



**MANAJEMEN STRES DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI
PIKIRAN RICHARD CARLSON DAN RELEVANSINYA BAGI
KEMATANGAN PSIKO-EMOSIONAL CALON IMAM SVD
SEMINARI TINGGI ST. PAULUS LEDALERO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero

untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Filsafat

Program Studi Ilmu Teologi-Filsafat

Agama Katolik

Oleh

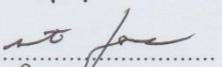
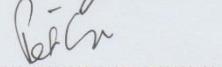
VENANSIUS RAGHA TEGU

NPM: 17.75.6221

SEKOLAH TINGGI FILSAFAT KATOLIK LEDALERO

2021

LEMBARAN PENERIMAAN JUDUL

1. NAMA : VENANSIUS RAGHA TEGU
2. NPM : 17.75.6221
3. JUDUL : MANAJEMEN STRES DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PIKIRAN RICHARD CARLSON DAN RELEVANSINYA BAGI KEMATANGAN PSIKO-EMOSIONAL CALON IMAM SVD SEMINARI TINGGI ST. PAULUS LEDALERO
4. Pembimbing:
 1. Maximus Manu, Drs, M.A : 
 - (Penanggung Jawab)
 2. Antonius Jemaru, M.Sc. : 
 3. Dr. Petrus Dori : 
5. Tanggal diterima : 03 April 2020
6. Mengesahkan:
Wakil Ketua I
7. MENGETAHUI
Ketua STFK Ledalero


Dr. Yosef Keladu



Dipertahankan di Depan Dewan Pengaji Skripsi

Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero

dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian

dari Syarat-syarat guna Memperoleh

Gelar Sarjana Filsafat

Program Studi Ilmu Teologi - Filsafat

Agama Katolik

Pada

12 Juni 2021

Mengesahkan

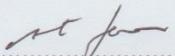
SEKOLAH TINGGI FILSAFAT KATOLIK LEDALERO

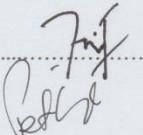
Ketua,



Dr. Otto Gusti N. Madung

DEWAN PENGUJI

1. Antonius Jemaru, M.Sc. : 

2. Maximus Manu, Drs, M.A : 

3. Dr. Petrus Dori : 

iii

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Venansius Ragha Tegu

NPM : 17.75.6221

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero **Hak Bebas Royalty Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas skripsi saya yang berjudul:

**MANAJEMEN STRES DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PIKIRAN
RICHARD CARLSON DAN RELEVANSINYA BAGI KEMATANGAN
PSIKO-EMOSIONAL CALON IMAM SVD SEMINARI TINGGI ST.
PAULUS LEDALERO**

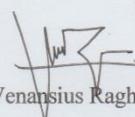
beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalty Noneksklusif ini Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Ledalero

Pada tanggal :2021

Yang menyatakan



Venansius Ragha Tegu

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Venansius Ragha Tegu

NPM : 17.75.6221

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero **Hak Bebas Royalty Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas skripsi saya yang berjudul:

**MANAJEMEN STRES DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PIKIRAN
RICHARD CARLSON DAN RELEVANSINYA BAGI KEMATANGAN
PSIKO-EMOSIONAL CALON IMAM SVD SEMINARI TINGGI ST.
PAULUS LEDALERO**

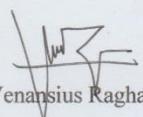
beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalty Noneksklusif ini Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Ledalero

Pada tanggal :2021

Yang menyatakan


Venansius Ragha Tegu

ABSTRAK

Venansius Ragha Tegu, 17.75.6221. *Manajemen Stres Dalam Perspektif Psikologi Pikiran Richard Carlson Dan Relevansinya Bagi Kematangan Psiko-emosional Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.* Skripsi. Program Sarjana, Program studi Filsafat Agama Katolik, Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, 2021.

Penulisan karya ilmiah ini bertujuan untuk (1) memaparkan manajemen stres dalam perspektif psikologi pikiran Richard Carlson, dan (2) mendeskripsikan relevansi, implikasi, dan rekomendasinya terhadap kematangan psiko-emosional calon imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero. Metode penulisan yang dipakai adalah metode gabungan kualitatif dan kuantitatif (*mixed method*). Penulis membaca karya-karya Richard Carlson untuk mendapatkan data sekunder dan mengumpulkan data dari Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero serta dilengkapi teknik kuesioner (angket) dan wawancara untuk mendapatkan data primer. Penelitian ini melibatkan 40 calon imam SVD tersebut sebagai sampel dan 5 partisipan dari sampel yang dipilih berdasarkan hasil pengukuran fenomena stres.

