya, bermasalah dengan penampilan dirinya, tidak mendapat figur yang tepat untuk mencapai identitas diri yang baik. Saat remaja mengalami krisis identitas, perilaku yang dicerminkan dapat mengacu pada tindakan-tindakan destruktif.

Keywords:

Remaja, Identitas, Figur, Sosial

I. Latar Belakang

Siapakah anda? Seperti apakah anda? Seorang remaja seperti apakah anda?

Dengan menjadi ‘siapa’ atau ‘seperti apa’-kah anda akan bahagia? Apakah anda bahagia dengan apa yang anda lihat dari diri anda saat ini?

Saat ini begitu banyak saudara kita yang mengalami krisis jati diri atau biasa disebut dengan krisis identitas diri. Mereka tidak tahu harus bersikap, berprinsip, berharap dan berbuat apa ditengah kehidupan yang penuh dengan pilihan pola pikir yang menawarkan ‘kebenaran’ mereka masing-masing. Proses pencarian identitas diri dapat pula disebut sebagai krisis identitas. Menurut Erikson, krisis identitas adalah tahap untuk membuat keputusan terhadap permasalahan-permasalahan penting yang berkaitan dengan pertanyaan tentang identitas dirinya. Krisis identitas yang dialami

oleh remaja ada yang berjalan dengan baik, namun ada juga yang berjalan kurang baik.

Dalam pembentukan identitas diri, ada remaja yang melewati fase tersebut dengan cepat, dan ada pula yang lambat, bahkan ada kemungkinan mengalami kegagalan. Maka, bukanlah hal yang tabuh jika terdapat remaja yang menyalahi norma dan adapula yang berperilaku baik dalam masyarakat.

Jika dilihat dari status pembentukan identitas, remaja yang menyalahi norma kemungkinan besar berada dalam *diffussion status* atau suatu keadaan dimana remaja kehilangan arah, tidak melakukan eksplorasi, dan tidak memiliki komitmen terhadap peran-peran tertentu, sehingga tidak dapat menentukan identitas dirinya. Mereka akan mudah menghindari masalah dan cenderung mencari jalan keluar (pemuasan) dengan segera. *Diffussion status* sering dialami oleh remaja yang ditolak dan tidak mendapatkan perhatian dengan sepenuhnya. Mereka cenderung untuk melakukan hal-hal yang tidak diterima atau tidak disukai oleh masyarakat, seperti mabuk-mabukan, kekerasan dan penyalahgunaan obat sebagai cara untuk menghindari tanggung jawab. Hal ini juga dapat disebabkan oleh berbagai faktor, misalnya faktor keluarga, teman, masyarakat, maupun media massa yang kurang mendukung proses penemuan identitas diri seorang remaja dengan baik dan benar sehingga ia tidak menempuh cara yang tidak baik untuk melalui fase pencarian jati diri tersebut.

II. Tujuan Penulisan

Penulisan dan penyusunan jurnal ini bertujuan untuk mengetahui definisi atau pengertian secara menyeluruh mengenai identitas diri, remaja, dan krisis identitas pada remaja itu sendiri. Jurnal ini juga bertujuan untuk memberi pengetahuan kepada pembacanya mengenai bahayanya krisis identitas yang dialami oleh remaja yang ditempuh dengan tindakan-tindakan destruktif dan tidak hanya membahayakan dirinya sendiri, namun juga orang-orang sekitarnya pada saat pembentukan identitas diri remaja itu sendiri disertai dengan alasan-alasan atau hal-hal yang menyebabkan remaja mengalami krisis identitas diri.

III. Tinjauan Pustaka

1. Definisi

"Identity Crisis" is a word coined by Erik Erikson in his "Theory of Personality". The word identity stands for "ego identity". In simple words, the adolescents have to search a rational answer to questions like Who am I? and What I am going to be? in context of a variety of alternative and confusing choices before them. The word crisis does not connote catastrophe or a threat, but it means a turning point in the life of an individuals.

Menurut Erikson (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 diikrarkan dengan bebas meskipun terdapat kontradiksi-kontradiksi yang tidak diinginkan diantara sistem-sistem nilai.

Identitas diri adalah kesadaran tentang diri sendiri yang dapat diperoleh individu dari observasi dan penilaian terhadap dirinya, menyadari individu bahwa dirinya berbeda dengan orang lain. Identitas diri merupakan sintesis dari semua aspek konsep diri sebagai suatu kesatuan yang utuh, tidak dipengaruhi oleh pencapaian tujuan, atribut/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.

“Adolenscence is a developmental transition between childhood and adulthood entailing major physical, cognitive, and psychosocial changes.” “Masa remaja ialah masa perkembangan peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang melibatkan fisik yang besar, kognitif, dan perubahan psikososial.” Masa remaja adalah waktu dimana berbagai kesempatan sekaligus resiko datang.

“Adolescence is a transitional period between childhood and adulthood, a coming of age. Adolescence began to emerge as a distinct stage of development between childhood and adulthood when the demands of an increasingly complex society required a longer period of education and delayed entry into the labor force.”

