**ABSTRAK**

**HUBUNGAN ANTARA PENGELOLAAN DIRI DENGAN COPING STRESS PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1**

**PEGAJAHAN TAHUN PEMBELAJARAN 2019/2020**

**DESY PRATIWI**

**161484124**

Penelitian ini bertujuan Hubungan Antara Pengelolaan Diri Dengan Coping Stress Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 1 Pegajahan Tahun 2019-2020. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian ini adalah sebanyak 50 siswa. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis Regresi Sederhana, Uji T, dan Koefisien Determinasi. Uji kesesuaian dengan menggunakan uji t dilakukan untuk menguji pengaruh secara parsial antara variabel independen dengan variabel dependen dengan asumsi bahwa varaiabel lain dianggap konstan.

Hasil analisis diperoleh nilai t hitung untuk variabel Pengelolaan Diri (X) sebesar 27.873, jika dibandingkan dengan nilai t tabel yang sebesar 1.675. Maka t hitung yang diperoleh lebihbesar dari nilai t tabel atau 27.873>1.675, kemudian terlihat pula bahwa nilai sig lebih kecil dari nilai probabilitas 0,05 atau 0.000< 0.05 maka Ho ditolak dan Ha diterima sehingga variabel X memiliki kontribusi terhadap Y. Nilai t positif menunjukkan bahwa Xmempunyai hubungan yang searah dengan Y. Jadi dapat disimpulkan variabel Pengelolaan Diri berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap Coping Stress. Nilai R menunjukkan korelasi sederhana, yaitu Pengelolaan Diri (X) adalah sebesar 0.970 atau 97%. Artinya hubungannya erat, semakin besar R berarti hubungannya semakin erat. Nilai R square (R2) atau kuadrat R menunjukkan koefisien determinasi adalah sebesar 0.942 atau 94.2%, artinya persentase Pengelolaan Diri (X) berpengaruh terhadap Coping Stress.Nilai *Adjusted R Square* merupakan nilai R2 yang disesuaikan sehingga gambarnya lebih mendekati mutu penjajakan model dalam populasi. Dari tabel diatas dapat dibaca *Adjusted R Square* (R2 ) adalah 0.941 atau 94.1% sedangkan sisanya 5.9% dijelaskan oleh faktor lain. *Standart Error of The Estimated* adalah ukuran kesalahan prediksi. Nilai *Standart Error of The Estimated* juga bisa disebut standart deviasi. Dalam kasus ini nilainya sebesar 1.914. Semakin kecil standart deviasi berarti model semakin baik.

\

Kata Kunci: *Pengelolaan Diri dan Coping Stress*

**ABSTRACT**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MANAGEMENT AND COPING STRESS IN CLASS X SMA NEGERI 1 STUDENTS**

**PEGAJAHAN 2019-2020**

**DESY PRATIWI**

**161484124**

This study aims at the relationship between self-management and coping stress in class X high school students of Pegajahan in 2019-2020. This research uses a quantitative descriptive approach. The sample of this research was 50 students. The analysis technique used is simple regression analysis, T test, and the coefficient of determination. The suitability test using the t test was carried out to test the effect partially between the independent variable and the dependent variable with the assumption that other variables were considered constant.

The results of the analysis showed that the t value for the Self Management variable (X) was 27,873, when compared with the t-table value of 1,675. Then the t value obtained is greater than the t table value or 27,873> 1,675, then it is also seen that the sig value is smaller than the probability value 0.05 or 0.000 <0.05, so Ho is rejected and Ha is accepted so that the variable X has a contribution to Y. positive indicates that X has a unidirectional relationship with Y. So it can be concluded that the Self Management variable has a positive and significant effect on Coping Stress. The value of R shows a simple correlation, namely Self-Management (X) is 0.970 or 97%. This means that the relationship is close, the greater the R means the closer the relationship. The value of R square (R2) or the square of R indicates the coefficient of determination is 0.942 or 94.2%, meaning that the percentage of Self-Management (X) has an effect on Coping Stress. The Adjusted R Square value is the adjusted R2 value so that the image is closer to the quality of the model tracing in the population. From the table above, it can be read that the Adjusted R Square (R2) is 0.941 or 94.1% while the remaining 5.9% is explained by other factors. Standard Error of The Estimated is a measure of prediction error. The Standard Error of The Estimated value can also be called the standard deviation. In this case the value is 1,914. The smaller the standard deviation, the better the model.

***Keywords: Self-Management and Coping Stress***