



Peran Konseling Islam dalam Membantu Siswa Mengatasi Krisis Identitas Remaja di Sekolah

Haikal Hamdul Kamil

haikalhamdul@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Siti Masrifah

masrifahsiti740@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Suci Triana

sucitriana0322@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Hidayani Syam

hidayanisyam@uinbukittinggi.ac.id

Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Alamat: Jl. Gurun Aur, Kubang Putih, Bukittinggi

Korespondensi penulis: *haikalhamdul@gmail.com*

Abstrak. *A psychosocial phenomenon often experienced by adolescents, especially in the era of globalization influenced by technology and social media, is known as an identity crisis. In this phase, adolescents try to find their own identity and answer questions about their life goals, which often causes confusion, which has an impact on their psychosocial development. Islamic counseling plays an important role in helping adolescents overcome identity crises in a way that incorporates religious principles into their daily lives. This study was conducted to examine the role of Islamic counseling in helping adolescents overcome identity crises. The research method used was a qualitative approach with a library research design. This study analyzed various literature related to Islamic counseling, adolescent psychology, and the concept of identity crisis to identify how Islamic counseling can be applied as a solution for adolescents experiencing an identity crisis. The results of the study indicate that Islamic counseling can help individuals develop a strong self-identity based on the teachings of the Qur'an and Hadith, and help them live a life in harmony with Islamic values. It is hoped that this study can provide guidelines for teachers, counselors, and parents in providing support to adolescents facing an identity crisis.*

Keywords: *Identity crisis, Islamic counseling, adolescents, education, Qur'an, Hadith*

Abstrak. Fenomena psikososial yang sering dialami oleh remaja, terutama di era globalisasi yang dipengaruhi oleh teknologi dan media sosial, dikenal sebagai krisis identitas. Pada fase ini, remaja berusaha menemukan identitas mereka sendiri dan menjawab pertanyaan tentang tujuan hidup mereka, yang sering menyebabkan kebingungan, yang berdampak pada perkembangan psikososial mereka. Konseling Islam memainkan peran penting dalam membantu remaja mengatasi krisis identitas dengan cara yang memasukkan prinsip agama ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji peran konseling Islam dalam membantu remaja mengatasi krisis identitas. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi pustaka (library research). Penelitian ini menganalisis berbagai literatur terkait konseling Islam, psikologi remaja, dan konsep krisis identitas untuk mengidentifikasi bagaimana konseling Islam dapat diterapkan sebagai solusi bagi remaja yang mengalami krisis identitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling Islam dapat membantu individu mengembangkan identitas diri yang kokoh berdasarkan ajaran Al-Qur'an dan Hadis, serta membantu mereka menjalani kehidupan yang selaras dengan nilai-nilai Islam. Diharapkan, penelitian ini dapat memberikan pedoman bagi guru, konselor, dan orang tua dalam memberikan dukungan kepada remaja yang menghadapi krisis identitas.

Kata kunci: Krisis identitas, konseling Islam, remaja, pendidikan, Al-Qur'an, Hadis

PENDAHULUAN

Identitas diri adalah gabungan dari semua elemen gagasan diri sebagai satu entitas yang tidak terpengaruh oleh pencapaian tujuan, atribut, jabatan, atau peran. Identitas diri muncul sebagai hasil dari persepsi dan penolakan diri sendiri. Seorang ahli menyatakan bahwa krisis identitas adalah ketika seseorang lupa fungsi dirinya (Lestari et al., 2021).

Krisis identitas adalah konsekuensi atau konsekuensi dari seseorang yang paham tentang diri sendiri yang rusak yang terkikis oleh masukan dan saran yang tampaknya positif tetapi sebenarnya merugikan. Karena kehilangan identitas, seseorang kehilangan kemandirian dalam banyak aspek kehidupan karena bergantung pada orang lain untuk melakukan apa pun.

Krisis identitas tertentu terjadi dalam salah satu dari delapan tahapan krisis psikososial yang terjadi dalam kehidupan manusia pada periode remaja. Banyak remaja pada zaman sekarang mengalami krisis identitas terutama yang banyak disebabkan oleh pengaruh media sosial, dan kurangnya perhatian lebih dari orang-orang yang bisa menaungi mereka seperti orangtua dan guru (Hidayah & Huriati, 2016)

Menangani krisis identitas penting khususnya bagi guru bimbingan konseling. Dalam memenuhi kewajiban dan tanggung jawabnya seorang guru pemkuratif hendaknya harus bisa melakukan tujuan pendidikan Agar Tercapai secara keseluruhan, terutama untuk memenuhi kebutuhan dan tujuan perkembangan siswa, agar mereka dapat berkembang dan belajar dengan baik. Selain itu, guru pembimbing memiliki tanggung jawab untuk memberikan bimbingan kepada siswa mereka dalam hal pencegahan, pengamanan, dan koreksi (Muzaki & Saputra, 2019).

