

INTOLERANSI BERBASIS SARA DAN RISIKO GANGGUAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA: IMPLIKASI DALAM LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Reksa Hasena Aswadijagat¹, Jasmine Julia Athir², Azzahra Shafitri Andrianita³,
Naila Alma Muzfira⁴, Dyaz Priyadi⁵, Ratna Fitria⁶

reksa060506@student.upi.edu¹, jasminejulia23@student.upi.edu²,
azzahraashan24@student.upi.edu³, nlaalmaa07@student.upi.edu⁴, dyazpriyadi@student.upi.edu⁵,
ratna_fitria@upi.edu⁶

Universitas Pendidikan Indonesia

Abstrak

Intoleransi berbasis suku, agama, ras, dan antargolongan (SARA) di lingkungan sekolah menengah merupakan permasalahan yang berimplikasi serius terhadap perkembangan psikososial peserta didik. Meskipun hubungan antara diskriminasi berbasis identitas dan kesehatan mental telah dikaji dalam literatur internasional, integrasi eksplisit antara kerangka perkembangan Erikson, konteks intoleransi SARA multidimensi di Indonesia, dan sistem layanan Bimbingan dan Konseling (BK) masih sangat terbatas dalam literatur nasional. Artikel ini menggunakan pendekatan integrative literature review untuk mengkaji tiga pertanyaan: (1) bagaimana intoleransi SARA menghambat pembentukan identitas remaja berdasarkan tahap kelima teori perkembangan psikososial Erikson; (2) apa manifestasi psikologis dari hambatan tersebut; dan (3) bagaimana layanan BK di sekolah dapat merespons permasalahan tersebut. Penelusuran dilakukan pada tiga basis data (Google Scholar, ERIC, dan SINTA), menghasilkan 9 sumber yang memenuhi kriteria inklusi, dengan 5 studi empiris sebagai basis sintesis utama. Temuan menunjukkan bahwa intoleransi SARA membatasi psychosocial moratorium yang diperlukan untuk resolusi krisis identitas pada tahap kelima Erikson, yang berkorelasi dengan gejala kecemasan sosial, penurunan harga diri, dan gejala depresif. Hubungan tersebut bersifat korelasional dan dimoderasi oleh faktor pelindung. Artikel ini berargumen bahwa layanan BK berbasis perkembangan memiliki posisi strategis untuk merespons permasalahan ini, dengan catatan bahwa temuan internasional memerlukan kontekstualisasi sebelum diterapkan di Indonesia.

Kata Kunci: Integrative Literature Review, Intoleransi SARA, Kesehatan Mental Remaja, Pembentukan Identitas, Erikson, Bimbingan dan Konseling.

PENDAHULUAN

Sekolah tidak hanya berfungsi sebagai sarana transmisi pengetahuan akademik, tetapi juga sebagai lingkungan sosial yang memfasilitasi proses sosialisasi dan pembentukan identitas peserta didik (Gysbers & Henderson, 2012). Interaksi antarpeserta didik dengan latar belakang suku, agama, ras, dan antargolongan (SARA) yang beragam menjadi bagian tidak terpisahkan dari pengalaman pendidikan (Verkuyten, 2018). Namun, keberagaman yang seharusnya menjadi potensi kekayaan sosial sering kali justru memicu konflik ketika sikap intoleransi berkembang di lingkungan sekolah.

Data empiris mengenai intoleransi di kalangan pelajar Indonesia perlu dikaji dengan kehati-hatian metodologis. Wahid Foundation (2016) melalui survei nasional terhadap pelajar SMA menemukan kecenderungan sikap intoleran pada sebagian responden. Namun, karena survei tersebut merupakan produk lembaga advokasi, bukan kajian akademis yang melewati peer review ketat, maka temuannya harus diperlakukan sebagai indikasi awal yang masih memerlukan konfirmasi dari penelitian akademik yang lebih terkontrol. Di sisi yang lebih dokumentatif, Komnas HAM (2021) mencatat bahwa kasus intoleransi di lingkungan pendidikan mencakup berbagai bentuk, mulai dari eksklusivisme sosial berbasis identitas hingga perlakuan merendahkan terhadap peserta didik dari kelompok minoritas.