Dewasa ini, sejak proses globalisasi melanda dunia modern, manusia semakin terdesak untuk mencapai kesuksesan. Semakin sukses, maka semakin tinggi kebahagiaan hidup seseorang. Namun, pencapaian kesuksesan malah menuntun manusia pada fenomena stres. Calon imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero pun tak luput dari pengalaman psikologis tersebut. Beragam tuntutan yang harus dipenuhi sebagai calon imam SVD dapat menjadi *stressor* yang menghambat proses formasi menuju imamat. Kematangan psiko-emosional merupakan salah satu tuntutan dasar bagi calon imam SVD agar dapat mengolah diri dalam setiap pengalaman hidup sebagai seorang terpanggil. Realitas menunjukkan ciri-ciri ketidakbahagiaan dan kegagalan dalam menjalankan panggilan sebagai seorang calon imam bila hidup dengan stres secara negatif.

Hasil penelitian menunjukkan hubungan antara fenomena stres yang terukur dalam bentuk gejala (*symptom*) dan skala stres dengan kebutuhan akan strategi manajemen stres (*coping stres*) bagi calon imam SVD Seminari St. Paulus Ledalero. Berdasarkan penelitian riwayat gejala stres tidak sepenuhnya dapat menggambarkan skala stres yang dimiliki calon imam SVD tersebut. Gejala stres dalam kondisi apapun dapat ditangani dengan strategi manajemen stres yang tepat sehingga dapat menekan skala stres yang dimiliki calon imam SVD tersebut. Namun, riwayat gejala stres dalam keempat aspek yaitu fisik, emosional, intelektual, dan interpersonal tidak dapat diprediksi keberlangsungannya dalam diri para calon imam SVD tersebut dan dapat meningkatkan skala stres selama masa formasi di Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero. Fenomena stres akan tetap memasuki kehidupan calon imam SVD terlepas dari skala stres yang dimilikinya dan kebutuhan akan strategi manajemen stres tetap harus dipenuhi.

Kata kunci: Stres, manajemen stres, psiko-emosional, Richard Carlson, dan calon imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.

ABSTRACT

Venansius Ragha Tegu, 17.75.6221. *Stress Management in the Perspective of Richard Carlson's Psychological of Mind and Its Relevance for Psycho-emotional Maturity of SVD Seminarians in St. Paul Major Seminary of Ledalero.* Thesis. Undergraduate Program, Catholic Religious Philosophy Study Program, Ledalero Catholic Philosophy College, 2021.

The purpose of writing in this scientific paper is to (1) describe stress management in the perspective of Richard Carlson's psychology of mind, and (2) describe the relevance, implications, and recommendations for the psycho-emotional maturity of SVD seminarians in St. Paul Major Seminary Ledalero. The writing method used is a combined method of qualitative and quantitative (mixed method). The author reads the books of Richard Carlson to obtain secondary data and collects data from St. Paul Major Seminary of Ledalero and equipped with questionnaires and interviews to obtain primary data. This study involved 40 SVD seminarians as a sample and 5 participants from the sample selected based on the results of measuring stress phenomena.

Today, since the process of globalization hit the modern world, humans are increasingly being pushed to achieve success. The more successful of a person's life, the happiness is higher. However, the achievement of success, actually, leads humans to the phenomena of stress. The SVD Seminarians of St. Paul Major Seminary Ledalero did not avoid this psychological experience. The various demands that must be met as a candidate for an SVD priest can be a stressor that hinders the formation process towards the priesthood. Psycho-emotional maturity is one of the basic demands for SVD seminarians to be able to cultivate themselves in every life experience as a called. Reality shows the characteristics of unhappiness and failure in carrying out the vocation as a seminarian when living with negative stress.

