

## ABSTRAK

**Vilda Nurramadhania:** Pengaruh Sikap Sabar Terhadap *Coping stress* Pada Mahasiswa Perantau (Studi pada Mahasiswa Lingkaran Mahasiswa Sumatera Selatan UIN Sunan Gunung Djati Bandung)

Penelitian ini dilatar belakangi oleh jumlah perguruan tinggi di negara Indonesia dengan kualitas dan pilihan yang baik belum tersebar secara merata di setiap pulau. Dari banyaknya persebaran perguruan tinggi yang bermutu didominasi bertempat di pulau Jawa sehingga untuk mencapai impian duduk di bangku perkuliahan yang baik membuat banyak calon mahasiswa yang memilih untuk merantau ke pulau Jawa. Dengan adanya perubahan budaya, makanan, iklim dan pola pembelajaran tentu saja dapat membuat mahasiswa perantau merasakan stress dan tekanan dikarenakan keperluan untuk beradaptasi. Fenomena tersebut dapat dijumpai dengan nama *culture shock*. Dengan adanya *culture shock* tersebut mahasiswa dengan terpaksa mencari cara mengatasi stress.

Dikatakan bahwa sikap sabar merupakan upaya pengendalian diri ketika mengalami kesulitan dengan cara tidak mengeluh, tidak gelisah, tidak merasa susah dan berlaku tenang. *Coping stress* ialah suatu proses yang terjadi pada diri individu dimana ia mengalami stress. Proses ini berupa respon individu agar ia bisa saling memberikan toleransi, mengurangi efek dari stress.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode kuantitatif dengan data yang telah dikumpulkan dalam penelitian ini melalui angket yang disebar kepada 50 sampel dengan jumlah pernyataan yang terdiri dari pernyataan sikap sabar 34 dan pernyataan *coping stress* berjumlah 36 serta, dimuat dalam bentuk *google form*. Selain itu, data yang diperoleh dalam penelitian ini juga mewawancarai sebagian kecil narasumber dari organisasi daerah Lingkaran Mahasiswa Sumatera Selatan UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

Hasil dari penelitian ini dapat dilihat bahwa mahasiswa perantau dalam komunitas Lingkaran Mahasiswa Sumatera Selatan yang menjadi objek penelitian ini diantaranya sebanyak 19 responden memiliki sikap sabar yang rendah (38%), sebanyak 16 responden memiliki sikap sabar yang sedang (32%), dan 30 sebanyak 15 responden memiliki sikap sabar yang tinggi (30%). Selanjutnya, mengenai *coping stress*, sebanyak 16 responden memiliki tingkat *coping stress* yang rendah (32%), sebanyak 19 responden memiliki tingkat *coping stress* pada tingkat sedang (38%), dan sebanyak 15 responden memiliki tingkat *coping stress* yang tinggi (30). Berdasarkan analisis data didapati pula hasil  $0,394 < 0,05$  dan nilai  $R\ square = 0,155$  yang artinya sikap sabar berpengaruh terhadap *coping stress* sebesar 15,5%. Dengan demikian juga dapat disimpulkan sikap sabar memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *coping stress*.

**Kata Kunci:** Sikap Sabar, *Coping Stress*, Mahasiswa Perantau