

**PENDEKATAN *CLIENT-CENTERED* SEBAGAI UPAYA PASTORAL
KONSELING BAGI MAHASISWA TINGKAT AKHIR DALAM
MENGHADAPI STRES AKADEMIK DI FAKULTAS TEOLOGI IAKN
MANADO**

PRAMESTI ARDITA KATIANDAGHO

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan stres akademik, mendeskripsikan kondisi mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres akademik, dan mendeskripsikan penerapan pendekatan Client-Centered sebagai upaya pastoral konseling di Fakultas Teologi IAKN Manado. Mahasiswa tingkat akhir memiliki kerentanan tinggi terhadap stres akademik yang ditandai dengan reaksi fisik dan emosional, terutama akibat tuntutan penyelesaian tugas akhir atau skripsi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan analisis deskriptif. Informan penelitian terdiri dari 13 orang mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Teologi IAKN Manado, yang dipilih melalui teknik Purposive Sampling dan Snowball Sampling.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor utama penyebab stres akademik meliputi: (1) tekanan internal dari diri sendiri (seperti rasa takut akan kegagalan, perasaan bersalah, dan ketidakmampuan), (2) ekspektasi tinggi dari keluarga (tekanan untuk lulus tepat waktu), dan (3) kurangnya literatur yang memadai. Kondisi yang dialami oleh mahasiswa yang mengalami stres akademik antara lain sering merasa lelah, sering merasa sakit, emosi tidak stabil, dan penurunan kualitas dalam praktik ibadah atau aspek spiritualitas. Pastoral konseling dengan pendekatan Client-Centered efektif dan relevan dalam membantu mahasiswa tingkat akhir. Pendekatan ini memfasilitasi mahasiswa untuk mengungkapkan beban batin mereka, mengenali potensi diri, dan memperkuat relasi spiritual. Hal ini secara holistik memulihkan aspek psikologis dan membangkitkan semangat rohani mereka untuk bangkit dari tekanan akademik dan menyelesaikan skripsi.

Kata Kunci : Pendekatan Client-Centered, Pastoral Konseling, Mahasiswa Tingkat Akhir, Stres Akademik

**CLIENT-CENTERED APPROACH AS A PASTORAL COUNSELING
EFFORT FOR FINAL YEAR STUDENTS IN DEALING WITH ACADEMIC
STRESS AT THE THEOLOGY FACULTY OF IAKN MANADO**

PRAMESTI ARDITA KATIANDAGHO

ABSTRACT

This study aims to identify factors that cause academic stress, describe the conditions of final-year students experiencing academic stress, and describe the application of the Client-Centered approach as a pastoral counseling effort at the Faculty of Theology, IAKN Manado. Final year students are highly vulnerable to academic stress, which is characterized by physical and emotional reactions, especially due to the demands of completing their final assignments or theses. This study used a qualitative method with a descriptive analysis approach. The research informants consisted of 13 final year students at the Faculty of Theology, IAKN Manado, who were selected using Purposive Sampling and Snowball Sampling techniques.

The results of the study show that the main factors causing academic stress include: (1) internal pressure from oneself (such as fear of failure, feelings of guilt, and incompetence), (2) high expectations from family (pressure to graduate on time), and (3) lack of adequate literature. Conditions experienced by students who experience academic stress include frequent fatigue, frequent illness, emotional instability, and a decline in the quality of worship practices or spirituality. Pastoral counseling with a client-centered approach is effective and relevant in helping final year students. This approach facilitates students to express their inner burdens, recognize their potential, and strengthen their spiritual relationships. This holistically restores psychological aspects and revives their spiritual enthusiasm to rise above academic pressure and complete their thesis.

Keywords: Client-Centered Approach, Pastoral Counseling, Final Year Students, Academic Stress