The results showed a relationship between the phenomenon of stress measured in the form of symptoms and a stress scale with the need for stress management strategies (coping stress) for seminarians of SVD Seminary St. Paul Ledalero. Based on the research, the history of stress symptoms does not fully describe the stress scale of the prospective SVD priest. Symptoms of stress in any condition can be handled with appropriate stress management strategies so that they can reduce the stress scale of the SVD seminarians. However, the history of stress symptoms in the four aspects, namely physical, emotional, intellectual, and interpersonal, cannot be predicted for its continuity in the SVD seminarians and can increase the stress scale during the formation period at the St. Paul Ledalero Seminary. The phenomena of stress will still penetrate the lives of SVD seminarians, beside the the scale of stress they have and the need for stress management strategies must still be met.

Keywords: Stress, stress management, psycho-emotional, Richard Carlson, and SVD seminarians of the St. Paul Major Seminary Ledalero.

KATA PENGANTAR

Pertama-tama, penulis menghaturkan puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Mahakuasa karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah ini dengan baik. Karya ilmiah dengan judul “Manajemen Stres Dalam Perspektif Psikologi Pikiran Richard Carlson Dan Relevansinya Bagi Kematangan Psiko-emosional Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero” merupakan suatu bentuk ajakan penulis bagi pembaca untuk menyikapi fenomena stres melalui manajemen stres yang tepat. Secara khusus penulis mengajak para pembaca untuk melihat pentingnya manajemen stres bagi para calon imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero di era globalisasi ini.

Dewasa ini, sejak proses globalisasi melanda dunia modern, manusia semakin terdesak untuk mencapai kesuksesan. Ada slogan yang berbunyi: “Semakin sukses maka semakin tinggi kebahagiaan hidup seseorang”. Namun, pencapaian kesuksesan malah menuntun manusia pada fenomena stres. Stres menjadi akar permasalahan dan tidak jarang menjadi kambing hitam dari segala jenis persoalan hidup mulai dari persoalan individu, keluarga, pekerjaan maupun dalam relasi dengan sesama. Secara individu stres melanda siapapun dalam berbagai gejala berupa fisik, emosional, intelektual dan interpersonal.

Calon imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero pun tak luput dari pengalaman psikologis tersebut. Para calon imam SVD tersebut dihadapkan pada realitas perkembangan zaman dan tuntutan sebagai calon imam yang terus berubah serta menyesuaikan diri dengan keadaan tersebut. Beragam tuntutan lain yang harus dipenuhi sebagai calon imam SVD dapat menjadi *stressor* yang menghambat proses formasi menuju imamat. Para calon imam SVD tersebut membutuhkan manajemen stres (*coping stress*) yang berdayaguna meningkatkan kematangan psiko-emosional selama proses formasi berlangsung. Kematangan psiko-emosional sebagai salah

satu dari berbagai tuntutan sebagai anggota SVD diharapkan dapat dimiliki para calon imam SVD sebagai bentuk penyadaran dan penerimaan atas identitas diri seorang calon imam. Penulis akan meninjau fenomena stres dalam bentuk gejala dan skala stres calon imam SVD tersebut serta bertolak dari perspektif psikologi pikiran Richard Carlson untuk menemukan manajemen stres (*coping stress*) yang tepat bagi calon imam Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini tidak terselesaikan tanpa dukungan dari berbagai pihak baik moril maupun materil. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah ini terutama kepada yang terhormat:

1. Antonius Jemaru, M. Sc. selaku pembimbing. Waktu dan tenaga beliau telah disita demi menukseskan seluruh proses penulisan karya ilmiah ini.
2. Maximus Manu, Drs, M.A yang telah meluangkan waktu untuk menjadi dosen penguji.
3. Dr. Petrus Dori yang telah bersedia menjadi anggota tim penguji dan penanggung jawab.
4. Kedua orang tua (ayahanda tercinta Christianus Dhey Ina dan ibunda tersayang Margareta Ria), Kakak Sr. Yovita Ngode, SSpS dan Kakak Maria Goreti Ende Ina, Adik Vinsensius Pili Mosa, dan Reynardus So'i Tudi, keluarga besar dan sahabat kenalan yang selalu menanyakan dan mendoakan kelancaran penulisan karya ilmiah ini. Perhatian mereka mendorong penulis untuk mengerjakan karya ilmiah ini.
5. Pater Rektor, segenap konfrater SVD di Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero, secara khusus *alumnus* NSSK-23 dan Ledalero-80, prefek dan konfrater di wisma St. Yosef Freinademetz Ledalero, serta segenap *alumnus* SEMATH-80 yang memungkinkan penulis untuk terbuka membaca realitas fenomena stres serta secara kritis menanggapinya. Karya ilmiah ini didedikasikan untuk serikat dan almamater tercinta.

