

ABSTRAK

Ningrum, Yashinta Aprista Widya. 2023. Pengalaman Mahasiswa Sebagai Individu Dewasa Awal Dalam Memaknai Refleksi yang Diterapkan Secara Rutin: Sebuah Analisis Tematik. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan memahami pengalaman refleksi yang dialami oleh mahasiswa sebagai individu dewasa awal. Informan dalam penelitian ini merupakan individu berusia 18-25 tahun yang melakukan refleksi secara konsisten, minimal dua kali dalam satu minggu. Informan penelitian merupakan mahasiswa yang berada pada jenjang pendidikan sarjana dengan rentang semester 4-8. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan menggunakan analisis tematik sebagai metode analisis data. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur terhadap lima informan secara luring maupun daring. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat tiga tema yang berkaitan dengan pengalaman refleksi informan, yaitu: 1) Refleksi untuk belajar mendalam dari pengalaman; 2) Pribadi yang reflektif sebagai keutamaan; 3) Refleksi sebagai pedoman untuk menentukan dan memantapkan tujuan hidup. Pengalaman kelima informan menunjukkan bahwa refleksi yang dilakukan secara konsisten, membuat mereka dapat melihat lebih dalam terhadap setiap pengalaman yang mereka alami dan kemudian memaknainya. Proses pemaknaan ini mengarahkan informan untuk tumbuh menjadi pribadi yang reflektif dalam menjalani hidupnya. Pada akhirnya, proses dalam refleksi membantu informan untuk memantapkan tujuan hidupnya dan memaknai hidupnya secara utuh.

Kata kunci: refleksi, makna, mahasiswa, analisis tematik

ABSTRACT

Ningrum, Yashinta Aprista Widya. 2023. College Students' Experiences in Interpreting Reflection That is Implemented Regularly: A Thematic Analysis. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Psychology Faculty, Sanata Dharma University.

This study aims to identify and understand the experience of reflection by students as early adults. The informants in this study are individuals aged 18-25 years who practice reflection consistently, at least twice a week. Informants in this research are students who are at the undergraduate education level in the 4-8 semester range. This research is a qualitative research that uses thematic analysis as a data analysis method. The data in this study were obtained through semi-structured interviews with five informants offline and online. The results of this study indicated that there are three themes related to the informants' reflection experience, namely: 1) Reflection to learn deeply from experience; 2) Reflective person as a virtue; 3) Reflection as a guide to determine and solidify life goals. The experiences of the five informants show that reflection, which is carried out consistently, allows them to look deeper into each experience they have and then make meaning of it. This meaning process led informants to grow into reflective person in their living. In the end, the process of reflection helps informants to solidify their life goals and make meaning of their whole of lives.

Keywords: reflection, meaning, student, thematic analysis