Menanggapi kasus krisis identitas siswa diatas, disinilah peran konsep konseling Islami sebagai metode untuk membantu siswa yang mengalami krisis identitas. Seperti yang telah dijelaskan, kemajuan ilmu merupakan sumber bahaya bagi siswa saat ini. Di satu sisi, pengetahuan dan teknologi, dan di sisi lain, kelemahan manusia sehingga mereka tidak menyadari kelemahan mereka sehingga mereka melupakan unsur kerohanian mereka. Saat ini, di era globalisasi. Penelitian ini dirancang untuk membantu pembaca, khususnya calon guru konseling, meningkatkan kemampuan mereka untuk menangani krisis identitas siswa dengan konseling Islam.

Disebutkan bahwa siswa berusia 11-17 tahun sedang menentukan jati dirinya. Proses mencari identitas diri dikenal sebagai krisis identitas. Erikson menyatakan bahwa krisis identitas adalah fase di mana individu membuat keputusan tentang masalah identitas yang signifikan. Remaja mulai menunjukkan kecenderungan untuk mencari identitas siapa dirinya sekarang dan di masa depan. Ada kasus di mana remaja mengalami kesulitan identitas, dan ada kasus di mana hal itu berakhir dengan baik. Banyak remaja berhasil melalui proses pencarian identitas, tetapi kadang-kadang ada beberapa remaja yang menghadapi kesulitan melewati proses tersebut.

Analisis situasi menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami krisis identitas karena kesulitan untuk mengidentifikasi siapa diri mereka sebenarnya. Karena itu, sangat penting bahwa remaja ini dibantu melalui pelaksanaan konseling realitas. Konseling realitas mengatakan bahwa manusia hidup dalam kesadaran, sehingga menekankan pada pilihan yang dapat dibuat seseorang untuk mengubah hidupnya. Konseling realitas juga menekankan bahwa setiap keputusan harus dipertanggungjawabkan. Konsep konseling realitas dianggap sesuai untuk mengatasi masalah identitas remaja (Padillah, 2020).

METODE PENELITIAN

Jurnal ini disusun menggunakan metode penelitian kualitatif berbasis studi kepustakaan (*library research*) yang merujuk pada hasil penelitian terdahulu. Berdasarkan pendapat Zed, studi

kepustakaan melibatkan serangkaian aktivitas seperti pengumpulan data dari sumber pustaka, membaca, mencatat, dan mengolah bahan yang relevan untuk penelitian. Dalam metode ini, sumber pustaka dimanfaatkan sepenuhnya untuk mengumpulkan data tanpa melakukan riset lapangan. Penelitian ini memanfaatkan berbagai sumber sekunder, termasuk buku, jurnal ilmiah, artikel, dan laporan penelitian yang relevan dengan isu bullying di sekolah (Mestika, 2014). Melalui pendekatan ini, penelitian bertujuan memperoleh wawasan mendalam mengenai Peran Konseling Islam dalam Membantu Siswa Mengatasi Krisis Identitas Remaja di Sekolah.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pengertian Krisis Identitas

Istilah *Identity Crisis* pertama kali diperkenalkan oleh Erik Erikson dalam *Theory of Personality*-nya. Istilah ini merujuk pada *ego identity*, yaitu proses pencarian jawaban rasional terhadap pertanyaan seperti "Siapa saya?" dan "Apa yang akan saya capai?" oleh remaja dalam menghadapi beragam pilihan yang seringkali membingungkan. Kata "*crisis*" di sini tidak berarti bencana atau ancaman, melainkan titik balik penting dalam kehidupan individu.

Menurut Erikson dalam teori psikososialnya, masa remaja adalah periode sulit di mana individu berusaha membangun dan menetapkan komitmen, yaitu kemampuan untuk menjaga loyalitas terhadap nilai-nilai yang dipilih meskipun menghadapi kontradiksi di antara sistem nilai yang ada.

Identitas diri didefinisikan sebagai kesadaran akan keberadaan individu yang diperoleh melalui pengamatan dan refleksi tentang diri sendiri. Pribadi dengan percaya diri yang kuat memahami bahwa seseorang itu memiliki keunik yang berbeda dari orang lain dan tidak ada yang benar-benar menyerupainya. Identitas diri adalah gabungan dari semua elemen konsep diri dalam kelompok yang independen dari pencapaian tujuan, peran, atau posisi tertentu. Rasa kemandirian seseorang berasal dari keyakinan mereka terhadap kapasitas dan kemampuan mereka sendiri.

Dalam penelitian Dewa, Sauntson dan Morrish menafsirkan identitas sosial, seperti lesbian dan gay, dikenal sebagai identitas seksual sendiri untuk menghindari stigma, malu, dan pengucilan sosial karena orientasi seksual mereka. Salah satu aspek diri yang paling sulit bagi setiap orang untuk dikomunikasikan, dipelajari, dan dievaluasi adalah identitas seksual mereka. Identitas seksual seseorang tidak dibawa dari lahir. Sebaliknya, banyak peristiwa yang memengaruhi pilihan mereka.

