

ABSTRAK

Emanuella, Teresa. 2025. *Diri Dalam Krisis: Tekanan Skripsi*. Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma

Penyusunan skripsi merupakan fase krusial bagi mahasiswa tingkat akhir yang berada dalam masa transisi dewasa awal (*emerging adulthood*). Bagi mahasiswa tingkat akhir, khususnya mahasiswa Psikologi, proses ini menghadirkan tantangan spesifik berupa beban ekspektasi sosial sebagai calon praktisi kesehatan mental di tengah kerentanan emosional yang mereka alami sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif mahasiswa Psikologi dalam menghadapi tekanan skripsi dan bagaimana hal tersebut memengaruhi gambaran diri mereka. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis naratif *Listening Guide* dari Carol Gilligan untuk menangkap keberagaman suara batin partisipan melalui penyusunan *I-Poems* dan identifikasi suara-suara kontrapuntal. Hasil penelitian mengungkapkan tiga tema utama dalam narasi gambaran diri mahasiswa: (1) Diri yang Merawat Diri, (2) Diri yang Mengekspresikan Diri, dan (3) Diri yang Bertanggung Jawab. Temuan menunjukkan bahwa tekanan skripsi memicu krisis identitas dan inkongruensi diri, namun partisipan tetap mengupayakan strategi bertahan guna merekonstruksi makna diri mereka. Penelitian ini menyimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa selama pengerjaan skripsi sangat bergantung pada sinergi antara regulasi internal dan dukungan eksternal yang berbasis *unconditional positive regard*.

Kata kunci: Mahasiswa tingkat akhir, Tekanan Akademik, Skripsi, *Listening Guide*, Cinta Tak Bersyarat, Kecemasan, Gambaran Diri.

ABSTRACT

Emanuella, Teresa. 2025. *The Self in Crisis: Under Thesis Pressure*. Yogyakarta. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Psychology Faculty, Sanata Dharma University

Thesis writing is a crucial transition phase in emerging adulthood that often triggers psychological pressure. For final-year student, especially Psychology students, this process presents specific challenges, namely the burden of social expectations as future mental health practitioners amidst their own emotional vulnerabilities. This study aims to deeply explore the subjective experiences and self-image dynamics of three final-year Psychology students facing academic pressure. A qualitative approach using Carol Gilligan's Listening Guide narrative analysis was employed to capture the polyphony of participants' inner voices through I-Poems and the identification of contrapuntal voices. The results revealed three central themes in the participants' self-narratives: (1) The Self that Cares for the Self, (2) The Self that Expresses the Self, and (3) The Self that is Responsible. Findings indicate that academic pressure triggers identity crises and self-incongruence; however, participants continue to employ coping strategies to reconstruct their self-meaning. This study concludes that students' psychological well-being during the thesis process significantly depends on the synergy between internal regulation and external support based on unconditional positive regard.

Keywords: Final-year students, Academic Pressure, Undergraduate Thesis, Listening Guide, Unconditional Positive Regard, Anxiety, Self-Image.