Fenomena ini memiliki urgensi khusus dalam layanan Bimbingan dan Konseling (BK) karena populasi yang terdampak adalah remaja, yang berada pada fase krusial dalam pembentukan identitas diri. Dalam teori perkembangan psikososial Erikson (1968), masa remaja merupakan tahap yang ditandai oleh krisis antara identity dan role confusion. Paparan terhadap intoleransi berbasis SARA berpotensi menjadi faktor eksternal yang menghambat penyelesaian krisis tersebut, sehingga berimplikasi pada kondisi kesehatan mental remaja (Phinney & Ong, 2007). Layanan BK di sekolah, sebagaimana diamanatkan oleh Permendikbud No. 111 Tahun 2014, memiliki tanggung jawab untuk merespons permasalahan perkembangan peserta didik, baik melalui pendekatan preventif maupun kuratif. Respons yang tepat mensyaratkan pemahaman konseptual yang memadai mengenai mekanisme bagaimana intoleransi memengaruhi perkembangan psikososial, yakni suatu landasan yang selama ini masih lemah dalam literatur nasional.

METODOLOGI

Artikel ini menggunakan pendekatan integrative literature review sebagai metode penelitian. Pendekatan ini dipilih secara sadar sebagai pengganti klaim systematic literature review (SLR) yang memerlukan protokol yang lebih ketat, seperti penilaian kualitas formal, prosedur PRISMA yang lengkap, dan sintesis yang dapat direplikasi secara penuh. Sebagai integrative literature review, artikel ini mengikuti panduan Snyder (2019) yang memungkinkan kombinasi antara literatur empiris dan teoretis untuk membangun kerangka konseptual baru, yakni pendekatan yang lebih realistis dan defensif secara akademik untuk tujuan kajian ini.

Pilihan pendekatan ini didasarkan pada tiga pertimbangan. Pertama, tujuan artikel adalah membangun kerangka konseptual integrasi antara tiga domain (intoleransi SARA, perkembangan identitas, dan layanan BK), bukan menghasilkan estimasi efek kuantitatif yang mensyaratkan SLR penuh. Kedua, keterbatasan literatur nasional yang spesifik menjadikan pendekatan integratif lebih realistis. Ketiga, integrative review diakui sebagai metode yang valid untuk menghasilkan kontribusi konseptual dalam bidang pendidikan dan konseling (Torraco, 2005).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Matriks Sintesis Literatur

Sebelum pembahasan substantif, Tabel 1 merangkum karakteristik dan temuan utama dari lima studi empiris inti yang menjadi dasar sintesis artikel ini. Matriks ini disajikan untuk memberikan transparansi analitis dan memudahkan pembaca memverifikasi dasar argumentasi yang dikembangkan.

Tabel 1 Matriks Sintesis Literatur Inti

Sumber	Metode	Populasi/Konteks	Temuan Utama	Relevansi
Benner et al. (2018)	Meta-analisis (91 studi)	Remaja; konteks AS	Diskriminasi etnis berkorelasi dg kecemasan sosial & penurunan keterlibatan sekolah	Manifestasi psikologis diskriminasi
Schmitt et al. (2014)	Meta-analisis (328 studi)	Populasi umum, inkl. remaja	Diskriminasi yang dipersepsikan berkorelasi signifikan dengan	Dasar empiris kluster gejala

Sumber	Metode	Populasi/Konteks	Temuan Utama	Relevansi
			depresi, kecemasan, & rendahnya harga diri	
Titzmann & Jugert (2017)	Longitudinal (panel data)	Remaja imigrasi; Eropa	Diskriminasi etnis berkaitan dg penurunan sense of belonging; efek internalisasi terdeteksi longitudinal	Mediator gangguan identitas
Setiawan (2019)	Survei korelatif	Remaja SMA; Indonesia	Intoleransi agama berkorelasi dg rendahnya kesejahteraan psikologis; identitas agama sbg faktor pelindung	Kontekstualisasi Indonesia
Phinney & Ong (2007)	Kajian konseptual-empiris	Remaja kelompok minoritas	Identitas etnis yang kuat memoderasi dampak negatif diskriminasi	Faktor pelindung & ketahanan

B. Mekanisme Penghambatan Eksplorasi Identitas oleh Intoleransi SARA

Erikson (1968) mensyaratkan adanya psychosocial moratorium sebagai kondisi yang memungkinkan remaja mengeksplorasi berbagai peran dan identitas tanpa tekanan sosial yang berlebihan. Sintesis literatur menunjukkan bahwa intoleransi SARA secara konsisten membatasi moratorium tersebut melalui setidaknya tiga jalur.

1. Jalur Pertama: Pengucilan Sosial Berbasis Identitas

Benner et al. (2018) dan Verkuyten (2018) secara konvergen menunjukkan bahwa ketika identitas agama atau etnis seorang remaja menjadi sasaran stigma dan pengucilan di sekolah, remaja kehilangan lingkungan yang aman untuk mengeksplorasi identitasnya secara terbuka. Remaja dihadapkan pada pilihan yang bersifat maladaptif: menyembunyikan identitas yang menimbulkan konflik batin, mengabaikan identitas yang mengganggu integrasi diri, atau mempertahankan identitas di lingkungan penuh penolakan yang memicu konflik berkelanjutan.