Masa remaja adalah tahap perkembangan yang terjadi antara masa kanak-kanak dan dewasa, biasanya terjadi dari umur sekitar 12 hingga 18 tahun, meskipun batasan usia ini dapat bervariasi. Sekarang orang mengalami banyak perubahan fisik, emosional, dan sosial yang luar biasa. Periode tersebut menjadi waktu penuh peluang sekaligus risiko. Remaja sering dianggap sebagai fase *coming of age*, di mana mereka menghadapi tuntutan masyarakat yang semakin kompleks, termasuk kebutuhan pendidikan yang lebih panjang dan keterlambatan masuk ke dunia kerja (Hidayah & Huriati, 2016). Selain itu, dijelaskan bahwa masa remaja adalah saat individu mencapai puncaknya dalam identitas mereka sendiri. Dari sini, identitas menjadi lebih kuat saat remaja mencoba mengatasi konflik psikososial dan kebingungan identitas mereka sendiri (Feist, 2017).

Dengan demikian, *identity crisis* adalah masa di mana remaja berada dalam proses mencari jati diri. Mereka berusaha memahami siapa mereka saat ini dan siapa yang mereka ingin menjadi di masa depan. Setiap tahap perkembangan kepribadian menghasilkan kebajikan atau nilai penting yang disebut *vital virtues*, yang menjadi fondasi dalam membangun identitas diri.

Pandangan Islam tentang Krisis Identitas

Semua aspek kehidupan manusia telah sangat dipengaruhi oleh globalisasi, termasuk identitas masyarakat Muslim, khususnya remaja. Dalam pandangan Islam, identitas bukan sekadar jati diri personal, tetapi juga mencerminkan keyakinan dan nilai-nilai yang dianut seseorang. Globalisasi, dengan kemudahan akses terhadap budaya dan informasi dari seluruh dunia, sering kali menjadi tantangan besar bagi remaja Muslim dalam mempertahankan identitas keislaman mereka.

Islam memandang krisis identitas sebagai persoalan yang muncul ketika seseorang kehilangan kejelasan atau keyakinan atas nilai-nilai dasar yang membentuk jati dirinya. Dalam konteks Remaja Muslim mengalami tekanan dari budaya yang mengontrol yang sering kali bertentangan dengan nilai-nilai Islam dapat menyebabkan kebingungan dan keterasingan. Mereka dihadapkan pada dilema antara mempertahankan identitas keislaman dan beradaptasi dengan nilai-nilai global yang cenderung sekuler.

Untuk mengatasi krisis identitas ini, Islam menekankan pentingnya pendidikan agama sebagai sarana pembentukan dan penguatan identitas. Pendidikan Agama Islam (PAI) berperan penting dalam menanamkan pemahaman mendalam tentang ajaran Islam, tidak hanya dalam bentuk teori tetapi juga praktik sehari-hari. Sebagaimana firman Allah yang berbunyi:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السِّلْمِ كَافَّةً وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ ٢٠٨

Artinya: *"Hai orang-orang yang beriman, masuklah kamu ke dalam Islam secara keseluruhan, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan. Sesungguhnya syaitan itu musuh yang nyata bagimu."* (QS. Al-Baqarah: 208)

Ayat ini mengingatkan bahwa identitas keislaman harus mencakup seluruh aspek kehidupan seorang Muslim, sehingga mereka tidak mudah terpengaruh oleh nilai-nilai yang bertentangan dengan keyakinan Islam.

Tidak hanya itu, pendidikan agama juga memberikan ruang bagi remaja untuk berdialog dan berdiskusi tentang isu-isu kontemporer yang relevan dengan kehidupan mereka. Dengan pendekatan ini, remaja tidak hanya memperluas wawasan mereka tetapi juga belajar mempertahankan nilai-nilai agama dalam berbagai situasi. Sebagaimana disebutkan dalam Al-Qur'an:

وَابْتَغِ فِيمَا آتَاكَ اللَّهُ الدَّارَ الْآخِرَةَ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا

Artinya: *"Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bagianmu dari (kenikmatan) duniawi..."* (QS. Al-Qashash: 77).

Ayat ini menunjukkan betapa pentingnya menjaga keseimbangan antara mempersiapkan kehidupan akhirat sambil memperhatikan dunia luar, termasuk memanfaatkan perkembangan zaman sambil mempertahankan nilai-nilai Islam.

Menurut perspektif Islam, identitas yang kuat bukan berasal dari paham tentang ilmu agama, Akan tetapi berasal dari kemampuan untuk mengintegrasikan nilai-nilai Islam kedalam setiap aspek kehidupan. Dengan identitas yang kokoh, remaja Muslim dapat menghadapi dinamika globalisasi dengan percaya diri, menjadikan nilai-nilai Islam sebagai panduan hidup, dan tetap relevan di tengah perubahan zaman (Muliansyah, 2023).