6. Segenap konfrater SVD yang bersedia meluangkan waktu dan tenaga untuk menjadi bagian dalam ke-40 responden guna mendukung penelitian dalam penulisan karya ilmiah ini.
7. Secara khusus saudari sepandiri Sr. Maria Flaviana Srinatalia, SSpS, dan Sr. Maria Florida Sasi, SSpS, saudara sepandiri P. Petrus Christologus Dhogo, SVD, Fr. Vinsensius Wejo Gili, SVD, Fr. Siprianus Veritas Ferdinando, SVD dan Fr. Paladius Woga, SVD yang bersedia membaca dan memberikan koreksi atas penulisan karya ilmiah ini.

Akhirnya, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dikarenakan terbatasnya pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk saran, masukan bahkan kritik yang membangun dari berbagai pihak. Semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan semua pihak khususnya dalam bidang manajemen stres.

Ledalero, 12 Juni 2021

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBARAN JUDUL	i
LEMBARAN PENERIMAAN JUDUL	ii
LEMBARAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	12
1.3 Tujuan Penulisan.....	12
1.4 Metode Penulisan.....	12
1.5 Signifikansi Tulisan	13
1.6 Sistematika Penulisan.....	14
BAB II LANDASAN TEORETIS: PSIKOLOGI PIKIRAN RICHARD CARLSON, KONSEP FENOMENA STRES DAN MANAJEMEN STRES, DAN CALON IMAM SVD SEMINARI TINGGI ST. PAULUS LEDALERO	15
2.1 Profil Richard Carlson.....	15
2.2 Fungsi Psikologis Manusia (Prinsip – Prinsip Pikiran)	17
2.2.1 Hubungan Antara Pemikiran dan Perasaan-Perasaan.....	19
2.2.2 Kita Adalah Pemikir Pikiran Kita Sendiri.....	20
2.2.3 Tipe Manusia dalam Hubungan dengan Pikiran	22
2.2.4 Pikiran Tidak Selalu Harus Ditanggapi Serius	23
2.2.5 Pilihan untuk Bertindak Berdasarkan Pikiran	25
2.2.6 Dua Aspek Pemikiran	26
2.2.7 Sistem Pemikiran	27
2.3 Konsep Kerangka Kerja Richard Carlson	29
2.3.1 Pengertian Stres	29

2.3.2 Komponen Stres	31
2.3.3 Faktor-Faktor Penyebab Stres Menurut Richard Carlson	33
2.3.3.1 Serangan Pikiran	33
2.3.3.2 Perincian Pikiran	34
2.3.4 Dampak Positif Stres	36
2.3.5 Stres Bagi Kaum Pria.....	38
2.3.6 Manajemen Stres (<i>Coping Stress</i>)	40
2.3.6.1 Fungsi Psikologis yang Sehat	41
2.3.6.2 Menurunkan Toleransi Terhadap Stres.....	42
2.3.7 Pendekatan Coping Stress Richard Carlson	44
2.3.7.1 Relaksasi	44
2.3.7.2 Komunikasi.....	45
2.3.7.3 Meditasi	49
2.3.7.4 Meluangkan Waktu untuk Diri Sendiri	50
2.3.7.5 Meluangkan Waktu Bersama Teman	51
2.3.7.6 Menerima Kekurangan dan Kelebihan	51
2.3.7.7 Menghilangkan Pikiran Berhak Memiliki	52
2.3.7.8 Melakukan Variasi Hidup	52
2.4 Calon Imam Gereja Katolik Roma	53
2.4.1 Pembinaan Calon Imam	54
2.4.2 Tata Laksana Seminari-Seminari Tinggi	54
2.5 Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.....	57
2.5.1 Sejarah Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.....	57
2.5.2 Rekam Jejak Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.....	59

**BAB III METODOLOGI DAN HASIL PENELITIAN:
FENOMENA STRES DAN MANAJEMEN STRES CALON
IMAM SVD SEMINARI TINGGI ST. PAULUS LEDALERO.... 60**

