

EKSPLORASI IDENTITAS DIRI DAN MOTIVASI BELAJAR SISWA SMP DI MASA PUBERTAS

Tri Purnama Sari¹, Ma'mun Hanif²

^{1,2}Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negeri K.H
Abrurrahman Wahid Pekalongan

*Email : tripurnamasari254@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan memahami pentingnya eksplorasi identitas diri dan motivasi belajar pada siswa SMP di masa pubertas. Masa remaja awal merupakan fase transisi menuju kedewasaan yang ditandai oleh perubahan fisik, emosional, dan sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembentukan identitas diri dipengaruhi oleh keluarga, teman sebaya, media sosial, dan lingkungan sekolah. Sementara itu, motivasi belajar meningkat ketika siswa memiliki dukungan emosional dan keyakinan terhadap kemampuan diri (*self-efficacy*). Guru berperan penting sebagai motivator dan fasilitator dalam membantu siswa mengembangkan potensi serta menjaga stabilitas emosi selama belajar.

Kata Kunci: Identitas Diri; Motivasi Belajar; Pubertas; Siswa SMP

ABSTRACT

This study aims to understand the importance of self-identity exploration and learning motivation among junior high school students during puberty. Early adolescence is a transitional phase toward maturity marked by physical, emotional, and social changes. This research employs a qualitative descriptive approach using interviews, observations, and documentation techniques. The findings indicate that self-identity formation is influenced by family, peers, social media, and the school environment. Meanwhile, students' learning motivation tends to increase when they receive emotional support and possess strong self-efficacy. Teachers play a vital role as motivators and facilitators in helping students develop their potential and maintain emotional stability during the learning process.

Keywords: Self-Identity; Learning Motivation; Puberty; Junior High School Students

PENDAHULUAN

Masa remaja awal adalah periode ketika anak mulai mengalami perkembangan menuju kedewasaan, meskipun batas waktunya tidak dapat ditentukan secara pasti. Umumnya, tahap ini berlangsung pada usia sekitar 12 hingga 15 tahun (Sary, 2017). Menurut teori perkembangan psikososial Erikson, masa remaja termasuk dalam tahap pembentukan identitas yang berhadapan dengan kebingungan terhadap jati diri (Rusli, 2022). Masa remaja merupakan tahap perkembangan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Pada fase ini, individu mulai mencari dan membentuk jati diri sekaligus mengalami berbagai perubahan signifikan, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Pubertas menjadi periode kritis karena pada masa ini remaja sering dihadapkan pada krisis identitas serta perubahan motivasi dalam belajar. Siswa SMP

yang berada dalam masa transisi menuju kedewasaan cenderung menunjukkan keinginan kuat untuk diakui dan diterima oleh lingkungan sosialnya.

Individu kerap mengalami krisis identitas ketika berada dalam masa peralihan hidup atau menghadapi tekanan sosial, yang dapat menimbulkan rasa ragu terhadap diri sendiri serta kebingungan mengenai tujuan hidupnya (Reinandini *et al.*, 2024). Pada masa remaja terjadi berbagai perubahan yang cukup besar dalam seluruh aspek perkembangan, meliputi fisik, kemampuan berpikir, hubungan sosial, serta karakter atau kepribadian (Haidar and Apsari, 2020). Eksplorasi identitas diri dan motivasi belajar memiliki peran penting dalam menentukan arah perkembangan remaja. Individu yang mampu mengenali dirinya dengan baik biasanya memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi dan mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik. Sebaliknya, kegagalan dalam memahami jati diri dapat menimbulkan kebingungan serta menurunkan semangat belajar.

Meskipun topik motivasi belajar telah banyak dibuat kajian, tetapi penelitian yang menghubungkannya secara spesifik dengan pembentukan identitas diri, apalagi pada konteks siswa SMP di masa pubertas masih jarang. Dengan demikian, penelitian ini memiliki urgensi untuk menelusuri bagaimana siswa SMP memahami proses pencarian jati diri mereka serta dampaknya terhadap motivasi belajar di lingkungan sekolah. Pendekatan kualitatif digunakan guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan kontekstual mengenai pengalaman pribadi para siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai *eksplorasi identitas diri dan motivasi belajar siswa SMP di masa pubertas*. Pendekatan kualitatif memungkinkan peneliti menggali makna di balik perilaku, pengalaman, serta pandangan subjektif siswa terhadap proses pembentukan jati diri dan motivasi belajar mereka.