Konsep Konseling Islam

Proses bantuan yang dikenal sebagai konseling Islam bertujuan membantu manusia dalam mengembangkan potensi fitrah keagamaannya secara optimal dengan mengintegrasikan nilai-nilai Hadis dan Al-Qur'an ke dalam kehidupannya. Proses ini bertujuan agar individu dapat

memperoleh kehidupan yang sesuai dengan tuntunan syariat, Agar Seseorang Tersebut dapat memperoleh kehidupan yang bahagia didunia dan akhirat (Ulfiah, 2020).

Secara etimologis, konseling berasal dari kata kerja *to counsel* yang berarti memberikan nasihat atau solusi atas suatu masalah. Secara terminologis, konseling diartikan sebagai sebuah proses bantuan yang diberikan kepada individu melalui wawancara atau teknik lain yang bertujuan membantu individu memecahkan masalah hidupnya dan mencapai kesejahteraan. Dalam proses ini, konselor harus memiliki keahlian profesional di bidang psikologi (Cholil, 2024).

Konseling dan Bimbingan Islam tidak hanya fokus pada penyelesaian masalah konseling, Namun mengarahkan individu untuk memahami kembali fitrah yang sesungguhnya sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah yang hidup sesuai petunjuk-Nya. Demikian pula, konseling Islam menjadi sarana untuk membantu individu Membangun hubungan harmonis dengan Tuhan, Kemanusiaan dan alam, sebagaimana tanggung jawab manusia sebagai khalifah di dunia (Ulfiah, 2020).

Menurut Djumhur dan Muh. Surya, konseling memiliki hubungan erat dengan psikoterapi, yang bertujuan membantu individu mengatasi gangguan psikologis. Selain itu, James F. Adams mendefinisikan konseling sebagai interaksi timbal balik antara orang yang melakukan konseling dan konseli, di mana konselor membantu konseli memahami dirinya lebih baik, baik dalam menghadapi masalah saat ini maupun di masa depan (Cholil, 2024).

Hakikat konseling dan bimbingan Islam terletak pada upaya memberdayakan fitrah supaya mereka berkembang dan kembali ke fitrah-iman mereka yang dimilikinya melalui pelaksanaan tuntunan Al-Qur'an dan Hadis. Dengan pendekatan Tersebut, individu seseorang diharapkan tidak hanya menyelesaikan masalahnya, namun juga meraih ketenangan batin (*sakinah*) karena hidup dekat dengan Allah Swt. (Ulfiah, 2020) Menurut Musnamar, konseling Islam adalah proses membantu seseorang untuk menyadari kembali bahwa mereka adalah makhluk Allah yang harus hidup sesuai dengan ketentuan makhluk Allah untuk mencapai kebahagiaan baik di dunia maupun di akhirat.

Perspektif Islam dan Barat tentang konseling tidak jauh berbeda. Jika seseorang mendatangi biro konsultasi dan meminta konselor untuk menyelesaikan masalahnya, konsultasi Barat dapat dilakukan. Sebaliknya, menurut agama Islam, konselor Islam seperti yang dicontohkan oleh Rasulullah SAW dapat mengizinkan proses konseling, baik yang mendatangi klien maupun yang datang dan memberi nasihat kepada klien. Tujuan utama dari kedua versi adalah sama: menyediakan solusi dan memberi tahu klien bahwa mereka harus berubah. Setelah dia menyadari hal itu, dia berjanji kepada Tuhan dan kepada dirinya sendiri bahwa dia tidak akan melakukan hal-hal yang tidak pantas lagi. Selama proses konseling, pembimbing (konselor Islami) meminta pendekatan ini dari kliennya. Penjelasan ini menunjukkan bahwa tujuan utama dari konseling Islami adalah memberi klien pemahaman bahwa mereka adalah makhluk ciptaan Allah dan bahwa tujuan ukhrawi yang lebih permanen dan yang kekal adalah yang ingin dicapai (Lahmuddin, 2008). Doa yang diucapkan oleh semua orang yang beriman kepada Allah SWT, seperti yang disebutkan dalam surah Al- Baqarah ayat 201, yang berbunyi:

وَمِنْهُمْ مَّنْ يَقُولُ رَبَّنَا آتِنَا فِي الدُّنْيَا حَسَنَةً وَفِي الْآخِرَةِ حَسَنَةً وَقِنَا عَذَابَ النَّارِ ٢٠١

Artinya: *"Ya Tuhan kami, berilah kami kebaikan di dunia dan kebaikan di akhirat, dan peliharalah kami dari siksa neraka."*

Dari Penjelasan diatas dapat kami simpulkan bahwa konseling Islam adalah suatu proses interaksi sosial antara konselor dan konseli, yang tidak hanya membantu menyelesaikan masalah

individu, tetapi juga mengarahkan individu untuk menjalani kehidupan yang sejalan dengan nilai-nilai Islam. Untuk mencapai kebahagiaan dunia dan akhirat, proses ini menekankan aspek keagamaan.