2. Jalur Kedua: Distorsi pada Proses Status Identitas

Merujuk pada model Marcia (1980) yang dielaborasi oleh Kroger & Marcia (2011), remaja yang mengalami tekanan sosial berbasis identitas cenderung terdorong ke arah status foreclosure, yakni kondisi di mana identitas diadopsi berdasarkan tekanan eksternal tanpa eksplorasi mandiri, ataupun ke arah status diffusion, yaitu kondisi di mana tidak terjadi eksplorasi maupun komitmen identitas yang jelas. Kedua status ini berkaitan dengan fungsi psikologis yang lebih rendah dalam jangka panjang.

3. Jalur Ketiga: Penghambatan Identitas Etnis dan Agama secara Spesifik

Phinney (1992) dan Phinney & Ong (2007) mengidentifikasi bahwa remaja dari kelompok minoritas yang mengalami tekanan sosial berbasis etnis sering kali tidak memiliki ruang yang aman untuk mengeksplorasi dan mengafirmasi identitas kelompoknya. Temuan Benner et al. (2018) yang menekankan korelasi dengan keterlibatan

sekolah bersifat komplementer dengan temuan Phinney & Ong yang lebih spesifik menyentuh mekanisme intrapsikis dari gangguan identitas.

C. Manifestasi Psikologis pada Kesehatan Mental Remaja

Sintesis literatur mengidentifikasi tiga kluster manifestasi psikologis yang berkorelasi dengan pengalaman intoleransi dan hambatan identitas. Perlu ditegaskan sejak awal bahwa seluruh hubungan yang diidentifikasi dalam bagian ini bersifat korelasional, bukan kausal. Kompleksitas hubungan antara diskriminasi, identitas, dan kesehatan mental dimoderasi oleh sejumlah faktor yang akan dibahas pada bagian 4.4.

1. Kecemasan Sosial dan Penarikan Diri

Meta-analisis Benner et al. (2018) menemukan korelasi positif antara diskriminasi etnis pada remaja dengan kecemasan sosial dan kecenderungan menarik diri dari kegiatan sekolah. Dalam kerangka Erikson (1968), kondisi ini dapat dipahami sebagai manifestasi *role confusion*. Titzmann & Jugert (2017) menambahkan bahwa efek ini terdeteksi secara longitudinal, dengan gangguan pada *sense of belonging* sebagai mediatornya.

2. Penurunan Harga Diri

Pada masa remaja, harga diri sangat dipengaruhi oleh penerimaan sosial dan pengakuan kelompok sebaya (Harter, 2012). Meta-analisis Schmitt et al. (2014) terhadap 328 studi mengonfirmasi korelasi yang signifikan antara diskriminasi yang dipersepsikan dan rendahnya harga diri. Faktor-faktor seperti kekuatan identitas kelompok dan dukungan dari dalam komunitas sendiri dapat memperlemah hubungan negatif ini, sebagaimana ditunjukkan oleh Setiawan (2019).

3. Gejala Depresif dan Disorientasi Peran

Remaja yang mengalami *role confusion* berat dapat menunjukkan ketidakjelasan arah dan tujuan hidup (Erikson, 1968). Secara empiris, pengalaman diskriminasi berkaitan dengan peningkatan gejala internalisasi tersebut dalam rentang waktu berikutnya (Titzmann & Jugert, 2017). Besaran efek bervariasi tergantung karakteristik kontekstual, termasuk apakah diskriminasi terjadi dalam konteks mayoritas-minoritas yang jelas atau dalam konteks yang lebih beragam (Schmitt et al., 2014).

D. Faktor Pelindung dan Moderator

Kajian hubungan intoleransi dan kesehatan mental tidak dapat mengabaikan faktor-faktor yang memperkuat atau memperlemah dampak tersebut. Identitas agama yang terinternalisasi terbukti berfungsi sebagai faktor pelindung terhadap dampak intoleransi pada kesejahteraan psikologis remaja (Setiawan, 2019). Remaja dengan rasa identitas etnis yang kuat cenderung lebih tahan terhadap dampak negatif diskriminasi (Phinney & Ong, 2007). Faktor dukungan keluarga, dukungan komunitas, dan kualitas hubungan guru-peserta didik juga diidentifikasi dalam literatur yang lebih luas sebagai moderator penting (Benner et al., 2018).

