

**PERENCANAAN KONSELING PASTORAL TERHADAP
MAHASISWA PRODI PASTORAL KONSELING YANG
MENGALAMI STRES AKADEMIK DI IAKN TORAJA**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja sebagai Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)**

**YURLIANTI TANGGANA
2220208070**

**Program Studi Pastoral Konseling
FAKULTAS TEOLOGI DAN SOSIOLOGI KRISTEN
INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Perencanaan Konseling Pastoral terhadap Mahasiswa Prodi
Pastoral Konseling yang Mengalami Stres Akademik di
IAKN Toraja

Disusun oleh :

Nama : Yurlianti Tanggana

NIRM : 2220208070

Program Studi : Pastoral Konseling

Fakultas : Teologi dan Sosiologi Kristen

Setelah dikonsultasikan, dikoreksi, dan diperbaiki berdasarkan arahan dosen pembimbing, maka skripsi ini disetujui untuk dipertahankan pada ujian skripsi yang diselenggarakan oleh Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.

Tana Toraja, 01 Juli 2024

Dosen Pembimbing

Pembimbing I,



Srimart Ryeni, M.Si.
NIDN 2203038901

Pembimbing II,



Ones Kristiani Rapa', M.Si.
NIDN 2206089401

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Perencanaan Konseling Pastoral terhadap Mahasiswa Prodi
Pastoral Konseling yang Mengalami Stres Akademik di
IAKN Toraja


Disusun oleh :
Nama : Yurlianti Tanggana
NIRM : 2220208070
Program Studi : Pastoral Konseling
Fakultas : Teologi dan Sosiologi Kristen

Dibimbing oleh :
I. Srimart Ryeni, M.Si.
II. Ones Kristiani Rapa', M.Si.

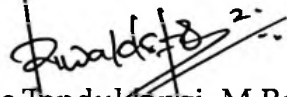
Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada ujian sarjana (S-1)
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja tanggal 08 Juli 2024 dan
diyudisium tanggal 31 Juli 2024.

Dewan Penguji

Penguji Utama,



Semuel Tokam, M.Th.
NIDN. 2230036701

Penguji Pendamping,



Rinaldus Tandukangi, M.Pd.
NIDN. 2224079301

Panitia Ujian Skripsi

Ketua,


Srimart Ryeni, M.Si.
NIDN. 2203038901

Sekretaris,


Masnawati, M.Pd.
NIDN. 0923058903



SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

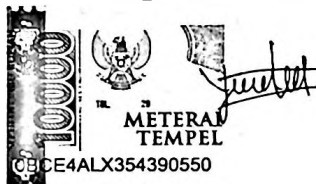
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yurlianti Tanggana
NIRM : 2220208070
Fakultas : Teologi dan Sosiologi Kristen
Program Studi : Pastoral Konseling
Judul Skripsi : Perencanaan Konseling Pastoral terhadap Mahasiswa Prodi Pastoral Konseling yang Mengalami Stres Akademik di IAKN Toraja

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi tersebut adalah merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan yang dengan jelas disebutkan sumber rujukannya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan hasil saduran atau jiplakan dari karya orang lain, maka pihak kampus IAKN Toraja melalui rektor, berhak untuk mencabut gelar dan ijazah yang telah diberikan kepada saya.

Tana Toraja, 07 Agustus 2024

Yang Membuat Pernyataan



Yurlianti Tanggana
NIRM. 2220208070

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yurlianti Tanggana
NIRM : 2220208070
Program Studi : Pastoral Konseling

Dengan ini menyetujui untuk memberikan izin kepada pihak IAKN Toraja yaitu Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah skripsi yang berjudul:

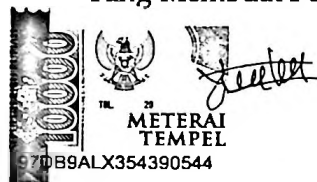
“Perencanaan Konseling Pastoral terhadap Mahasiswa Prodi Pastoral Konseling yang Mengalami Stres Akademik di IAKN Toraja”

Dengan ini pihak IAKN Toraja bebas menyimpan, mengelolanya dalam pangkalan data (*database*), mendistribusikannya dan menampilkan atau mempublikasikan sebagian dari skripsi ini (Bab 1 dan Bab 5) pada repository Perguruan Tinggi untuk kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama sebagai penulis skripsi ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Tana Toraja, 07 Agustus 2024

Yang Membuat Pernyataan



Yurlianti Tanggana
NIRM. 2220208070

HALAMAN PERSEMBAHAN

PUJI DAN SYUKUR KEPADA TUHAN YANG MAHA ESA, KARENA KASIH DAN ANUGERAH-NYA SEHINGGA PENULIS DAPAT MENYELESAIKAN SKRIPSI INI. OLEH KARENA ITU PENULIS MEMPERSEMBAHKAN KARYA INI KEPADA : KELUARGA, TEMAN, MAHASISWA YANG MENGALAMI STRES AKADEMIK DAN ORANG-ORANG YANG TELAH MERENDAHKAN PENULIS.

MOTTO

"HIDUPLAH BERDASARKAN DUNIA NYATA, BUKAN DUNIA MAYA"

"JIKA ORANG LAIN BISA, MAKA AKU JUGA HARUS BISA"

ABSTRAK

Stres akademik merupakan tantangan yang sering dihadapi oleh mahasiswa, termasuk mereka yang belajar di Program Studi Pastoral Konseling di Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja. Penelitian ini bertujuan untuk menguraikan bentuk perencanaan konseling pastoral terhadap mahasiswa prodi pastoral konseling yang mengalami stres akademik di IAKN Toraja.

Penelitian ini menggunakan penelitian fenomenologi. Informasi diperoleh melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa. Langkah-langkah perencanaan konseling pastoral termasuk identifikasi tantangan utama terkait stres akademik, penggunaan teknik seperti *problem free-talk*, *scaling question*, *miracle question*, *exceptions*, dan teknik *flagging the minefield*. Berdasarkan hasil penelitian A menghadapi stres akademik yang bersumber pada bidang pendidikan, hubungan sosial, dan kondisi keluarga. Beberapa diantaranya berhubungan dengan keyakinan diri, kepercayaan pada kemampuan, dan harapan akan prestasi, sementara yang lain berkaitan dengan tekanan eksternal dan situasi lingkungan. Oleh karena itu perencanaan konseling akan dilakukan dengan empat tahapan.

Kata kunci: *Konseling Pastoral, Stres Akademik, Solution-Focused Brief Counseling.*

ABSTRACT

Academic stress is a common challenge faced by students, including those studying in the Pastoral Counseling Program at the State Institute of Christian Religion (IAKN) Toraja. This study aims to outline the form of pastoral counseling planning for students in the pastoral counseling program experiencing academic stress at IAKN Toraja.

This research utilizes phenomenological research. Information was obtained through in-depth interviews with students. Steps in pastoral counseling planning include identifying key challenges related to academic stress, utilizing techniques such as problem-free talk, scaling questions, miracle questions, exceptions, and flagging the minefield technique. Based on the research findings, academic stress among students arises from educational aspects, social relationships, and family conditions. Some are related to self-confidence, belief in abilities, and expectations of achievement, while others are associated with external pressures and environmental situations. Therefore, counseling planning will proceed through four stages.

Keywords: Pastoral Counseling, Academic Stress, Solution-Focused Brief Counseling.