

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa korelasi antara dukungan sosial rekan kerja dengan psychological well-being pada karyawan ($r_{xy} = 0,375$ ($p < 0,050$)), berarti ada korelasi positif antara dukungan sosial rekan kerja dengan psychological well-being pada karyawan. Karyawan yang mendapatkan perhatian, pujian, mendapatkan informasi dan merasa dibantu akan merasakan tingkat psychological well-being yang cenderung tinggi dibandingkan dengan karyawan yang tidak mendapat perhatian, pujian, tidak merasa dibantu dan tidak mendapat informasi dari rekan kerjanya.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dukungan sosial rekan kerja memberikan sumbangan efektif sebesar 37.5% terhadap psychological well-being pada karyawan. Sisanya 62.5% berhubungan dengan faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.

A. Saran

1. Bagi Perusahaan

Pihak perusahaan diharapkan dapat memberikan kegiatan yang bermanfaat seperti salah satunya piknik, liburan atau *gathering* dalam satu perusahaan, maupun kegiatan kekeluargaan lainnya agar sesama karyawan dapat meningkatkan dukungan dengan rekan-rekan kerjanya. Kegiatan ini untuk menciptakan suasana yang lebih nyaman dan dapat membentuk hubungan yang lebih akrab dengan sesama karyawan.

2. Bagi Karyawan

Karyawan sebaiknya mencoba melakukan pendekatan lebih lagi terhadap rekan kerjanya. Hal ini bisa dilakukan dengan cara mengikuti semua sosial media rekan kerja, saling menyukai atau mengomentari status di media sosial dengan kalimat yang sopan dan baik. Karyawan juga dapat mengajak rekan kerja sekedar makan atau minum diluar jam kerja dan pada saat libur kerja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sumbangan dukungan sosial rekan kerja terhadap tingkat *psychological well-being* pada karyawan sebesar 37.5% sehingga masih banyak faktor lain yang dianggap dapat mempengaruhi *psychological well-being* pada karyawan. Bagi peneliti yang tertarik dengan tema *psychological well-being* pada karyawan dapat meneliti dengan menggunakan faktor lain seperti gaji, supervisi, kondisi lingkungan. Pada saat melakukan wawancara dengan subjek juga diharapkan dapat dilakukan dengan baik.