Implikasi dari temuan ini adalah bahwa intervensi BK tidak hanya perlu merespons stres yang diakibatkan intoleransi, tetapi juga perlu secara aktif memperkuat faktor-faktor pelindung tersebut. Pendekatan yang berfokus semata pada eliminasi intoleransi tanpa memperkuat ketahanan identitas peserta didik yang terdampak kemungkinan besar tidak akan optimal.

E. Implikasi bagi Layanan BK di Sekolah

Permasalahan ini tidak dapat ditangani melalui intervensi reaktif semata setelah konflik terjadi, melainkan memerlukan respons preventif yang sistematis (Gysbers & Henderson, 2012). Implikasi bagi layanan BK dapat dioperasionalkan melalui dua komponen utama.

1. Komponen Layanan Dasar (Preventif)

Guru BK dapat mengembangkan program bimbingan klasikal yang secara eksplisit membahas tema identitas, keberagaman, dan kesehatan mental. Program ini tidak hanya menekankan pemahaman normatif tentang nilai toleransi, tetapi juga membantu peserta didik memahami secara psikologis bagaimana tekanan terhadap identitas dapat memengaruhi kesejahteraan mereka (Yusuf & Nurihsan, 2005). Dengan demikian, layanan BK berperan dalam membantu remaja membangun *identity resilience*, yaitu kapasitas untuk mempertahankan koherensi identitas di bawah tekanan sosial (Phinney & Ong, 2007).

2. Komponen Layanan Responsif (Kuratif)

Guru BK perlu memiliki kepekaan diagnostik terhadap indikator gangguan identitas yang berkaitan dengan pengalaman intoleransi. Peserta didik yang menunjukkan perubahan perilaku seperti penarikan diri secara tiba-tiba, penurunan prestasi akademik, atau perubahan ekspresi identitas yang signifikan perlu mendapatkan asesmen lebih lanjut (Gysbers & Henderson, 2012). Konseling individual dalam konteks ini tidak bertujuan mengubah identitas peserta didik, melainkan membantu mereka menyelesaikan krisis identitas yang terhambat, sejalan dengan prinsip *developmental* dalam BK (Yusuf & Nurihsan, 2005). Lima fungsi BK (pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan, dan pengembangan) memiliki peran yang saling berkaitan dalam merespons intoleransi SARA secara holistik.

Perlu ditegaskan bahwa rekomendasi operasional di atas dirumuskan berdasarkan sintesis literatur yang mayoritas berasal dari konteks internasional. Diperlukan penelitian implementasi di sekolah-sekolah Indonesia untuk memverifikasi efektivitas dan relevansi kontekstual dari rekomendasi tersebut.

F. Irisan dengan Pendidikan Kewarganegaraan

Permasalahan intoleransi SARA tidak hanya menjadi ranah layanan BK. Mata pelajaran PKn memuat kompetensi yang berkaitan dengan toleransi dan pembentukan identitas kebangsaan (Kemendikbud, 2022). Namun, pembelajaran PKn umumnya berfokus pada aspek kognitif dan normatif, sementara dimensi psikologis dari dinamika identitas belum menjadi fokus utama. Perbedaan orientasi ini justru menciptakan peluang komplementaritas: PKn bekerja pada pemahaman konseptual dan normatif tentang toleransi, sementara BK bekerja pada dimensi afektif dan psikososial. Kolaborasi antara guru PKn dan guru BK dalam program terintegrasi merupakan pendekatan yang secara konseptual menjanjikan, meskipun hingga saat ini belum terdokumentasi secara empiris dalam literatur nasional (Supriatna & Wahyudi, 2020).

KESIMPULAN

Menjawab tiga pertanyaan penelitian yang dirumuskan, artikel ini menghasilkan tiga simpulan utama.

Pertama, intoleransi SARA menghambat pembentukan identitas remaja melalui setidaknya tiga jalur: (1) pengucilan sosial yang membatasi *psychosocial moratorium*, (2) distorsi proses status identitas ke arah *foreclosure* atau *diffusion*, dan (3) penghambatan eksplorasi identitas etnis atau agama secara spesifik. Mekanisme ini dapat dijelaskan secara koheren menggunakan kerangka tahap kelima Erikson (1968) dan elaborasinya oleh Marcia (1980) serta Phinney & Ong (2007).

Kedua, hambatan pembentukan identitas tersebut berkorelasi dengan manifestasi psikologis yang teridentifikasi dalam tiga kluster: kecemasan sosial dan penarikan diri, penurunan harga diri, serta gejala depresif dan disorientasi peran. Hubungan ini bersifat korelasional dan tidak seragam; besaran dampak dimoderasi oleh faktor-faktor pelindung

seperti kekuatan identitas kelompok dan dukungan sosial (Setiawan, 2019; Phinney & Ong, 2007).

