

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Dia sang pemilik kehidupan yang terus menyertai dengan penuh cinta kasih sehingga penulis dimampukan dalam menyelesaikan skripsi dengan judul **“PERENCANAAN KONSELING PASTORAL TERHADAP MAHASISWA PRODI PASTORAL KONSELING YANG MENGALAMI STRES AKADEMIK DI IAKN TORAJA”**. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis mengalami berbagai hambatan dan kesulitan. Namun dengan pertolongan Tuhan dan doa dari kedua orang tua serta saudara dan orang terdekat penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna dan banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun untuk kelengkapan skripsi ini, serta dapat dijadikan sebagai modal pengalaman dimasa yang akan datang. Penulis meyakini bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Joni Tapingku, M.Th. selaku Rektor Institut Agama Kristen Negeri Toraja yang telah memberikan kesempatan mendidik dan mengarahkan penulis selama menuntut ilmu di kampus.
2. Bapak Pdt. Syukur Matasak, M.Th dan Bapak Fajar Kelana, M.Th serta Bapak Roby Marrung, M.Th, selaku dekan dan wakil dekan I serta wakil dekan II fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
3. Ibu Yelinda Sri Silvia, M.Th. selaku Koordinator Program Studi Pastoral Konseling.
4. Ibu Ryeni Srimart, M.Si. selaku ketua panitia pelaksana ujian sekaligus Dosen pembimbing I dan Ibu Ones Kristiani Rapa', M.Si, selaku pembimbing II penulis yang

selama ini banyak memberikan waktu untuk membimbing, memberikan arahan, saran bahkan motivasi bagi penulis sehingga skripsi ini dapat selesai.

5. Bapak Samuel Tokam, M.Th, selaku dosen Penguji I dan Bapak Rinaldus Tanduklangi, M.Th, selaku dosen penguji II yang telah memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Segenap tenaga kependidikan dan staf Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
7. Kepada kedua orangtua yang hebat, ayahanda Kristian Patintingan dan ibunda Rahel Tasik. Cinta kasih yang tulus tak terhingga yang tidak mengenal lelah dalam memenuhi kebutuhan penulis, dukungan yang senantiasa diberikan kepada penulis serta upaya yang tak terhitung jumlahnya demi memastikan penulis memiliki masa depan yang cerah. Kepercayaan yang diberikan kepada penulis adalah anugerah yang tak ternilai harganya dari awal sampai akhir penulis menyelesaikan studi.
8. Segenap saudara/i ku Jepri Danun, Yunirta Bari, Yunarti Bine', Patrina Tumba' Yeskiyani Lena, dan Greis Saputri yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi serta semangat dan juga senantiasa memfasilitasi penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh teman-teman kelas B Pastoral Konseling angkatan 2020 yang senantiasa menjadi tempat berbagi cerita dan motivasi penulis.
10. Kepada teman baikku Nuryana Tanan dan Rimelda Anggona yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi untuk terus maju dan tidak kenal lelah dari awal semester I hingga akhir perkuliahan.

11. Kepada teman-temanku Serlina, Lilis Ine, Lilis Sarong Sarampang, Serlita Tudang, dan Yonel Oktavianus yang senantiasa menjadi tempat berbagi selama penulis menjalani perkuliahan Di IAKN Toraja sampai menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
12. Kepada Norpi S.Ag. yang membantu dan mendukung penulis dalam segala hal terkait dengan penyusunan skripsi ini.
13. Kepada semua pihak yang membantu dan mendukung penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung selama penulis menempuh pendidikan di IAKN Toraja.

Terima kasih untuk diri sendiri yang sudah mampu berusaha keras dan berjuang sampai saat ini, mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tak pernah memutuskan untuk menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini, penulis menyelesaikan dengan baik dan semaksimal mungkin, ini merupakan kebanggaan tersendiri bagi penulis.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih sangat jauh dari kata kesempurnaan, olehnya itu penulis membutuhkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca untuk penyempurnaan skripsi ini. Terima kasih, Tuhan Yesus Memberkati.

Tana Toraja, 03 Juli 2024

Yurlianti Tanggana

## DAFTAR ISI

SAMPUL.....	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	v
SURAT KETERANGAN PENGECEKAN PLAGIARISME.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
MOTTO.....	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Masalah.....	7
C. Rumusan Masalah.....	7
D. Tujuan Masalah.....	8
E. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis.....	8
F. Sistematika Penulisan.....	8
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>10</b>
A. Stres Akademik.....	10
1. Pengertian Stres Akademik.....	10
2. Penyebab Stres Akademik.....	11
3. Gejala Stres Akademik.....	16
B. Konseling Pastoral.....	19
1. Definisi Konseling Pastoral.....	19
2. Fungsi Konseling Pastoral.....	20
C. Pendekatan solution-focused brief counseling.....	22
1. Pengertian SFBC ( <i>solution-focused brief counseling</i> ).....	22
2. Teknik-SFBC ( <i>solution-focused brief counseling</i> ).....	24

D. Perencanaan Konseling Pastoral.....	27
1. Definisi Perencanaan Konseling Pastoral.....	27
2. Tahapan Perencanaan Konseling Pastoral.....	28
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
A. Jenis Metode Penelitian dan Alasan Pemilihannya.....	31
B. Waktu dan Tempat Penelitian dan Alasan Pemilihannya.....	31
C. Informan/Narasumber.....	32
D. Sumber Data.....	33
E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Teknik Analisis Data.....	34
G. Jadwal Penelitian.....	36
<b>BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS .....</b>	<b>38</b>
A. Deskripsi Hasil Penelitian.....	38
1. Menciptakan hubungan kepercayaan.....	38
2. Mengumpulkan data.....	39
3. Menyimpulkan sumber masalah.....	45
4. Membuat rencana tindakan.....	48
B. Analisis Penelitian.....	56
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>61</b>
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>64</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>69</b>
<b>CURICULUM VITAE.....</b>	<b>.....</b>