Jadi, krisis identitas diri 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 di masa yang akan datang. *“the personality characteristics man accumulates in each stage is later called vital virtues in identity: Youth and crisis though today they are shortly called virtues.”* “Karakteristik kepribadian manusia terakumulasi dalam setiap tahap kemudian disebut kebajikan penting dalam identitas: Pemuda dan Krisis meskipun saat ini mereka tak lama disebut kebajikan.”

2. Pembentukan Identitas

Identitas berkembang sejak masa kanak-kanak bersamaan dengan perkembangan konsep diri. Dalam identitas diri ada otonomi yaitu mengerti dan percaya diri, peduli terhadap diri, mampu menguasai diri, mengatur dan menerima diri.

Proses pencarian identitas diri ini disebut sebagai krisis identitas. Krisis identitas adalah tahap untuk membuat keputusan terhadap permasalahan-permasalahan penting yang berkaitan dengan pertanyaan mengenai identitas dirinya.

“the adolescence process is conclusively complete only when the individual has subordinated his childhood identifications to a new kind of identification, achieved in absorbing sociability and in competitive apprenticeship with and among his age mates. These new identifications are no longer characterized by the playfulness of childhood and the experimental zest of youth: with dire urgency they force the young individual choices and decisions which will, with increasing immediacy, lead to commitments for life.” “Proses masa remaja ini meyakinkan melengkapi hanya ketika individu telah subordinasi identifikasi masa kecilnya untuk jenis baru identifikasi, dicapai dalam menyerap keramahan dan magang kompetitif dengan dan di

antara teman-teman seusianya. Identifikasi baru ini tidak lagi ditandai dengan kegenapan bermain masa kanak-kanak dan semangat eksperimental pemuda: dengan urgensi yang mengerikan mereka memaksa pilihan individu muda dan keputusan yang akan, dengan kedekatan meningkat, menyebabkan komitmen untuk hidup "

"Adoloscents are neither children nor adults. They are in transitional phase when size and shape of the body changes fast. They feel grown up, but parents and seniors refuse to accept it. All of a sudden adoloscents get a feeling that the parents are asking probing questions. Parents restrict them to mix them with children of opposite sex. Their movements and activities are questioned. Their talks, mannerisms are criticized, their parents praise their obedience and docility, the peers ridicule them for being shy and conservative for the same pattern of behaviour. The teachers and others may be having still different opinions. Thus they get confused over their own behaviour."

Salah satu tugas perkembangan sosial yang penting adalah pembentukan identitas. Pembentukan identitas bukan merupakan hal yang mudah. Pembentukan ini dapat terjadi melalui perdebatan atau konflik berupa berbagai pertanyaan yang harus dijawab satu persatu. Alqur'an menggambarkan konflik dalam kehidupan manusia sebagai berikut:

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ﴿٧﴾ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ﴿٨﴾ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ﴿٩﴾ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ﴿١٠﴾



Terjemahnya:

"...dan jiwa serta penyempurnaan (ciptaan)-Nya, maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakawaannya. Sesungguhnya beruntunglah orang yang menyucikan jiwa itu dan merugilah orang yang mengotorinya. (QS Al-Syams[91]:7-10)"

وَهَدَيْنَاهُ النَّجْدَيْنِ ﴿١١﴾ فَلَا أَفْتَحَمَ الْعَقَبَةَ ﴿١٢﴾

Terjemahnya:

"Dan kami telah menunjukkan kepadanya dua jalan. Tetapi dia tidak menempuh jalan yang mendaki lagi sukar. (QS Al-Balad[90]:10-11)

Pembentukan identitas tidaklah mudah, namun hal ini sangat penting. Pembentukan identitas diri secara kolektif dapat menjadi identitas sosial yang membentuk dinamika masyarakat tersebut.

James Marcia (1980) melakukan wawancara terstruktur yang membuat peneliti dapat mengklasifikasikan individu ke dalam empat status identitas, yaitu kekaburan identitas (*identity diffusion*), pinjaman (*foreclosure*), penangguhan (*moratorium*), dan pencapaian identitas (*identity achievement*).

Perjalanan Nabi Ibrahim a.s dalam penyebaran Islam merupakan contoh bagaimana seseorang mencari identitas dirinya berkaitan dengan kepercayaan ke-Tuhanan yang dimilikinya. Dalam perjalanannya Nabi Ibrahim a.s banyak menemui

orang-orang yang tidak memiliki kepercayaan terhadap Tuhan, atau memiliki kekaburan identitas (*identity diffusion*) terhadap kepercayaan ke-Tuhanan, terlihat dari perdebatan yang dilakukannya terhadap rang-orang tersebut. Kaum tersebut tidak dapat berdebat tentang konsep ke-Tuhanan dengann Nabi Ibrahim a.s dalam Alqur'an dinyatakan:

أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ حَاجَّ إِبرَاهِيمَ فِي رَبِّهٖ أَنْ ءَاتَهُ اللهُ الْمَلَكَ إِذْ قَالَ إِبرَاهِيمُ رَبِّيَ الَّذِي يُحْيِي وَيُمِيتُ قَالَ أَنَا أُحْيِي وَأُمِيتُ قَالَ إِبرَاهِيمُ فَإِنَّ اللهَ يَأْتِي بِالشَّمْسِ مِنَ الْمَشْرِقِ فَأْتِ بِهَا مِنَ الْمَغْرِبِ فَبُهِتَ الَّذِي كَفَرَ وَاللَّهُ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الظَّالِمِينَ ﴿٢٥٨﴾

Terjemahnya:

Apakah kamu tidak memerhatikan orang yang mendebat Ibrahim tentang Tuhannya, karena Allah telah memberikan kepada orang itu pemerintahan. Ketika Ibrahim mengatakan: “Tuhanku ialah yang menghidupkan dan mematikan.” Orang itu berkata: “saya dapat menghidupkan dan mematikan,” Ibrahim berkata: “Sesungguhnya Allah menerbitkan matahari dari timur, maka terbitkanlah ia dari barat.” Lalu heran dan terdiamlah orang kafir itu; dan Allah tidak memberi petunjuk kepada orang-orang yang zalim. (QS Al-Baqarah [2]:258)

Pihak lain yang ia ajak berdebat tentang kepercayaan ke-Tuhanan juga ada yang hanya memiliki identitas pinjaman (*foreclosure*), yang meniru apa yang dikatakan atau diperbuat orang lain, tanpa meninjaunya secara kritis. Dalam Alquran digambarkan ayah dan kaum Nabi Ibrahim a.s. memiliki hal tersebut:

إِذْ قَالَ لِأَبِيهِ وَقَوْمِهِ مَا هَذِهِ التَّمَاثِيلُ الَّتِي أَنْتُمْ لَهَا عَٰكِفُونَ ﴿٥٢﴾ قَالُوا وَجَدْنَا ءَابَاءَنَا لَهَا عَٰكِفِينَ ﴿٥٣﴾

Terjemahnya:

Ingatlah ketika Ibrahim berkata kepada bapaknya dan kaumnya: “patung-patung apakah ini yang kamu tekuni beribadat kepadanya?” mereka menjawab: “Kami mendapati bapak- bapak kami menyembahnya.” (QS Al-Anbiya[21]: 52-53)

Nabi Ibrahim pun sebelum memilliki keyakinan penuh terhadap Tuhannya, mengalami perjalanan perdebatan yang panjang berupa penangguhan identitas (*moratorium*). Ia berdebat dengan ayahnya dan berbagai pihak tentang konsep ke-Tuhanan.

وَإِذْ قَالَ إِبرَاهِيمُ لِأَبِيهِ ءَأَزَرَ أَنْتَّخِذُ أَصْنَامًا ءِإِلَٰهَةً ۗ إِنِّي أُرَنكَ وَقَوْمَكَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ ﴿٧٤﴾ وَكَذَٰلِكَ نُرِي إِبرَاهِيمَ مَلَكُوتَ السَّمٰوٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَلِيَكُونَ مِنَ الْمُوَقِنِينَ ﴿٧٥﴾ فَلَمَّا جَنَّ عَلَيْهِ ٱلَّيْلُ رَأَىٰ كَوْكَبًا قَالَ هَٰذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَا أُحِبُّ ٱلْأَفْلِينَ ﴿٧٦﴾ فَلَمَّا رَأَىٰ ٱلْقَمَرَ بَازِعًا قَالَ

هَذَا رَبِّي فَلَمَّا أَفَلَ قَالَ لَئِن لَّمْ يَهْدِنِي رَبِّي لَأَكُونَنَّ مِنَ الْقَوْمِ الضَّالِّينَ ﴿٧٧﴾ فَلَمَّا رَأَى الشَّمْسَ
بَازِغَةً قَالَ هَذَا رَبِّي هَذَا أَكْبَرُ فَلَمَّا أَفَلَتْ قَالَ يَنْفُومِرِ إِنِّي بَرِيءٌ مِّمَّا تُشْرِكُونَ ﴿٧٨﴾

Terjemahnya:

Dan ingatlah waktu Ibrahim berkata kepada bapaknya Azar: “Pantaskah kamu menjadikan berhala-berhala sebagai tuhan-tuhan? Sesungguhnya aku melihat kamu dan kaummu berada dalam kesesatan yang nyata.” Dan demikianlah Kami perlihatkan kepada Ibrahim tanda-tanda keagungan di langit dan di bumi, dan agar Ibrahim tanda-tanda keagungan di langit dan di bumi, dan agar Ibrahim itu termasuk orang-orang yang yakin. Ketika malam telah menjadi gelap, dia melihat sebuah bintang (lalu) dia berkata: “inilah Tuhanku”. Tetapi tatkala bintang itu tenggelam dia berkata: “saya tidak suka kepada yang tenggelam.” Kemudian tatkala dia melihat bulan terbit dia berkata: “Inilah Tuhanku.” Tetapi setelah bulan itu terbenam dia berkata: “Sesungguhnya jika Tuhanku tidak memberikan petunjuk kepadaku, pastilah aku termasuk orang-orang yang sesat.” Kemudian tatkala dia melihat matahari terbit, dia berkata: “Inilah Tuhanku, inilah yang lebih besar”, maka tatkala matahari itu terbenam, dia berkata: “Hai kaumku, sesungguhnya aku berlepas diri dari apa yang kamu persekutukan.” (QS Al-An’am[6]:74-78)

