

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat ditarik kesimpulan, yaitu :

1. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara keterbukaan diri dan penyesuaian diri pada karyawan supermarket bagian operasional PT Matahari Putra Prima, Tbk Madiun. Ini berarti bahwa semakin karyawan memiliki keterbukaan diri yang tinggi maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian dirinya.
2. Ada perbedaan penyesuaian diri berdasarkan jenis kelamin (laki-laki dan perempuan), dimana laki-laki mempunyai penyesuaian diri yang lebih baik daripada perempuan.

#### **B. Saran**

##### **1. Bagi Karyawan**

Hasil data penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara keterbukaan diri dan penyesuaian diri. Semakin tinggi keterbukaan diri maka semakin tinggi pula penyesuaian diri. Oleh sebab itu disarankan supaya karyawan tetap mempertahankan suasana keterbukaan diri yang sudah tercipta sehingga memudahkan proses penyesuaian diri di tempat

kerja, hal ini dapat dilakukan dengan saling bertegur sapa, berani mengungkapkan pendapat kepada atasan, dan lain-lain.

## 2. **Bagi PT Matahari Putra Prima, Tbk**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karyawan supermarket bagian operasional PT Matahari Putra Prima, Tbk memiliki tingkat keterbukaan diri dan penyesuaian diri yang tinggi. Oleh sebab itu disarankan supaya suasana tersebut tetap dipertahankan oleh pihak manajemen untuk mencapai hubungan yang harmonis antara rekan kerja dengan atasan, hal ini dapat dilakukan dengan bertegur sapa dengan bawahan, mendengarkan keluhan bawahan, mengadakan pelatihan sensitivitas, dan lain-lain.

## 3. **Bagi Instansi kerja**

Meskipun penelitian ini dilakukan pada karyawan supermarket bagian operasional PT Matahari Putra Prima, Tbk Madiun hasil penelitian ini dapat di generalisasikan pada instansi kerja yang memiliki ciri yang sama dengan kriteria pengambilan subyek penelitian. Keterbukaan diri diperlukan dalam proses penyesuaian diri bagi instansi kerja sehingga tercipta kondisi kerja yang menyenangkan.

## 4. **Untuk peneliti selanjutnya**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterbukaan diri berperan sebesar 96% terhadap penyesuaian diri, sementara 4% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk mencari variabel-variabel yang lain dan memasukkannya sebagai salah satu variabel penelitian.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustine, R. (2001). Menghalau Kejenuhan Bekerja. *Cosmopolitan*. Jakarta: PT Higin Alhadin.
- Anoraga, P., & Suyati, S. (1995). *Psikologi Industri dan Sosial*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Arifin, E.M. (1987). Hubungan antara Jumlah dan Intensitas Intimate Contact dengan Kesehatan Mental Pada Pria dan Wanita. *Skripsi (tidak diterbitkan)* Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- As'ad, M. (2001). *Psikologi Industri*. Yogyakarta: Liberty.
- Azwar, S. (1986). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Liberty.
- \_\_\_\_\_ (1999). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Echols, J.M., & Shadily, H. (1992). *Kamus Inggris – Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia
- Haber, R., & Runyon, P.R. (1984) *Psychology of adjustment*. Illinois: The Dorsey Press.
- Hurlock, B.E (1990) *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Penerbit PT. Erlangga.
- Jourard, S.M. (1964). *The Transparent Self*. New York: Willey.
- Kompas. (2004). Sistem yang Kondusif Membangun SDM Bermutu. 24 Juli 2004. Jakarta.
- Laurenceau, P.J., Pietromonaco, R.P., & Barrett, F.L. (1998) Intimacy as an Interpersonal Process : the Importance of Self-Disclosure, Partner Disclosure and Perceived Partner responsiveness in interpersonal Exchanges. *Journal of Personality & Social Psychology*. 74 (5), 1238-1251.
- Levine, H. (2002). 8 Trik Karier Super Ampuh Masa Kini. *Cosmopolitan*. Jakarta: PT Higin Alhadin.
- Moekijat. (1989) *Manajemen Kepegawaian*. Bandung: Mandar Maju.
- Manandar. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Bandung: Rosda Karya.
- Nita N.P. (2000). Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial pada Orang Tua yang Mempunyai Anak Autis. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Depok : Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- Nugiyantoro B., Gunawan, & Marzuki. (2000) *Statistik Terapan Untuk Penelitian Ilmu - Ilmu Sosial*. Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.

- Papu, J. (2002). *Pengungkapan Diri*. Jakarta: <http://www.e-psikologi.com>.
- Poerwandari, K.E. (1988). Hubungan antara Persepsi Individu tentang Keterbukaan Diri Pasangan Kepadanya, Keterbukaan Diri Individu pada Pasangannya, dan Kebahagiaan Individu dalam Hubungan Cinta. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Depok: Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Sanders, D. (1985). *Wanita dan Depresi*. Jakarta: Arcan.
- Schreiders, A.A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Sears, O.D., Freedman, J.L., Peplau, L.A. (2000). *Psikologi Sosial*. (Jilid I). Jakarta: Erlangga.
- \_\_\_\_\_ (2000). *Psikologi Sosial*. (Jilid II). Jakarta: Erlangga.
- Soetarno, R. (1989). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sudiro, L.H.D. (2004). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Penyesuaian Diri di Tempat Kerja pada Petugas Pengatur Lalu Lintas Udara (Air Traffic Controller). *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.
- Suhariadi, F. (2004). *Analisa Faktor Penyebab Timbulnya Perselisihan (Konflik) Hubungan Industri di Jawa Timur sehingga Muncul Unjuk Rasa atau Pemogokan Buruh*. Makalah disampaikan dalam Seminar Nasional "Menjadi Manusia Indonesia", Fak. Psikologi Universitas Sanata Dharma, 24-25 Juli 2004.
- Suhartanto, E.P. (2004). *Performansi Kerja: Tinjauan Dimensi Kepribadian Big Five, Karakteristik Kerja, Masa Kerja, Usia, Jenis Kelamin, dan Tingkat Pendidikan*. Makalah disampaikan dalam Seminar Nasional "Menjadi Manusia Indonesia", Fak. Psikologi Universitas Sanata Dharma, 24-25 Juli 2004.
- Tembriarto, S.T. (1987). *Sosiologi Pendidikan* Yogyakarta: Yayasan Paramita.
- Wada, L.P. (1987). Keterbukaan Dalam Pengembangan Diri. *Psikologi Anda*. (edisi 9). Jakarta: Penerbit Yayasan Bina Psikologi.
- Wetty, H. (2002). Hubungan antara Perilaku Asertif dan Penyesuaian Diri pada Dewasa Dini dalam Kelompok Kerja. *Skripsi (tidak diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.