

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan data dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial rekan kerja dengan kesejahteraan subjektif pada karyawan PR. Berkah Nalami. Artinya hipotesis penelitian yang menyatakan hubungan positif antara dukungan sosial rekan kerja dengan kesejahteraan subjektif terbukti, semakin tinggi dukungan sosial rekan kerja maka tingkat kesejahteraan subjektif akan semakin tinggi, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial rekan kerja maka tingkat kesejahteraan subjektif akan semakin rendah pula. Selanjutnya berdasarkan analisis, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Dilihat dari hasil analisis dan skor skala masing-masing subjek menunjukkan bahwa dukungan sosial rekan kerja di PR. Berkah Nalami terbagi dalam dua kategori, yaitu dari 70 subjek terdapat 41 subjek (58,57%) masuk dalam kategori tinggi dan 29 subjek (41,43%) masuk dalam kategori sedang.
2. Dilihat dari hasil analisis dan skor skala masing-masing subjek menunjukkan bahwa kesejahteraan subjektif di PR. Berkah Nalami terbagi dalam tiga kategori, yaitu dari 70 subjek terdapat 43 subjek (61,42%) masuk dalam kategori tinggi, 24 subjek (34,29%) masuk dalam kategori sedang dan 3 subjek (4,29%) masuk dalam kategori rendah.

B. Saran

Adapun saran yang dapat dikemukakan pada penelitian ini antara lain adalah:

1. Bagi Karyawan

Melihat pentingnya peran dukungan sosial rekan kerja bagi pencapaian kesejahteraan subjektif pada seorang karyawan, maka disarankan kepada karyawan untuk meningkatkan kualitas hubungan sosial dan interaksinya dengan lingkungan tempat kerja, hal ini mencakup antar sesama rekan kerja maupun dengan atasan. Diharapkan dengan berinteraksi positif akan menjadi suatu stimulus bagi timbulnya dukungan sosial yang positif pada karyawan. Berdasarkan hal tersebut ketersediaan dukungan sosial dari rekan kerja diharapkan mampu menjaga dan meningkatkan kesejahteraan subjektif yang baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Saran yang dapat peneliti berikan kepada peneliti selanjutnya adalah sebaiknya pada penelitian selanjutnya menggunakan populasi yang lebih besar agar mendapatkan hasil yang lebih akurat dan untuk mengurangi kesan bias yang terjadi dalam penelitian ini, kemudian sebaiknya peneliti terlebih dahulu melihat kesejahteraan karyawan dari berbagai aspek. Mengingat dukungan sosial rekan kerja hanya memberikan sumbangan sebesar 10,8% maka dianjurkan bagi peneliti lain yang berminat mengkaji kesejahteraan subjektif untuk meninjau pengaruh faktor-faktor lain. faktor lain tersebut misalnya faktor harga diri positif, kontrol diri, ekstrasversi, optimism, memiliki arti dan tujuan hidup, sumber daya individu, kesehatan fisik, usia, jenis kelamin, sifat dan religiusitas.

3. Hambatan dalam penelitian

Dikarenakan terdapat proses penerjemahan dalam pembuatan skala penelitian, maka untuk penelitian selanjutnya diharapkan lebih memperhatikan proses penerjemahan kosa kata, apakah sudah tepat atau belum jika dipakai dalam tempat penelitian selanjutnya. Selanjutnya dikarenakan tempat penelitian jauh dari tempat peneliti berada, maka untuk mengatur waktu pengambilan data juga mengalami sedikit kendala. Maka peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian yang tidak jauh dari tempat peneliti berada agar mempermudah dalam melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Almasitoh, U. H. (2011). Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(1), 63-82.
- Almigo, N. (2004). Hubungan antara kepuasan kerja dengan produktivitas kerja karyawan. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 50-60.
- Ariati, J. (2010). *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staf pengajar (dosen) di lingkungan fakultas psikologi universitas diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, 8(2), 117-123.
- Azwar, S. (2003). *Penyusunan skala psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baker, S. R., J Owens., M, Stern & D. Willmot. (2009). Coping strategies and social support in the family impact of cleft lip and palate and parents. Adjustment and Psychological Distress. *Cleft Palate-croniofacial Journal*, 46(3), 229-236.
- Berndt, J. (2002). Friendship quality & social development. *Jurnal American Psychological Society*, 1(11), 7-10.
- Blum, M. L., & Naylor, V. C. (1986). *Industrial psychology*. New York: Tenpen and Row Publisher.
- Cohen. S & Shyme, S. L. (1985). *Social support and healt*. London: Academic Press Inc.
- Compton, W. C. (2005). *Introduction to positive psychology*. New York: Thomson Wodsworth.
- Cutrona, C. E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline., & Russell, D. W. (1994). Peceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 369-378.
- Desiningrum, R. D. (2014). Kesejahteraan psikologis lansia janda/duda ditinjau dari persepsi terhadap dukungan sosial dan gender. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 102-106.
- Diener, E. D., Emmons R. A., Larsen R. J., & Griffin S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75.