Setelah melewati konflik dan perdebatan yang panjang, Nabi Ibrahim a.s. meraih pencapaian identitas (*identity achievement*). Ia sangat yakin terhadap keyakinan ke-Tuhanannya yang monotheistik dan tetap yakin meskipun orang lain mendebatnya dengan berbagai cara. Dalam Alqur’an, Nabi Ibrahim a.s. berkata:

إِنِّي وَجَّهْتُ وَجْهِيَ لِلَّذِي فَطَرَ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ حَنِيفًا وَمَا أَنَا مِنَ الْمُشْرِكِينَ ﴿٧٦﴾
وَحَاجَّهُ قَوْمُهُ قَالَ أَتُحْجُونَنِي فِي اللَّهِ وَقَدْ هَدَانِي وَلَا أَخَافُ مَا تُشْرِكُونَ بِهِ إِلَّا أَن يُشَاءَ رَبِّي
شَيْئًا وَسِعَ رَبِّي كُلَّ شَيْءٍ عِلْمًا أَفَلَا تَتَذَكَّرُونَ ﴿٧٧﴾

Terjemahnya:

“Sesungguhnya aku menghadapkan diriku kepada Tuhan yang menciptakan langit dan bumi dengan cenderung kepada agama yang benar, dan aku bukanlah orang yang mempersekutukan Tuhan.” Dan dia dibantah oleh kaumnya, dia berkata: “Apakah kamu hendak membantahku tentang Allah, padahal sesungguhnya Allah telah memberi petunjuk kepadaku. Dan aku tidak takut kepada sembahhan-sembahhan yang kamu persukutukan dengan Allah, kecuali di kala Tuhanku menghendaki sesuatu itu. Pengetahuan Tuhanku meliputi segala sesuatu. Maka apakah kamu tidak dapat mengambil pelajaran (daripadanya)? (QS Al-An’am [6]:79-80)

Dari pernyataan ini terlihat Nabi Ibrahim a.s. telah memilih kepercayaan monotheistik sebagai identitas pribadinya.

Proses mencari dan membentuk identitas, meskipun sulit, namun tidak harus selalu berbentuk krisis seperti yang digambarkan oleh Erik Erikson (1963). Berbagai

pertanyaan yang timbul pada penangguhan identitas sampai ia mendapatkan pencapaian merupakan status psikologikal yang sehat. Krisis baru terjadi jika terdapat gejala yang berkepanjangan yang membuat seseorang tertahan pada status keaburan identitas. Hal ini sering disertai dengan penyesuaian diri yang buruk.

Erik Erikson melihat seluruh rentang hidup manusia dalam urutan konflik psikososial, di mana pembentukan identitas merupakan salah satu krisis yang terjadi pada saat remaja. Erikson lebih melihat bahwa perkembangan manusia yang terjadi tidak dapat dilepaskan dari stimulus sosial yang dialaminya. Stimulus sosial merupakan penggerak dinamik dalam kepribadian seseorang. Penekanan Erikson pada stimulus sosial ini membedakannya dari tokoh psikoanalisis lainnya. Selain krisis psikososial yang dialami, Erikson juga menggambarkan perkembangan radius hubungan sosial yang mendasari krisis tersebut, beserta elemen dan modalitas sosial dari masing-masing tugas perkembangan.

Erikson menerima perspektif teori Sigmund Freud tentang seksualitas infantil, tetapi menolak usaha Freud untuk menggambarkan keseluruhan kepribadian berdasarkan seksualitas. Erikson mendasari lima tahap pertama dari perkembangan psikososialnya dalam korelasi langsung dengan Freud, namun memasukkan lebih banyak faktor sosial yang berhubungan dengan perkembangan manusia. Erikson berpikir bahwa kepribadian terus berkembang setelah masa pubertas, dan menambahkan beberapa tahap antara masa pubertas sampai usia lanjut. Ia percaya bahwa anak berkembang secara sosial berdampak pada perkembangan kepribadian. Erikson mengatakan bahwa masing-masing tahapan harus dipenuhi sebelum individu dapat mencapai tahap selanjutnya.