Menurut Bogdan dan Taylor dalam Qudus *et al.* (2023), penelitian kualitatif merupakan proses penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari individu yang diamati, serta perilaku yang tampak. Dengan demikian, pendekatan ini relevan digunakan karena mampu menggambarkan fenomena secara naturalistik sesuai konteks kehidupan remaja di sekolah.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Konsep Dasar Identitas Diri pada Masa SMP

Menurut William D. Brooks, dalam Jalaludin Rakhmat, konsep diri adalah

pemahaman dan perasaan yang kita miliki tentang diri kita sendiri. Persepsi ini dapat berupa psikologis, sosial, atau fisik (Widiarti, 2017). Konsep diri dapat diartikan sebagai seluruh gagasan, pandangan, serta keyakinan yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri, yang kemudian memengaruhi cara ia berinteraksi dan menjalin hubungan dengan orang lain (Mardiyah, 2011). Pada tahap dewasa awal, yaitu pada masa SMP yang sering disebut sebagai masa perkembangan menuju kedewasaan, individu mengalami tantangan serupa dengan masa remaja dalam proses pembentukan identitas diri. Selain itu, faktor-faktor seperti interaksi sosial, perkembangan teknologi modern termasuk penggunaan teknologi pintar dan media sosial serta pengaruh globalisasi turut memperkuat munculnya berbagai persoalan terkait identitas (Reinandini *et al.* 2024).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan identitas pada masa SMP diantaranya (Umar, Masnawati, and Masnawatiunsuriacid 2024):

a. Lingkungan Keluarga

Keluarga menjadi lingkungan sosial pertama sekaligus paling berpengaruh dalam proses pembentukan identitas pada remaja. Melalui hubungan dan interaksi sehari-hari dengan anggota keluarga, remaja memperoleh pemahaman mengenai nilai, norma, serta tradisi yang membentuk cara pandang mereka terhadap diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Dukungan emosional dan komunikasi yang hangat dari keluarga juga membantu remaja merasa lebih aman dalam mengenali serta mengembangkan identitas dirinya.

b. Media Sosial

Pada masa digital saat ini, media sosial berperan sebagai sarana utama bagi remaja dalam menjalin interaksi sekaligus membangun jati diri. Melalui berbagai platform tersebut, mereka dapat menampilkan ekspresi diri, berkomunikasi dengan teman sebaya, serta menerima tanggapan dari orang lain.

c. Teman Sebaya

Hubungan dengan teman sebaya berperan penting dalam membentuk identitas pada masa remaja. Melalui pergaulan dengan kelompok sebayanya, remaja memperoleh pemahaman mengenai norma sosial, nilai-nilai, serta perilaku yang dianggap wajar dalam lingkungan mereka. Selain itu, teman sebaya memberikan dukungan emosional dan berfungsi sebagai cermin bagi remaja untuk mengenali diri sendiri. Lingkungan pertemanan ini kerap menjadi faktor utama dalam proses pencarian jati diri, karena memberi ruang bagi remaja untuk mencoba berbagai peran dan bentuk identitas.

d. Lingkungan Sekolah

Peran lingkungan sekolah sangat penting dalam proses pembentukan identitas

remaja. Seorang guru tidak hanya berfungsi sebagai pengajar, tetapi juga sebagai pembimbing dan teladan yang memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan nilai serta keyakinan remaja. Selain itu, sekolah menyediakan berbagai aktivitas ekstrakurikuler yang memberi kesempatan bagi siswa untuk menyalurkan minat dan mengasah bakat mereka, yang pada akhirnya turut mendukung terbentuknya identitas pribadi.

Menurut Erikson dalam penjelasan Purwanti, masa remaja ditandai oleh upaya menemukan jati diri yang kokoh dengan cara mengeksplorasi diri maupun lingkungan sosialnya. Umumnya, pada fase ini remaja melewati masa kebingungan atau krisis identitas sebelum akhirnya memahami siapa diri mereka sebenarnya (Putri *et al.* 2024).

Dalam kehidupan modern, semakin banyak orang mengalami kebingungan mengenai jati diri mereka. Perkembangan teknologi yang begitu cepat serta arus globalisasi membuat tekanan sosial, tuntutan keluarga, dan berbagai tantangan hidup mudah memicu munculnya krisis identitas. Memahami situasi tersebut dan mampu mengatasinya menjadi langkah penting untuk membangun identitas diri yang kuat (Reinandini *et al.* 2024).

Perubahan Motivasi Belajar pada Masa Pubertas

Pada masa pubertas, salah satu perubahan penting adalah berkembangnya cara remaja berpikir secara sosial. Pada tahap ini, mereka cenderung melihat dunia termasuk diri mereka sendiri melalui sudut pandangnya sendiri, suatu ciri yang dikenal sebagai egosentrisme remaja (Nurhayati, 2016). Motivasi belajar menjadi salah satu unsur penting yang memengaruhi keberhasilan proses belajar. Ketika dorongan untuk belajar hadir dalam diri siswa, mereka cenderung mengikuti pembelajaran dengan lebih baik. Siswa yang memiliki motivasi tinggi biasanya menunjukkan kesungguhan dan ketekunan dalam belajar (Rusli, 2021).