- Diener, E., Suh, E., & Oishi, S. (2006). Recent findings on subjective well-being. *Indian journal of clinical psychology*, 1-24. Retrieved from www.psych.uiuc.edu/~ediener/hottopic/paper.html
- Diener, Ed. (2000). Subjective well-being. the science of happiness & a proposal for national index. *American Psychologist Association*, 55(1), 34-43.
- Diener, Ed., Suh, Eunkook M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276-302.
- Eddington, N. & Shuman, R. (2005). Subjective well-being (happiness). *Continuing Psychology Education*. 1-18. Retrieved from <https://www.texcpe.com/html/pdf/ca/ca-happiness.pdf>
- Fauziah, S., Prihanto, S., & Sukanto, M. E. (1999). Hubungan antara kemampuan manajemen waktu dan dukungan sosial suami dengan tingkat stres pada ibu berperan ganda. *Anima, Indonesia Psychological Journal*, 15(1), 33-51.
- Gadernann, A. M. & Zumbo, B. D. (2007). Investigating the intra-individual variability & trajectories of subjective well-being. *Social Indicators Research*, 81(1), 1-33.
- Ganster, D. C., Fusilier, M., & Mayers, B. (1986). Role of sosial support in the experience of stress at work. *Journal of Applied Psychology*, 71(1), 102-110.
- Gary, D. (2007). *Manajemen sumber daya manusia. Edisi 10*, Jakarta: Pt. Indeks.
- Gibson, J. L., Ivancevish, J. M., & Donnelly, J. H. (1994). *Organizational, behavior, structure, and process, (eight edition)*. Boston: Richard D. Irwin.
- Gonzalez, J. L., Diener, E., Pennebaker, J., Rime, B., Valencia, J., Paez, D., Basabe, N. (2000). Sociocultural Factors Predicting Subjective Experience of Emotion: A Collective Level Analysis. *Psicothema*, 12, 55-69. Retrieved from <http://www.psicothema.com/pdf/398.pdf>
- Hadi, S. (2000). *Metodologi penelitian*, Yogyakarta: Andi Yogyakarta.
- Hadipranata, F. A. (1999). Mikro bukan MBO. *Buletin Psikologi*, Tahun IV (1) Agustus 1996, 1-5. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Hamdana, F & Alhamdu. (2015). Subjective well-being siswa MAN 3 Palembang yang tinggal di asrama. *Jurnal Psikologi Islam*, 1(1), 95-104.

- Hartanti. (2011). Faktor-faktor pendukung kesejahteraan subjektif pekerja. Disertasi (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Hidayati, I. (2012). Kesejahteraan subjektif wanita karier dengan peran ganda ditinjau dari kepuasan terhadap imbalan dan dukungan sosial rekan kerja: Studi penelitian pada perusahaan jenis BUMN. Tesis. (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Hodson, R. (1997). Group relations at work solidarity, conflict and relations with management work and occupation. *Journal of Applied Psychology*, 24(4), 426-452.
- Hoyer, W. J., & Roodin, P. A. (2003). *Adult development and aging*. 5th ed. New York: The McGraw-Hill Companies.
- Ibrahim, H. I. (2014). The relationship between job stress, co-worker support and organization-based self-esteem: A survey across different occupations. *Journal of Arts, Science & Commerce*, 5(2), 69-78.
- Imawati, L. (2015). Hubungan antara subjective well-being dengan semangat kerja pada pegawai negeri sipil tingkat kecamatan di surabaya. Skripsi. (tidak diterbitkan). Universitas Airlangga. Surabaya.
- Johnson, D. W. & Johnson, F. P. (2000). *Joining together: Group theory and group skill*, 7th ed. New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Kumalasari, F & Latifah N. A. (2012). Hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri remaja di panti asuhan. Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 21-31.
- Lahey, B. B. (2003). *Psychology an introduction*. Boston. McGraw-Hill.
- Lambert, E., Altheimer, I. & Hogan, N. L. (2010). The association between work-family conflict and job burnout among correctional staff: A preliminary study. *American Journal of Criminal Justice*, 35(1-2), 37-55.
- Lane, R. S. (2004). *The influence of work stress and work support on burnout in public hospital nurses*. Doctoral Dissertation. Queensland University of Technology.
- Latipun. (2004). *Psikologi eksperimen*. Malang: UMM Press.
- Libran, E. C. (2006). Personality dimensions and subjective well-being. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 38-44.

