

ABSTRAK

Penelitian yang dilakukan memiliki tujuan sebagai studi empiris tentang hubungan antara pengendalian diri dan toleransi stres pada mahasiswa. Kedua, untuk temukan hubungan antara kematangan emosi mahasiswa dan toleransi stres. Ketiga, melakukan uji empiris tentang hubungan pengendalian diri pihak mahasiswa dan kematangan emosi dengan toleransi stres pada mahasiswa Dakwah dan Ilmu Komunikasi 2018 IAIN Kudus.

Jenis penelitian yang digunakan adalah survey lapangan dengan pendekatan kuantitatif dan termasuk jenis survey lapangan, survey lapangan di Fakultas Komunikasi Dakwah IAIN Kudus. Sumber data yang diikutsertakan dalam survei ini berupa data primer dan data sekunder dengan jumlah responden sebanyak 268 orang. Metode pengumpulan datanya adalah angket atau kuesioner. Subyek penelitian ini adalah mahasiswa dengan populasi penelitian ini berjumlah 536 siswa, selanjutnya diambil sampel sebanyak 268 siswa dengan menggunakan *simple random sampling technique*.

Hasil dari penelitian ini secara analisis dapat diperoleh sebagai berikut: *Pertama* terdapat Hubungan antara Kontrol diri dengan Kematangan Emosi pada mahasiswa Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Kudus. Hal ini dapat dilihat dari hasil t hitung t hitung adalah sebesar 2,948 dengan tingkat signifikansi data sebesar 0,003. Maka t hitung 2,948 > t tabel 2,25421. *Kedua*, hubungan kematangan emosi dengan toleransi terhadap stres dengan hasil tingkat signifikansi data sebesar 0,046 lebih kecil dengan taraf signifikansi 0,05 t hitung 2,007 < t tabel 2,25421. *Ketiga*, hubungan antara kontrol diri dan kematangan emosi dengan toleransi terhadap stres dengan perolehan f hitung 6,344 > f tabel 3,876 begitu juga dengan tingkat signifikansi sebesar 0,002 dengan nilai koefisien determinasi yaitu 0,046 atau 4,6%. Nilai tersebut berarti mampu menerangkan variabel dependen sebesar 4,6% dapat dijelaskan oleh variabel kontrol diri dan kematangan emosi, sedangkan 95,4% dapat ditentukan melalui variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Kata Kunci: *Kontrol Diri, Kematangan Emosi dan Toleransi terhadap Stres*