Masa remaja adalah periode kehidupan yang selalu membekas dalam perjalanan perkembangan setiap individu. Fase ini dimulai dengan datangnya masa pubertas, di mana seseorang mengalami perubahan dan pertumbuhan yang cepat, baik secara fisik maupun kemampuan berpikir. Masa pubertas adalah tahap yang sangat penting untuk diperhatikan dalam proses tumbuh kembang seorang anak. Pada periode ini, pengaruh dari teman sebaya dan lingkungan sekitar cenderung lebih kuat dibandingkan arahan dari orang tua. Remaja sering kali menilai bahwa pendapat teman lebih berarti daripada nasihat keluarga. Oleh karena itu, masa pubertas sering disebut sebagai fase yang rentan terhadap pengaruh negatif. Orang tua perlu memberikan perhatian khusus agar anak tidak mudah terjerumus ke perilaku yang menyimpang (Marpaung, 2018).

Implikasi Psikologis dan Pendidikan

Psikologi pendidikan adalah cabang ilmu yang menelaah proses pembelajaran dan pengajaran dengan menitikberatkan pada faktor-faktor psikologis yang memengaruhi peserta didik serta pendidik. Sejumlah penelitian mengungkapkan bahwa aspek psikologis, seperti motivasi belajar, gaya belajar, keyakinan diri (*self-efficacy*), serta kecerdasan emosional, berperan penting dalam menentukan keberhasilan proses pembelajaran. Siswa yang memiliki motivasi kuat dan percaya pada kemampuan dirinya cenderung lebih aktif dalam kegiatan belajar serta mampu meraih prestasi akademik yang lebih tinggi (Hadhizahra et al. 2025). Kontribusi psikologi pendidikan terhadap peningkatan efisiensi kegiatan belajar mengajar (Hadhizahra et al. 2025):

- a. Motivasi Belajar dan Efektivitas Pembelajaran
- b. Motivasi belajar merupakan salah satu elemen kunci yang menentukan keberhasilan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Tingkat motivasi yang tinggi memiliki pengaruh langsung terhadap capaian akademik peserta didik. Strategi pembelajaran yang efektif harus dirancang untuk menumbuhkan motivasi intrinsik agar siswa lebih berperan aktif dan bersemangat dalam mengikuti proses belajar.
- c. Gaya Belajar dan Penyesuaian Metode Pengajaran
- d. Setiap siswa memiliki gaya belajar yang berbeda-beda, sehingga pendidik perlu memahami keragaman tersebut dalam menerapkan metode pengajaran. Penyesuaian pendekatan dengan gaya belajar peserta didik akan membantu meningkatkan ketertarikan serta kemampuan mereka dalam memahami materi yang diajarkan.
- e. Self-Efficacy dalam Proses Belajar
- f. Keyakinan diri terhadap kemampuan belajar atau *self-efficacy* memiliki peran penting dalam menentukan prestasi akademik. Mahasiswa dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung mencapai keberhasilan akademik yang lebih baik. Kemampuan mengelola emosi secara positif turut memperkuat fokus dan konsentrasi dalam belajar.
- g. Peran Guru sebagai Motivator dan Fasilitator
- h. Peran guru tidak hanya terbatas pada penyampaian materi pelajaran, tetapi juga sebagai sumber motivasi yang mendorong siswa untuk aktif dalam belajar. Pemahaman guru terhadap aspek psikologi perkembangan peserta didik sangat penting dalam menyesuaikan pendekatan pembelajaran agar lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa masa pubertas merupakan fase penting dalam perkembangan siswa SMP, di mana mereka mulai mengeksplorasi identitas diri sekaligus mengalami perubahan motivasi belajar. Pembentukan jati diri pada masa ini sangat dipengaruhi oleh faktor keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, serta media sosial. Interaksi sosial yang sehat dan dukungan emosional dari orang tua serta guru

berperan besar dalam membantu remaja mengenali dan mengembangkan potensi dirinya.

Motivasi belajar berkaitan erat dengan *self-efficacy* dan kondisi psikologis siswa. Ketika remaja memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, mereka cenderung lebih aktif, fokus, dan tekun dalam belajar. Guru memiliki peran strategis sebagai motivator dan fasilitator untuk menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, menumbuhkan semangat, serta memperkuat karakter siswa.

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa pemahaman terhadap aspek psikologi Pendidikan khususnya eksplorasi identitas diri dan motivasi belajar merupakan kunci dalam membentuk generasi muda yang mandiri, berkarakter, dan berprestasi di masa depan.