- Miller, S. M. (2008). The effect of frequency and type of internet use on perceived social support and sense of well-being in individuals with spinal cord injury. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 51(3), 148-158.
- Miner, J. B. (1992). *Industrial organization psychology*. Singapore: McGraw Hill, International.
- Parasuraman, S., Greenhaus, J. H., & Granrose, S. C. (1992). Role stressor, social support, and well-being among two-career couples. *Journal of Organizational and Behavior*, 13(4), 339-356.
- Poerwadarminto. (1988). *Kamus besar bahasa indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Putri, D. R. (2014). Peran dukungan sosial dan kecerdasan emosi terhadap kesejahteraan subjektif pada remaja awal. Tesis (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Putri, M. T., & Sutarmanto, H. (2009). Kesehatan subjektif waria pekerja seks komersial (PSK). *Jurnal Psikohunamika*, 2(2), 46-55.
- Rahmat, W. (2014). Pengaruh tipe kepribadian dan kualitas persahabatan dengan kepercayaan pada remaja akhir. *eJournal Psikologi*, 2(2), 206-216.
- Ritonga, R. (2010, 4 Oktober). Mengatasi penganggur akademik. *Harian Kompas* halaman 9.
- Robbins, P. S. (2003). *Perilaku organisasi: Konsep, kontroversi, dan aplikasi*. Alih Bahasa Handayana Pujaatmika. Edisi Bahasa Indonesia. Jakarta: Prenhalindo.
- Sarafino, E. P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interaction*. John Willey and sons: USA.
- Sackey, J., & Sanda, M. (2011). Sustenance of human capita i: Social support as a managerial stress reliever for women in developing economies. *Research and Practice in Human Resource Management*, 19(2), 1-23.
- Sarason, I. G., Henry M. L., Robert B. B., & Barbara R. S. (1983). Assesing social support: The social support questioner. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139.
- Schultz, D. (2005). *Psikologi pertumbuhan: Model-model kepribadian sehat (terjemahan)*. Yogyakarta: Kanisius.
- Seeman. T. E., Albert, M., Lusignolo, T. M., & Bukman, L. (2001). Social relationships, sosial support, high-functioning older adults: Macthur studies of succesfull aging. *Journal of Health Psychology*, 20(04), 243-255.

- Siedlecki, K. L., Timothy, A. S., Shigehiro, O., & Sheena, J. (2013). *The relationship between social support and subjective well-being across age*. New York. Departement of Psychology.
- Sumaryono. (1994). Nilai penting dukungan sosial terhadap motif berprestasi Pada Tenaga Akademik. *Laporan Penelitian* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- Suroso & Mahmudi. H. M. (2014). Efikasi diri, dukungan sosial dan penyesuaian diri dalam belajar. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(02), 183–194.
- Taylor, S. E. (1991). Asymmetrical effects of positive and negative events: The mobilization-minimization hypothesis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 67-85.
- Thoit, P. A. (1986). Social support as coping assistance. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54(4), 416-423.
- Utami, M. S. (2009). Keterlibatan dalam kegiatan dan kesejahteraan subjektif mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 36(2), 144–163.
- Utami, M. S. (2012). Religiusitas, koping Religius, dan kesejahteraan subjektif. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 46–66.
- Waston, C & Tellegen. 1988. Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063-1070.