3.1 Penelitian	60
3.1.1 Metode Penelitian Gabungan (<i>Mixed Method</i>)	60
3.1.2 Desain Penelitian	62
3.1.3 Sampel dan Desain Sampel	63
3.1.3.1 Populasi.....	63
3.1.3.2 Sampel	64
3.1.3.3 Teknik Sampling	65
3.1.3.4 Ukuran Sampel.....	65
3.1.4 Instrumen Penelitian	66
3.1.4.1 Kuesioner	66
3.1.4.2 Wawancara.....	67
3.1.5 Skala Pengukuran	68
3.1.6 Prosedur Penelitian	70
3.1.7 Analisis Data	71
3.1.7.1 Pendekatan Analisis Data	72
3.1.7.2 Analisis Deskriptif Data Numerik	73

3.1.8 Keterbatasan Metodologi	74
3.2 Hasil Penelitian dan Pembahasan	76
3.2.1 Deskripsi Data Penelitian	76
3.2.2 Penemuan Dari Kuesioner.....	78
3.2.2.1 Gejala Stres	79
3.2.2.2 Skala Stres.....	88
3.2.2.3 Perbandingan Hasil Pengukuran Gejala dan Skala Stres.....	96
3.2.3 Penemuan dari Wawancara	98
3.2.3.1 Faktor-Faktor Penyebab Stres	100
3.2.3.2 Faktor Dominan Penyebab Stres dan Akibatnya	106
3.2.3.3 Metode Manajemen Stres Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.....	108
3.2.3.4 Dampak Stres	111
3.2.3.5 Gejala dan Skala Stres	112

BAB IV MANAJEMEN STRES
DALAM PERSPEKTIF PSIKOLOGI PIKIRAN RICHARD
CARLSON DAN RELEVANSINYA BAGI KEMATANGAN
PSIKO-EMOSIONAL CALON IMAM SVD
SEMINARI TINGGI ST. PAULUS LEDALERO..... 114

4.1 Fenomena Stres: Gejala dan Tingkat Stres Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero	114
4.2 Fenomena Stres: Respon Terhadap Stres Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero	115
4.2.1 Stres Sebagai Perasaan dalam Hubungannya dengan Pemikiran	116
4.2.2 Fenomena Stres Sebagai Suatu Pengalaman Psikologis	116
4.2.3 Fenomena Stres dan Dua Tipe Manusia (Pikiran yang Serius)	117
4.2.4 Fenomena Stres Merupakan Suatu Pilihan Berdasarkan Pikiran	118
4.2.5 Fenomena Stres dan Dua Aspek Pemikiran	118
4.2.6 Fenomena Stres dan Sistem Pemikiran	119
4.3 Analisis Fenomena Stres Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero dalam Prinsip-Prinsip Pikiran Richard Carlson	119
4.3.1 Faktor Internal Penyebab Stres.....	119
4.3.2 Faktor Eksternal Penyebab Stres	121
4.3.2.1 Konsep Perhatian yang Dianggap Berlebihan	121
4.3.2.2 Kurangnya Perhatian Sesama.....	122
4.3.3 Faktor Dominan Penyebab Stres	123
4.3.4 Dampak Stres dan Strategi Manajemen Stres Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero.....	124
4.3.5 Manajemen Stres dalam Prinsip-Prinsip Pikiran Richard Carlson.....	124
4.3.5.1 Berhenti Mempersalahkan Sesama dan Keadaan Luar	125
4.3.5.2 Jangan Menyimpan Pikiran Negatif	125
4.3.5.3 Tidak Mengenang Pikiran Negatif	126
4.3.5.4 Tidak Berfokus Pada Satu Hal	126

4.3.5.5 Berpikirlah untuk Memaknai Hidup.....	126
4.3.5.6 Pahami Stres Sesama	126
4.4 Relevansi Manajemen Stres dalam Prinsip – Prinsip Pikiran Richard Carlson Bagi Kematangan Psiko-emosional Calon Imam SVD Seminari Tinggi St. Paulus Ledalero	127
4.4.1 Identitas Diri yang Cerah dan Penataan Diri.....	128
4.4.2 Identitas Diri yang Genting dan Memperbaiki Diri.....	128
4.4.3 Identitas Diri yang Palsu dan Pertobatan	128
4.4.4 Identitas Diri yang Terluka dan Penyembuhan	129
BAB V PENUTUP	130
5.1 Kesimpulan.....	130
5.2 Implikasi dan Rekomendasi	133
DAFTAR PUSTAKA	135
LAMPIRAN	138