Tahap perkembangan psikososial terdiri dari 8 tahap. Erikson menyebut tahap pertama dari teori psikososialnya sebagai *basic trust vs. Mistrust*. Pada tahun pertama kehidupannya, bayi belajar untuk memercayai atau tidak memercayai dunia sekitarnya, melalui hubungan maternal dengan ibunya. Jika kepercayaannya tidak terbentuk, ia akan mengalami kesulitan untuk bergerak menuju tahap kedua yang disebut *autonomy vs. Shame and doubt* (usia 2 tahun). Pada tahap ini, anak mencoba untuk mengembangkan kemandirian dan keadilan. Pada tahap ketiga yang disebut *initiative vs. guilt* (usia 3-5 tahun), anak mulai berinisiatif untuk melakukan aktivitas, melakukan kontrol dan membuat sesuatu terjadi. Mereka mencoba untuk mengembangkan ketergantungan pada orang lain. Tahap keempat ialah *industry vs. inferiority* (usia 6 tahun-pubertas). Pada tahap ini anak terlihat produktif dan memiliki rasa ingin tahu tentang dunia disekitar mereka. Belajar dan sekolah merupakan faktor yang penting dalam meraih tujuan utamanya. Jika tahap ini terputus, anak dapat merasa rendah diri dan ragu-ragu untuk menghadapi tugas di masa depan. Dalam tahap kelima, *identity vs. roleconfusion* (remaja), individu mulai memerhatikan penampilan mereka dan bagaimana orang lain melihat mereka. Ego merupakan hal penting pada periode ini. Individu mencoba mencari identitas diri, merasakan keunikan masing-masing, dan mencari bayangan masa depannya. Jika keinginan ini tercapai, remaja dapat mengalami kekacauan peran. *Intimacy vs. isolation* (dewasa awal) merupakan tahap selanjutnya, di mana seseorang mulai mengembangkan

komitmen kepada orang lain. Ia menginginkan kepercayaan dan berbagai dalam suatu hubungan. Jika tahap ini tidak berkembang, ia dapat merasakan terisolasi dan sendirian di dunia ini. Selama tahap ketujuh, *generativity vs. stagnation* (usia pertengahan) individu ingin memikul tanggung jawab bagi keluarga dan pekerjaannya. Mereka mulai merasakan kemandirian dan dapat memenuhi kebutuhan dirinya, mulai memiliki arah kehidupan bagi generasi berikutnya. Jika tahap ini tidak terpenuhi, perasaan kekosongan muncul, individu mulai menjadi terpusat pada diri sendiri dan tidak aktif secara sosial. Tahap terakhir adalah *integrity vs. despair* (usia tua). Individu mulai melakukan refleksi terhadap masa lalu, apa yang telah dicapai dan menemukan arti dari pencapaiannya tersebut. Mereka juga mulai mempersiapkan kematian yang terhormat dan penuh harga diri. Jika tahap ini berkembang positif, kematian akan dijemput dengan damai. Namun, jika tahap ini tidak berkembang, individu akan merasa kehidupan tidak berarti, tujuan tidak terpenuhi dan kematian adalah hal yang sangat menakutkan.

“disorientation is a mental state characterized by a loss of one’s bearings. Disoriented people may not know where they are or who they are with.” “

Perkembangan identitas dapat menjadi hal yang sangat rumit bagi anak-anak dari kelompok minoritas. Permasalahan terkait etnik dan konflik dengan budaya yang dominan dapat memainkan peran utama dalam pembentukan identitas mereka.

“Menuju kepribadian Muslim” : sebuah alternatif pilihan.

Dalam psikologi dikenal bermacam-macam pelatihan dan metode pelatihan dan metode pengembangan pribadi (personal growth). Pengembangan pribadi adalah usaha terencana untuk meningkatkan wawasan, pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang mencerminkan kedewasaan pribadi untuk meraih kondisi yang lebih baik lagi dalam mewujudkan citra diri yang diinginkan. Usaha ini dilandasi oleh kesadaran bahwa manusia sebagai *“the self determining being”* memiliki kemampuan untuk menentukan apa yang paling baik untuk dirinya dalam rangka mengubah nasibnya menjadi lebih baik. Prinsip ini sesuai dengan prinsip mengubah nasib yang terungkap dalam QS. Ar Ra’ad ayat 11 :

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِّنْ دُونِهِ مِنِّ وَالٍ ﴿١١﴾

Terjemahnya:

Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan suatu kaum sehingga mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri.

Faktor Etnik dalam Pembentukan Identitas

Bagaimana identitas remaja terpengaruh saat nilai-nilai dari komunitas ras atau etnik mereka berkonflik dengan nilai-nilai dari masyarakat yang lebih besar, misalnya saat Indian Amerika diharapkan berpartisipasi dalam acara suku pada saat mereka juga harus berada disekolah? Atau saat diskriminasi membatasi pilihan pekerjaan mereka,, seperti yang dialami oleh kakak Jackie Robinson yang bernama Mack, yang setelah kejayaan olimpiadanya, kembali ke rumah untuk melakukan serangkaian pekerjaan-

pekerjaan yang membosankan. Semua situasi ini dapat menyebabkan kekacauan identitas.

Untuk remaja dalam kelompok minoritas, rasa tau etnik dapat menjadi pusat dari pembentukan identitas (Kroger, 2003). Penelitian telah mengidentifikasi empat tahapan dari identitas etnik berdasarkan status dari identitas Marcia (Phinney, 1998).