Prinsip Dasar dan Peran Konseling Islam

Untuk memastikan bahwa proses bimbingan berjalan sesuai dengan tuntunan agama, konseling Islam memiliki prinsip dasar. Menurut Mubarok, prinsip-prinsip bimbingan dan konseling Islam mencakup beberapa elemen penting, seperti

1. Setiap individu adalah makhluk dinamis yang memiliki keunikan pribadi, yang memungkinkan mereka untuk berkembang. Kepribadian seseorang terbentuk oleh dua factor diantaranya faktor internal dan eksternal.
2. Individu adalah makhluk yang berkembang dan berubah, sehingga bimbingan dapat mengarahkan mereka menuju pola hidup yang lebih baik, baik untuk diri mereka sendiri maupun masyarakat.
3. Hak untuk mendapatkan bantuan untuk menjalani kehidupan yang baik adalah hak setiap orang.
4. Setiap orang harus diberikan hak dan kesempatan yang sama untuk berkembang secara pribadi tanpa memandang agama atau suku mereka.
5. Fitrah agama universal dapat berkembang jika diberikan kesempatan melalui bantuan yang sesuai.
6. Konseling agama harus dilaksanakan sebagai bentuk ibadah yang hanya mengharapkan ridha Allah SWT.
7. Metode konseling harus sesuai dengan hukum Islam.

Selain itu, Aswadi menambahkan bahwa konseling harus berdiri di atas prinsip-prinsip Islam, yang mencakup bahwa nasihat adalah salah satu pilar agama, konseling kejiwaan adalah pekerjaan mulia, dan bahwa konseling harus dilaksanakan dengan niat ibadah. Sesuai dengan ajaran Islam, tugas moral seorang konselor konseling Islam adalah membantu orang yang membutuhkan (Hadi et al., 2020).

Berdasarkan Prinsip-prinsip dasar bimbingan konseling Islam dapat disusun sebagai berikut berdasarkan tafsir Al-Qur'an tentang manusia:

- a. Manusia diciptakan dengan tujuan yang jelas dan sesuai dengan hukum-hukum-Nya yang berlandaskan pada al-quran dan hadis. Dengan hal tersebut, maka setiap orang harus benar-benar menerima ketentuan Allah.
- b. Sebagai hamba Allah, manusia wajib beribadah kepada-Nya setiap saat. Dalam konseling, penting untuk mengingatkan individu bahwa setiap tindakan dapat dianggap sebagai ibadah, dengan cara yang sesuai dengan aturan Allah dan dengan niat untuk mendapatkan ridha-Nya.
- c. Manusia diciptakan untuk melaksanakan tugas sebagai khalifah di bumi, yang berarti bahwa orang harus dididik untuk mengikuti perintah Allah dan menghindari larangan-Nya saat mendapat bimbingan.
- d. Manusia memiliki fitrah iman yang sangat penting untuk menyelamatkan diri mereka baik di dunia maupun di akhirat. Konseling harus berfokus pada menumbuhkan iman.
- e. Memahami dan mengamalkan Al-Qur'an adalah cara untuk mencapai tumbuh subur dan kokoh iman.
- f. Islam mengakui bahwa manusia memiliki keinginan yang harus dipenuhi, tetapi juga harus melaksanakan ketuntutan Allah ataupun ajaran yang datang dari Allah swt.

- g. Dalam konseling, individu harus dibimbing agar mereka dapat memahami dan menerapkan ajaran agama dengan benar.
- h. Umat Islam diajarkan untuk saling membantu dalam kebaikan dan taqwa. sehingga bantuan dalam bentuk konseling harus mengacu pada tuntutan Allah dan merupakan bagian dari ibadah (Gudnanto, 2015).

Konseling Islam memainkan peran yang signifikan dalam mendukung proses sekolah Islam yang bertujuan untuk mengembangkan peserta didik secara holistik sesuai ajaran Islam. Berikut adalah peran konseling Islam:

1) Pencegahan Masalah

Konseling Islam membantu individu mencegah munculnya masalah dalam kegiatan belajar dengan memberikan pemahaman tentang hakikat, tujuan, dan nilai-nilai pendidikan Islam.

2) Pemecahan Masalah

Konseling Islam berperan membantu individu menganalisis, memahami, dan mengatasi masalah belajar sesuai ajaran Islam, Agar siswa bisa mendapatkan jalan keluar dari permasalahan yang terjadi sesuai berdasarkan syariat.

3) Pemeliharaan dan Pengembangan Kondisi Belajar

Konseling Islam membantu peserta didik menjaga situasi belajar yang sudah baik agar tetap kondusif, serta mendorong pengembangan kondisi belajar menjadi lebih optimal.