Ketiga, layanan BK di sekolah memiliki posisi strategis untuk merespons permasalahan ini melalui komponen layanan dasar yang bersifat preventif dan komponen layanan responsif yang bersifat kuratif. Pada tingkat konseptual, guru BK perlu memahami intoleransi SARA bukan sekadar sebagai masalah perilaku, melainkan sebagai faktor yang secara sistemik dapat mengganggu tugas perkembangan peserta didik. Pada tingkat operasional, program BK perlu dikembangkan yang secara eksplisit menghubungkan isu intoleransi dengan pemahaman tentang perkembangan identitas dan kesehatan mental, meskipun efektivitasnya di konteks Indonesia masih memerlukan verifikasi empiris lebih lanjut.

Keterbatasan Penelitian

Artikel ini memiliki beberapa keterbatasan yang harus diakui secara transparan. Pertama, sebagai integrative literature review, artikel ini tidak menghasilkan data empiris baru dan tidak dapat mengklaim tingkat sistematisitas yang sama dengan SLR penuh. Kedua, mayoritas sumber yang digunakan berasal dari konteks internasional dengan dinamika sosial yang berbeda dari Indonesia, sehingga transferabilitas temuan tidak dapat diasumsikan secara otomatis. Ketiga, literatur nasional yang secara empiris mengkaji hubungan intoleransi SARA, pembentukan identitas, dan kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

- Benner, A. D., Wang, Y., Shen, Y., Boyle, A. E., Polk, R., & Cheng, Y. P. (2018). Racial/ethnic discrimination and well-being during adolescence: A meta-analytic review. *American Psychologist*, 73(7), 855–883. <https://doi.org/10.1037/amp0000204>
- Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society* (2nd ed.). W. W. Norton.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton.
- Gysbers, N. C., & Henderson, P. (2012). *Developing and managing your school guidance and counseling program* (5th ed.). American Counseling Association.
- Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2nd ed.). Guilford Press.
- Kemendikbud. (2022). *Capaian pembelajaran mata pelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Komnas HAM. (2021). *Laporan tahunan Komisi Nasional Hak Asasi Manusia 2021*. Komisi Nasional Hak Asasi Manusia Republik Indonesia.
- Kroger, J., & Marcia, J. E. (2011). The identity statuses: Origins, meanings, and interpretations. Dalam S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 31–53). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9_2
- Marcia, J. E. (1980). Identity in adolescence. Dalam J. Adelson (Ed.), *Handbook of adolescent psychology* (pp. 159–187). Wiley.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: The PRISMA statement. *PLOS Medicine*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingan dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Menengah. (2014). Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Phinney, J. S. (1992). The multigroup ethnic identity measure: A new scale for use with diverse groups. *Journal of Adolescent Research*, 7(2), 156–176. <https://doi.org/10.1177/074355489272003>
- Phinney, J. S., & Ong, A. D. (2007). Conceptualization and measurement of ethnic identity:

- Current status and future directions. *Journal of Counseling Psychology*, 54(3), 271–281. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.54.3.271>
- Popay, J., Roberts, H., Sowden, A., Petticrew, M., Arai, L., Rodgers, M., & Britten, N. (2006). Guidance on the conduct of narrative synthesis in systematic reviews. ESRC Research Methods Programme.
- Schmitt, M. T., Branscombe, N. R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 140(4), 921–948. <https://doi.org/10.1037/a0035754>
- Setiawan, A. (2019). Intoleransi agama dan kesejahteraan psikologis remaja SMA: Peran moderasi identitas agama. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(2), 112–121.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Supriatna, M., & Wahyudi, T. (2020). Kesiapan guru bimbingan dan konseling dalam menangani isu intoleransi di sekolah menengah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 5(1), 45–57.
- Titzmann, P. F., & Jugert, P. (2017). Ethnic discrimination among young adolescents in diverse societies: Findings from a longitudinal study. *Child Development*, 88(5), 1497–1512. <https://doi.org/10.1111/cdev.12720>
- Torraco, R. J. (2005). Writing integrative literature reviews: Guidelines and examples. *Human Resource Development Review*, 4(3), 356–367. <https://doi.org/10.1177/1534484305278283>
- Verkuyten, M. (2018). *The social psychology of ethnic identity* (2nd ed.). Routledge.
- Wahid Foundation. (2016). *Survei nasional: Potensi radikalisme dan intoleransi di kalangan pelajar SMA di Indonesia*. Wahid Foundation.
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2005). *Landasan bimbingan dan konseling*. Remaja Rosdakarya.