Pengaruh Emosi dan Akhlak Terhadap Integritas Pribadi

Penyatuan antara unsur-unsur fitri dengan dorongan yang dipelajari disebut sebagai integritas pribadi. Unsur-unsur tersebut dibagi menjadi dua bagian, yaitu unsur yang mencakup bermacam-macam watak termasuk unsur fitri dan yang dipelajari. Demikian pula dengan sifat pengenalan yang tercakup di dalamnya unsur keturunan dan pelajaran. Terkadang emosi terdapat dalam sifat-sifat watak yang dipelajari dan kecerdasan adalah kemampuan pengenalan umum yang diwarisi.

Kepribadian dianggap kuat apabila unsur-unsurnya berhubungan secara kuat dan mengarah terhadap satu pencapaian tujuan atau tujuan pokok dalam hidup. Hubungan dan kesatuan unsur-unsur kepribadian dan kesatuan tujuan inilah yang disebut sebagai integritas pribadi.

“such a sense of identity is never gained nor maintained once and for all. Like a good conscience, it is constantly lost and regained, although more lasting and more economical methods of maintenance and restoration are evolved and fortified in late adolescence.” (Erikson 1956)

Selama masa remaja tugas emosional utama seseorang adalah perkembangan rasa diri, atau identitas. Banyak terjadi perubahan fisik, emosional, kognitif, dan sosial. Jika remaja tidak dapat memenuhi harapan dorongan diri pribadi dan sosial yang membantu mereka mendefinisikan tentang diri, maka remaja ini dapat mengalami kebingungan identitas. Seseorang dengan rasa identitas yang kuat akan terintegrasi bukan terbelah (Erikson, 1963)

3. Penyebab

Krisis identitas diri sering kali disebabkan karena :

➤ Merasa hidupnya selalu diatur

Seringkali kita merasa bahwa hidup kita ini selalu berada pada aturan-aturan yang dibuat oleh orang lain. Hal ini menimbulkan penolakan untuk mematuhi dengan alasan mencari jati diri. Kita beranggapan bahwa jati diri kita mengatakan ‘tidak’ pada semua aturan tersebut.

Padahal yang perlu kita lakukan adalah mencari nilai kebenaran dari aturan yang ada dan mengukur kembali kadar hak dan kewajiban kita dalam sistem kehidupan yang kita jalani.

➤ Mengejar penghargaan dari lingkungan

Lingkungan menawarkan serangkaian pola pikir yang sering hadir dalam kehidupan seseorang. Pola pikir lingkungan ini dapat mempengaruhi pola pikir seseorang saat jati diri seseorang itu menerima atau menolak pola pikir tersebut.

Jadi lebih tepatnya lagi, lingkungan memberikan sebuah pertanyaan pada jati diri seseorang untuk dijawab. Jika seseorang gagal menjawabnya dengan cara

yang terbaik, maka orang tersebut akan mengalami krisis identitas diri dan hanya mengejar pengakuan atas nilai-nilai dari orang lain yang belum tentu telah menemukan identitas dirinya sendiri.

- Memiliki pandangan yang sempit dan terbatas terhadap kehidupan
Hal ini adalah penyebab krisis yang tidak mudah untuk dihilangkan. Tidak jarang kita hanya menerima kehidupan dalam tiga golongan, yaitu hidup enak, tidak enak dan biasa-biasa saja. Walaupun penggolongan tersebut tidak sepenuhnya salah, akan tetapi tolak ukur yang digunakan sering kali menyesatkan, yaitu ‘harta’
Cara paling tepat untuk menemukan jati diri ialah dengan mencari kebenaran tanpa cacat, tidak hanya terlihat baik pada saat ini, tapi juga untuk selamanya. Dan kunci untuk menuntun kita pada jati diri adalah membiarkan hati nurani kita hidup dan jangan berhenti mempertanyakan kebermanfaatan hidup kita.

Saat remaja mengalami krisis identitas, mereka cenderung melakukan tindakan-tindakan destruktif, yang rentan dengan kenakalan remaja. Hal ini dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu

a. Faktor internal individu

- Lemahnya kepribadian
Kesulitan remaja mengembangkan kepribadian dapat menyebabkan hambatan dalam proses sosialisasi. Manifestasi lemahnya kepribadian ini menyebabkan timbulnya tingkat emosional yang labil pada remaja sehingga tingkat toleransi stres pun relatif rendah. Remaja pun memperlihatkan tanda-tanda kurang rasa percaya diri atau rendah diri, adanya kekecewaan, gangguan emosi dan kehendak serta cara berpikir yang keliru sehingga remaja mudah menyerah, kurang memiliki daya juang dan rendah ketekunannya dalam belajar mengatasi masalah.
- Dinamika relasi khas antara faktor psikis dan fisik yang kurang menguntungkan remaja.
Misalnya, badan terlalu gemuk atau kurus, wajah kurang oke, sikap tertutup, teman terbatas, prestasi belajar antara sedang ke kurang dan kurang berani menghadapi tantangan. Remaja tipe ini biasanya kurang percaya diri jika berhadapan dengan orang lain atau di depan publik.
- Kurang pengalaman karena faktor usia
Anak usia remaja masih kurang pengalaman, pengertian dan penalaran. Terutama masalah narkoba dan dampaknya pada kehidupan seseorang. Anak remaja mudah terpengaruh oleh pandangan-pandangan keliru lingkungan pergaulannya dan hal-hal yang baru dialaminya.
- Pengertian yang salah
Terkadang remaja kurang pengetahuan dan pengertian, terutama masalah narkoba, sehingga remaja mendapatkan informasi yang salah dari teman-teman sebayanya, namun tidak disadarinya. Pandangan-pandangan keliru yang berkembang di kalangan remaja pengguna narkoba, seperti:

- *Menggunakan narkoba tidak akan membahayakan*
- *Toh, semua teman juga pakai*
- *Pakai narkoba membuat tenang dan bahagia*
- *Pakai narkoba malah membuat rasa bangga diri meningkat, terlihat tampan, perkasa, hebat, cantik, dan sukses*

Karena itu, tak heran jika remaja mudah terjerumus dalam kekeliruan sehingga membahayakan diri sendiri.

➤ Kurang religius

Pendidikan agama remaja sangatlah minim sehingga pengenalan maupun pemahaman akan Allah sangat lemah. Remaja menjadi kurang mendalami ajaran agama karena itu tak heranlah jika pendalaman etika moral yang terkandung dalam ajaran agama sangat rendah sehingga remaja tidak memiliki kontrol diri.

b. Faktor eksternal atau lingkungan

➤ Ketidakharmonisan hubungan antara orang tua

Perlu disadari, bahwa konflik-konflik yang sering dipertunjukkan dalam keluarga dapat berpengaruh terhadap keharmonisan hubungan tidak hanya terhadap orang tua dan remaja. Apalagi bentuk-bentuk kekerasan, seperti pertengkaran, kata-kata kasar atau kekerasan fisik yang terjadi itu selalu ditampilkan di depan remaja tersebut dapat membuat remaja menjadi trauma dan memberi persepsi buruk tentang orang tuanya. Persepsi dan kesan buruk ini yang membuat remaja menjadi benci pada orang tuanya. Konflik-konflik yang terjadi dapat menimbulkan jarak atau jurang pemisah antara orang tua dengan anak. Dengan kata lain, akibat respek anak terhadap orang tua menjadi lemah, anak tidak menemukan ketenangan dan kehangatan dalam keluarga sehingga anak cenderung mencari kesenangan di luar rumah atau bersama teman-teman sebayanya.

➤ Orang tua terlalu menekan remaja

Pada umumnya, yang terjadi, orang tua dalam mengominkasikan segala sesuatu pada anaknya dengan pola menekan anak. Terkadang orang tua memaksakan kepatuhan pada anak. Seperti menyampaikan keinginan, memberi petunjuk, memberi nasihat, atau saran-saran dengan memaksakan kehendak. Anak dipaksa untuk mengubah, mengarahkan dan menyesuaikan perilakunya sesuai dengan keinginan orang tua. Dengan kata lain, orang tua menganggap serba tahu apa yang harus diperbuat atau dilakukan anak. Remaja dipandang sebagai robot orang tua yang hanya boleh menjalankan dan membentuk perilaku sesuai dengan yang digariskan orang tua. Ketika orang tua memaksakan keinginan atau kehendak dengan nada keras, menggurui, marah atau dengan kata-kata kasar, tentu yang muncul bukanlah kesadaran dan kepatuhan anak. Melainkan reaksi perlawanan remaja secara spontan atau tidak langsung. Reaksi perlawanan remaja ini muncul karena setiap manusia memiliki naluri untuk mempertahankan diri

(*defense mechanism/ gharizah baqa'*) dari bentuk intervensi atau tekanan dari luar dirinya tersebut.

- Perselisihan antarsaudara
Perselisihan antarsaudara dapat menimbulkan perilaku yang menyimpang. Seperti berkembangnya rasa iri hati satu sama lain, perbedaan pendapat, atau perbedaan perlakuan orang tua terhadap remaja yang satu berbeda dengan yang lainnya. Ketegangan-ketegangan hubungan persaudaraan ini, tentu membuat remaja merasa tidak nyaman dalam lingkungan keluarga sehingga remaja memiliki kecenderungan mencari ketenangan dan kesenangan di luar rumah, sebagai kompensasi dari perasaan tertekan atau kemarahan remaja.
 - Pengaruh pergaulan remaja yang buruk
Pengaruh pertemanan atau pergaulan yang buruk dapat mengakibatkan remaja memiliki kecenderungan mengadopsi perilaku menyimpang kelompok bermainnya. Karena, perasaan kebersamaan dalam kelompok bermain begitu mudah terbentuk sehingga ikatan dalam pergaulan begitu kuat dan demi kelompok remaja rela mengorbankan banyak waktunya secara produktif. Hal lain yang mendorong remaja di rumah mempunyai masalah dan merasa tertekan.
 - Ekses negatif dari keadaan sekolah
Banyak remaja memiliki perilaku negatif karena berbagai sebab, misalnya remaja tidak mampu menjalin hubungan dengan temannya dengan baik disekolah, merasa diremehkan, dilecehkan dan tidak diperhatikan.
 - Perceraian orangtua
Remaja yang mengalami situasi perceraian orang tua akan menunjukkan kesulitan penyesuaian diri dalam bentuk masalah perilaku, kesulitan belajar, atau penarikan diri dari lingkungan sosial. Semua bentuk kericuhan batin dan tingkah laku remaja yang merupakan pencerminan dari gaya hidup yang tipis dari suatu keluarga yang "sakit" secara sosial, yang didalamnya terdapat interaksi antara anggota yang kacau berantakan. (Cole, 2004; Kartono, 2006).
4. Ciri individu dengan identitas diri yang positif
- Mengenal diri sebagai organisme yang utuh terpisah dari orang lain
 - Mengakui jenis kelamin sendiri
 - Memandang berbagai aspek dalam dirinya sebagai suatu keselarasan
 - Menilai diri sendiri sesuai dengan penilaian masyarakat
 - Menyadari hubungan masa lalu, sekarang dan yang akan datang
 - Mempunyai tujuan yang bernilai yang dapat dicapai atau direalisasikan.