Dengan pendekatan berbasis nilai-nilai Islam, konseling ini tidak hanya membantu menyelesaikan masalah belajar tetapi juga membimbing peserta didik menuju kesuksesan pendidikan yang sejalan dengan tujuan Islam (Abdurrahman, 2019).

Pengembangan konseling dipengaruhi oleh lingkungan, yang mencakup fisik, psikis, dan sosial. Perubahan berasal dari lingkungan. Lingkungan seseorang dapat mengubah cara mereka hidup. Jika perubahan yang terjadi sulit diprediksi atau tidak dapat diprediksi, akan terjadi ketidakseimbangan dalam proses perkembangan konseling. Ketidaksesuaian ini dapat mencakup stagnasi (kemandekan) perkembangan, masalah pribadi, atau penyimpangan perilaku. Gaya hidup dan perilaku konseli, terutama remaja, yang menyimpang dari prinsip-prinsip moral, seperti ketidakharmonisan keluarga, penyalahgunaan alat kontrasepsi, dan dekadensi moral orang dewasa, memfasilitasi konseli untuk mengembangkan potensi mereka dan berusaha untuk menghindari perilaku yang disebutkan di atas.

Dengan demikian, Pendidikan yang ideal dan efektif adalah pendidikan yang tidak mengabaikan konseling dan bimbingan. Siswa yang menerima pendidikan yang hanya berfokus pada administrasi dan instruksional dan mengabaikan konseling dan bimbingan akan menjadi siswa yang cerdas dan terampil dalam akademik tetapi kurang matang secara kepribadian (Rohman, 2016).

Tanda-Tanda Krisis Identitas Pada Siswa

Krisis identitas pada remaja sering kali terjadi ketika mereka merasa tertekan oleh perbedaan nilai yang berasal dari berbagai sumber, seperti keluarga, masyarakat, dan lingkungan sosial. Hal ini dapat semakin membingungkan bagi remaja yang berasal dari kelompok etnik atau ras tertentu, misalnya, ketika mereka dihadapkan pada masalah antara nilai-nilai budaya komunitas mereka dan nilai-nilai masyarakat yang lebih besar. Sebagai contoh, seorang remaja Indian Amerika yang harus memilih antara mengikuti tradisi suku mereka atau beradaptasi dengan norma sosial sekolah, atau mengalami diskriminasi dalam dunia kerja. Semua situasi ini dapat menyebabkan kekacauan dalam pembentukan identitas diri remaja.

Penting untuk diingat bahwa bagi remaja dalam kelompok minoritas, identitas etnik mereka sering menjadi pusat dalam proses pembentukan jati diri. Penelitian menunjukkan adanya empat tahapan dalam pembentukan identitas etnik menurut status identitas Marcia, yang dapat memberikan pemahaman lebih dalam mengenai peran etnisitas dalam krisis identitas. Adapun hal dapat mempengaruhi Krisis identitas ini seperti:

1. Pengaruh Emosi dan Akhlak terhadap Integritas Pribadi

Integritas pribadi pada remaja dipengaruhi oleh penyatuan antara unsur-unsur fitri dan yang dipelajari. Unsur-unsur tersebut melibatkan karakter yang terbentuk oleh faktor keturunan dan pengalaman hidup, yang akhirnya membentuk kepribadian remaja. Jika remaja dapat mengintegrasikan unsur-unsur ini secara harmonis, mereka akan memiliki kepribadian yang kuat dan berarah pada tujuan hidup yang jelas.

Selama masa remaja, perkembangan identitas diri adalah tugas emosional yang paling utama. Remaja yang tidak dapat memenuhi harapan atau dorongan sosial mungkin akan mengalami kebingungan identitas. Sebaliknya, mereka yang memiliki identitas yang kuat akan menunjukkan integrasi diri yang lebih baik, bukan keterbelahan.

2. Penyebab Krisis Identitas Diri

Beberapa faktor yang menyebabkan krisis identitas pada remaja antara lain:

a. Merasa Hidup Teratur oleh Orang Lain

Remaja sering merasa kehidupannya dikendalikan oleh aturan yang dibuat oleh individu lain yang dapat memicu penolakan terhadap aturan tersebut sebagai cara untuk mencari jati diri.

b. Mengharapkan Penghargaan dari Lingkungan

Tempat tinggal sering memberikan cara berpikir yang dapat mempengaruhi cara pandang remaja terhadap diri mereka sendiri. Ketika remaja gagal menemukan jati dirinya mereka dan juga mengharapkan pengakuan dari Seseorang, krisis identitas pun dapat terjadi.

c. Pandangan Terbatas terhadap Kehidupan

Seringkali, remaja memiliki pandangan yang sempit, menganggap kehidupan hanya dalam kategori “hidup enak” atau “hidup biasa saja”. Pandangan ini dapat menyesatkan dan menghambat mereka untuk mencari kebenaran yang lebih mendalam tentang hidup. Remaja yang mengalami krisis identitas dapat terlibat dalam tindakan negatif, seperti kenakalan remaja, dikarenakan adanya faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

1) Karakter yang buruk

Kegagalan remaja untuk mengembangkan kepribadian yang kuat dapat menghalangi proses sosialisasi mereka. Hal ini sering terlihat dalam kurangnya rasa percaya diri, kekecewaan, gangguan emosi, dan cara berpikir yang keliru.

2) Kurangnya Pengalaman

Remaja sering kali kurang memiliki pengalaman hidup yang dapat membantu mereka membuat keputusan yang bijak. Faktor usia yang muda membuat mereka mudah terpengaruh oleh pandangan lingkungan sekitar.

3) Kurangnya Religiusitas

Kurangnya pemahaman agama dapat menyebabkan remaja kurang memiliki kontrol diri, yang dapat memperburuk krisis identitas mereka.

b. Faktor Eksternal

1) Ketidakharmonisan Keluarga

Konflik keluarga, baik berupa pertengkaran orang tua maupun kekerasan dalam rumah tangga, dapat menyebabkan remaja merasa terasing dari keluarga mereka. Perasaan ini mendorong mereka mencari kebahagiaan di luar rumah.

2) Tekanan dari Orang Tua

Tekanan orang tua yang berlebihan, seperti memaksakan kehendak atau tidak memberikan ruang bagi remaja untuk mengembangkan diri, dapat memicu perlawanan remaja dan memperburuk krisis identitas.

3) Pengaruh Pergaulan yang Buruk

Pengaruh teman sebaya yang negatif seringkali membuat remaja terjerumus dalam perilaku menyimpang. Perasaan kebersamaan dalam kelompok teman dapat sangat kuat dan mendorong remaja untuk mengikuti perilaku yang merugikan.

4) Perceraian Orang Tua

Remaja yang mengalami perceraian orang tua sering mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, yang dapat mengarah pada masalah perilaku atau kesulitan belajar (Hidayah & Huriati, 2016).

Cara Konseling Islam Membantu Siswa Mengatasi Krisis Identitas

Konseling Islam memiliki peran penting dalam membantu siswa mengatasi krisis identitas. Krisis ini sering dialami oleh siswa yang merasa bingung tentang jati diri mereka, terutama dalam menghadapi tekanan sosial dan perubahan besar dalam hidup. Melalui konseling Islam, siswa diarahkan untuk menemukan identitas sejati yang berbasis pada nilai-nilai Islami dan pemahaman mendalam tentang hubungan mereka dengan Allah SWT. Para ulama berpendapat bahwa agama adalah Agama membentuk hubungan penting antara manusia, Tuhan, dan alam semesta (Saefullah, 2012). Pendekatan konseling Islam menekankan pentingnya *tazkiyatun nafs* atau penyucian jiwa, yaitu proses memperbaiki diri dengan menghilangkan sifat negatif dan memperkuat sifat positif. Konselor Islam membantu siswa menggali potensi fitrah mereka, yakni kemampuan alami untuk mengenal Tuhan dan menjalankan peran sebagai khalifah di bumi.

Dengan pendekatan ini, siswa diajarkan untuk memahami bahwa identitas sejati terletak pada kesadaran mereka sebagai hamba Allah yang memiliki tujuan yang lebih besar dalam hidup daripada sekadar memenuhi ekspektasi duniawi. Tujuan bimbingan dan konseling Islam dalam jangka pendek, menurut Yusuf dan Juntika, adalah untuk membantu orang memahami dan mengikuti aturan Al-Qur'an (Syamsul & Nurihsan, 2005).

Selain itu, konseling Islam memberikan bimbingan praktis berdasarkan prinsip akhlak Islami, membantu siswa menghadapi godaan serta tekanan sosial. Konselor berperan dalam memberikan panduan moral yang jelas sehingga mereka dapat membuat keputusan yang sesuai dengan nilai-nilai Islam. Metode ini menumbuhkan kesadaran akan tanggung jawab mereka terhadap Tuhan, masyarakat, dan diri mereka sendiri.

Melalui proses konseling yang berlandaskan spiritualitas, siswa dapat mengatasi kebingungan identitas mereka, membangun kepercayaan diri, dan menemukan kedamaian batin. Dengan identitas yang kokoh dan selaras dengan ajaran Islam, siswa mampu menghadapi berbagai tantangan hidup dengan lebih baik, sekaligus menjalani kehidupan yang bermakna sesuai dengan kehendak Allah SWT.

Agar lebih sederhana, berikut langkah konseling Islam dalam membantu siswa menghadapi krisis identitas:

1. Memperkuat Hubungan dengan Allah

Konselor membantu siswa meningkatkan ibadah dan kesadaran sebagai hamba Allah, sehingga mereka lebih memahami jati diri yang sejati.

2. Penyucian Jiwa (*Tazkiyatun Nafs*)

Siswa diajak untuk memperbaiki diri, menghilangkan sifat negatif, dan memperkuat sifat positif sesuai ajaran Islam.

3. Memahami Fitrah Manusia

Konseling membantu siswa mengenali potensi fitrah mereka sebagai makhluk Allah yang memiliki tujuan hidup mulia.

4. Menghadapi Tekanan Sosial dengan Nilai Islami

Siswa diberikan bimbingan untuk menghadapi tekanan dari lingkungan dengan tetap berpegang pada prinsip-prinsip Islam.

5. Pemberian Solusi Praktis

Konselor memberikan arahan praktis yang membantu siswa menerapkan prinsip Ajaran-ajaran Islam dalam kehidupan sehari-harinya.

Pendekatan tersebut dapat membantu siswa mengatasi kebingungan identitas, membangun kepercayaan diri, dan menjalani kehidupan sesuai nilai-nilai Islam (Reinandini et al., 2024)

KESIMPULAN

Krisis identitas adalah fase penting dalam perkembangan individu, terutama pada masa remaja, ketika seseorang berupaya menemukan jati diri. Tahap ini sering melibatkan pencarian makna hidup, nilai-nilai, dan tujuan yang akan membentuk kepribadian mereka. Menurut Erik Erikson, krisis identitas adalah bagian dari perkembangan psikososial yang harus dilalui untuk mencapai kedewasaan. Pada masa ini, individu cenderung bereksperimen dengan berbagai peran dan konsep diri untuk memahami siapa mereka sebenarnya. Proses ini dapat dipengaruhi oleh lingkungan, keluarga, dan budaya, yang semuanya memberikan kontribusi dalam pembentukan identitas. Penyelesaian yang positif dari krisis ini menghasilkan identitas yang kuat dan stabil, sedangkan kegagalan dapat menyebabkan kebingungan identitas. Dengan demikian, dukungan dari lingkungan sekitar sangat penting untuk membantu individu melewati fase ini dengan baik dan berkembang menjadi pribadi yang percaya diri dan matang.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrahman, A. (2019). Fungsi dan Peran Konseling Islam Dalam Pendidikan. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 3(1), 33. <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i1.799>
- Cholil. (2024). *Bimbingan dan Konseling Islam*. KBM SastraBook.
- Feist, J. dkk. (2017). *Teori Kepribadian*. Salemba Humanika.
- GuDNanto, G. (2015). Peran Bimbingan Dan Konseling Islami Untuk Mencetak Generasi Emas Indonesia. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i1.287>
- Hadi, A., Laras, P. B., & Aryani, E. (2020). Peran Layanan Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Pendidikan Karakter. *KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional*, 2(1), 316–321.
- Hidayah, N., & Huriati. (2016). Krisis Identitas Diri Pada Remaja “Identity Crisis of Adolescents.” *Sulesana Volume*, 10, 49–62.
- Lahmuddin, L. (2008). Rasulullah saw. dan prinsip-prinsip konseling islam. *Miqot*, XXXII(1),

133–145.

- Lestari, R. D., Mangantes, , Meisie L., Kasenda, R. Y., & Tinus, D. (2021). Strategi Guru Bk Dalam Mengatasi Krisis Identitas. *Educouns Journal: Jurnal Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 2(1), 70–74. <https://doi.org/10.53682/educouns.v2i1.2129>
- Mestika, Z. (2014). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Yayasan Obor Indonesia.
- Muliansyah, B. (2023). Peran Pendidikan Agama Islam Dalam Mengatasi Krisis Identitas Pada Remaja Muslim Di Era Globalisasi. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 3(3).
- Muzaki, M., & Saputra, A. (2019). Konseling Islami: Suatu Alternatif bagi Kesehatan Mental. *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 2(2), 213. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i2.5809>
- Padillah, R. (2020). BIBLIO COUNS Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan Implementasi Konseling Realitas Dalam Mengangani Krisis Identitas Pada Remaja. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(3), 120–125. <https://doi.org/10.30596/bibliocouns.v3i3.5295>
- Reinandini, E., Fatimah, S., & Salim, E. (2024). ISLAM TENTANG PENCARIAN JATI DIRI. *JIPKM : Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Kesehatan Masyarakat Vol.*, 1(3).
- Rohman, A. (2016). PERAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM DALAM PENDIDIKAN. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Universitas Wahid Hasyim*, 4(1). https://www.researchgate.net/publication/338497992_KONSEP_MOTIVASI_PERILAKU_DAN_PENGALAMAN_PUNCAK_SPIRITUAL_MANUSIA_DALAM_PSIKOLOGI_ISLAM
- Saefullah. (2012). *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*. Pustaka Setia.
- Syamsul, Y., & Nurihsan, J. (2005). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Remaja Rosdakarya.
- Ulfiah. (2020). *Psikologi Konseling Teori dan Implementasi*. Kencana.