REFERENSI

- Akmal, S. Z., Arlinkasari, F., & Kumalasari, D. (2017). Pengenalan minat sebagai salah satu upaya membantu merencanakan masa depan siswa. *Jurnal Empowering Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, 1, 13-22. <https://core.ac.uk/display/229219358>
- Gunawan, W. 2016. Pengembangan wisata kopi berbasis masyarakat di Desa Warjabakti Kabupaten Bandung. *Sosioglobal: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Sosiologi*, 1(1), 33-48.
- Hadhizahra, Alya, Dia Fathul Jannah, Fauzia Adista Wati, Tri Nurfitriani, Program Studi, Pendidikan Fisika, and Universitas Sains. 2025. "PERAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DALAM MENINGKATKAN EFEKTIVITAS PROSES BELAJAR MENGAJAR." 12(2).
- Haidar, Galih, and Nurliana Cipta Apsari. 2020. "PORNOGRAFI PADA KALANGAN REMAJA." 136-43.
- Johnston, C. S., Luciano, E. C., Maggiori, C., Ruch, W., & Rossier, J. (2020). Validation of the career adaptability scale in Indonesia: Contributions of adaptability and adaptability resources to perceived fit and work engagement. *Journal of Vocational Behavior*, 119, 103399. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2020.103399>
- MARDIYAH, SITI. 2011. "PERUBAHAN FISIK PADA MASA PUBERTAS D." 19-22.
- MARPAUNG, SUHAILAH. 2018. "MOTIVASI BELAJAR SISWA PADA MASA
- Masfufah, V., 2020. Pengaruh komunikasi orang tua-remaja dan konsep diri terhadap orientasi masa depan pada remaja (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta). [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/52494/1/VERA%20MASFU FAH-FPSI.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/52494/1/VERA%20MASFU%20FAH-FPSI.pdf)
- Niles, S. G., & Harris-Bowlsbey, J. (2016). *Career development interventions* (5th ed.). Boston: Pearson.

- Nurhayati, Tati. 2016. "PERKEMBANGAN PERILAKU PSIKOSOSIAL PADA MASA PUBERTAS."
- PUBERTAS DI KELAS VIII MTS SWASTA AL-WASHLIYAH TELUK NIBUNG KOTA TANJUNGBALAI SKRIPSI." UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA.
- Putri, Eggi Regina, Prodi Bimbingan, Konseling Pendidikan, and Fakultas Tarbiyah. 2024. "PEMAHAMAN SISWA TERHADAP POTENSI DAN IDENTITAS DIRI SERTA RENCANA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENINDAKLANJUTINYA DI SMPN 5 REJANG LEBONG."
- Qudus, A. A., Suryadi, A., Zamakhsari, A., & Paramansyah, A. (2023). *pengembangan KURIKULUM PENDIDIKAN AGAMA ISLAM PADA LEMBAGA PENDIDIKAN MADRASAH DAN PONDOK PESANTREN DALAM ERA DIGITAL*.
- Reinandini, Elvina, Siti Fatimah, and El Salim. 2024. "KRISIS IDENTITAS DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI ISLAM TENTANG PENCARIAN JATI DIRI." 1(3).
- Rusli, Izzatur. 2022. "PSIKOSOSIAL REMAJA: SEBUAH SINTESA TEORI ERICK ERIKSON DENGAN KONSEP ISLAM." 6(1):75-89.
- Rusli, Kurnia. 2021. "Pengaruh Masa Pubertas Terhadap Motivasi Belajar Pendidikan Jasmani Di SMP Negeri 30 Makassar." 31-37.
- Sary, Yessy Nur Endah. 2017. "PERKEMBANGAN KOGNITIF DAN EMOSI PSIKOLOGI MASA REMAJA AWAL." 1(1):6-12.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social-emotional learning: Theory, research, and practice. In T. L. Goodwin et al. (Eds.), *Handbook of social and emotional learning* (pp. 88-103). Cambridge University Press.
- Umar, Hanif, Eli Masnawati, and Eli Masnawatiunsuriacid. 2024. "Peran Lingkungan Sekolah Dalam Pembentukan Identitas Remaja." 3(Fadlillah 2017).
- Widiarti, Pratiwi Wahyu. 2017. "Informasi KONSEP DIRI (SELF CONCEPT) DAN KOMUNIKASI INTERPERSONAL DALAM PENDAMPINGAN PADA SISWA SMP SE." 47(1):135-48.
- Yildiz, M., & Eldeleklioglu, J., 2018. Investigation of the school dropout problem at level of primary and secondary schools in Turkey. *European Journal of Education Studies*, pp. 33-48.