IV. Penutup

Kesimpulan

Krisis identitas diri 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 di masa yang akan datang. Saat remaja

mengalami krisis identitas, perilaku yang dicerminkan dapat mengacu pada tindakan-tindakan destruktif. Hal ini dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor internal atau individu dan faktor eksternal atau lingkungan.

Saran

1. Kepada subjek (remaja), penulis menyarankan agar para remaja mampu melalui pembentukan identitas dirinya dengan baik dan bijak, agar tidak terjerumus dalam pergaulan dan perilaku yang tidak sesuai dengan norma
2. Kepada orang tua, penulis menyarankan agar dapat menjaga hubungan yang hangat dan harmonis dengan anak-anaknya serta anggota keluarga lain, agar anak tidak merasa tertekan saat berada di rumah dan tidak mencari ketenangan di luar rumah. Serta membimbing dan membina anak terutama pada masa proses pembentukan identitas diri remaja.
Keluarga memiliki peran fundamental dalam menjaga bangsa-bangsa dari dekadensi dan kehancuran. Karena itu undang-undang juga harus disusun untuk mempermudah terbentuknya keluarga, memelihara kesuciannya, dan memperkuat hubungan kekeluargaan berdasarkan hak-hak dan etika islam. Dari segi psikologi, keluarga juga memiliki peranan penting dalam meredam emosi, mencegah depresi, dan memberi dampak-dampak psikis lain bagi seseorang. Dari sini terlihat kontribusi positif keluarga dalam menjaga kesehatan mental dan memberi ketahanan terhadap tekanan-tekanan jiwa dan depresi.
3. Kepada masyarakat, penulis menyarankan agar dapat membantu remaja yang sedang dalam proses pencarian jati dirinya atau pembentukan identitas diri dengan cara menciptakan lingkungan yang kondusif serta bebas dari perilaku-perilaku yang menyimpang dari norma-norma masyarakat.
4. Untuk peneliti selanjutnya, penulis menyarankan agar peneliti selanjutnya dengan keterbatasan yang dimiliki oleh penulis maka, diharapkan adanya penelitian lanjutan yang mengungkap lebih banyak mengenai krisis identitas pada remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alang, Sattu. 2001. *Kesehatan Mental dan Terapi Islam*. Makassar: CV. Berkah Utami
- Djumhana, Hanna. 2005. *Integrasi Psikologi dengan Islam*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Eastmond, Taylor, Yeh. 1998. *Nursing Assistant Fundamentals*. New York: Glencoe
- Hasan Aliah B. Purwakania, 2006. *Psikologi Perkembangan Islami*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Hendra, Surya. 2010. *Jadilah Pribadi yang Unggul*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Kadariusman, Dadang. 2008. *Krisis Identitas Diri Siapa Sih Loe?*. <http://www.oldNabble1Nabble.com>., update: 10 Maret 2012
- Kroger, Jane. 2004. *Identity in Adolescence*. New York: British Library Cataloging
- Mahfuzh, Jamaluddin. 2007 . *Psikologi Anak dan Remaja Muslim*. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar
- Papalia, Diane E, dkk. 2009. *Human Development “Perkembangan Manusia”*. Jakarta: Salemba Humanika
- Papalia, Olds, Feldman. 2004. *Human Development Ninth edition*. New York: The McGraw-Hill Companies
- Potter, Perry. 2005. *Fundamental of Nursing*. Jakarta. EGC
- Rosidi, Rustam. 2009. *Hubungan Antara Self Body Image dengan Pembentukan Identitas Diri*. <http://www.eprints3.com>., update: 9 Maret 2012
- Sanjeev. 2008. *Identity Crisis in Adolescents*.<http://www.indiastudychannel.com>., update: 7 Maret 2012
- Sayyid. 2011. *Kedudukan Keluarga dalam Islam*.<http://www.taqrib.info.com>., update: 10 Maret 2012
- Spencer A. Rathus. 2010. *Childhood and Adolescence*. New York: Wadsworth Cengage Learning
- Suliswati, Tjie anita Payapo, dkk. 2004. *Konsep Dasar Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Tarwoto, Wartonah. 2010. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika