

**GAMBARAN PENERIMAAN DIRI KARYAWAN PHK  
PADA MASA COVID-19 DI SLEMAN YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Guna Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**Disusun Oleh:**

Nerpati Damar Panuluh

NIM. 15710104

**Dosen Pembimbing Skripsi:**

Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi

NIP. 19810505 200901 2 011

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2022**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nerpati Damar Panuluh

NIM : 15710104

Jurusan : Psikologi

Fakultas : Ilmu Sosial dan Humaniora

Menyatakan dengan sesungguhnya dan sebenar-benarnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Faktor-Faktor Penerimaan Diri Karyawan PHK Pada Masa Pandemi COVID-19 di Sleman Yogyakarta”** ini merupakan hasil karya atau riset saya guna memperoleh gelar sarjana di Perguruan Tinggi, bukan hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia di tindaklanjuti sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Yogyakarta, 18 November 2021

Yang Menyatakan,



Nerpati Damar Panuluh

NIM. 15710104

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Skripsi

Kepada :

Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, memberikan petunjuk, dan mengarahkan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Nerpati Damar Panuluh

NIM : 15710104

Jurusan : Psikologi

Judul Skripsi : “Gambaran Penerimaan Diri Karyawan PHK Pada Masa Pandemi COVID-19 di Sleman Yogyakarta”

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini saya harapkan agar skripsi/ tugas akhir saudari tersebut di atas dapat di munaqosyahkan. Atas perhatiannya kami ucapan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Yogyakarta, 18 November 2021

Pembimbing



Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi

**NIP. 19810505 200901 2 011**



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**  
Nomor : B-82/Un.02/DSH/PP.00.9/01/2022

Tugas Akhir dengan judul : GAMBARAN KEBERMAKNAAN HIDUP KARYAWAN PHK PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI SLEMAN YOGYAKARTA

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : NERPATI DAMAR PANULUH  
Nomor Induk Mahasiswa : 15710104  
Telah diujikan pada : Kamis, 09 Desember 2021  
Nilai ujian Tugas Akhir : B

dinyatakan telah diterima oleh  
Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



Ketua Sidang

Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi  
SIGNED

Valid ID: 61ee009779116



Pengaji I

Ismatul Izzah, S.Th.I., M.A.  
SIGNED



Pengaji II

Rita Setyani Hadi Sukirno, M.Psi.  
SIGNED

Valid ID: 61e65b0c12ac4

Valid ID: 61ea6825a5f5

Yogyakarta, 09 Desember 2021



UIN Sunan Kalijaga  
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora

Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.  
SIGNED

Valid ID: 61ee659e0ba7b

## MOTTO HIDUP

“Allah tidak membebani seseorang itu melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“One of the goals of education should be to teach that life is precious”

(Abraham H. Maslow)

“Lawan sastra ngesti mulya”

(Ki Hadjar Dewantara)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur teriring doa, saya haturkan kepada Allah SWT,

hanya berkat karunia dan limpahan kasihNya,

saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Skripsi ini saya persembahkan untuk Bapak dan Ibu, dua sosok malaikat tanpa sayap. Terimakasih tak terhingga atas tiap butir keringat yang menetes, demi membesarkan dan menyekolahkan saya. Terimakasih juga untuk setiap doa-doa lirih yang dilangitkan di sepertiga malamnya.

Teruntuk Kakak satu-satunya,

terimakasih dukungan dan suntikan semangatnya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA  
Teman-teman terhangat,  
terimakasih atas kepedulian, kesetiaan, dan kebersamaannya.  
Kalian yang terbaik.

Almamater kebanggaan, Program Studi Psikologi,

Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Terimakasih telah memberikan banyak kesempatan akan pengalaman yang amat luar biasa.

**GAMBARAN PENERIMAAN DIRI KARYAWAN PHK**  
**PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI SLEMAN YOGYAKARTA**

Nerpati Damar Panuluh

15710104

**INTISARI**

Pandemi COVID-19 yang terjadi pada tahun 2019 mempengaruhi aktivitas perekonomian pada korporasi. Pemberhentian Hubungan Kerja menjadi kebijakan yang di lakukan oleh korporasi yang berdampak pada karyawan. Karyawan yang mengalami PHK selalu disertai oleh rasa ketakutan, kekhawatiran, dan kurang adanya penerimaan diri. Selanjutnya penelitian ini bertujuan untuk mendapati faktor-faktor penerimaan diri karyawan PHK pada masa pandemi di Sleman Yogyakarta. Informan yang dilibatkan dalam penelitian adalah karyawan PHK (Pemutusan Hubungan kerja) di Sleman Yogyakarta. Jumlah informan penelitian berjumlah tiga informan. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Proses pengambilan data menggunakan wawancara dan observasi pada tiga informan penelitian. Informan pada penelitian ini ditentukan dengan *snowball sampling*. Teknik analisis dan interpretasi data dilakukan dengan merujuk pada lima langkah yang diterapkan oleh Cresswell. Triangulasi yang digunakan adalah triangulasi sumber, metode, dan teori. Berdasarkan hasil penelitian, semua informan sudah mengalami PHK yang awalnya masih sangat sulit untuk diterima, Peneliti mendapatkan faktor-faktor yang mendukung penerimaan diri terhadap karyawan PHK adalah sudut pandang luas, harapan, dan sikap sosial.

**Kata Kunci:** *Penerimaan Diri, Karyawan PHK, COVID-19*

## **SELF ACCEPTANCE TO SEVERANCE OF WORK RELATIONS DURING PANDEMIC COVID-19 IN SLEMAN YOGYAKARTA**

Nerpati Damar Panuluh

15710104

### **ABSTRACT**

The COVID-19 pandemic occurred in 2019 affected economic activity in corporations. Severance of Work Relations is a policy carried out by corporations that has an impact on employees. Those employees feels are always fear, and a lack of self-acceptance. And then this research to examine self acceptance factor's to severance of work relations during pandemic COVID-19 in Sleman Yogyakarta. Informants involved in the study were severance of work relations in Sleman Yogyakarta. And total research informants amounted to three informants. This research is a qualitative research with a phenomenology. The data collection process used interviews and observations on three research informants. The Informants in this research were decided by snow ball sampling. Data analysis and interpretation techniques refer to the five steps applied by Cresswell. Triangulation used by the sources, methods, and theories. Based on the findings in this research, all of the informants had experienced a severance of work relations which was several factors of self acceptance that support are wider perspective, purpose, and social attitude.

***Keywords:*** *Self Acceptance, Severance of Work Relations, COVID-19*

## KATA PENGANTAR

*Alhamdulillahi Rabbil'alamin*, segala puji hanya milik Allah SWT.

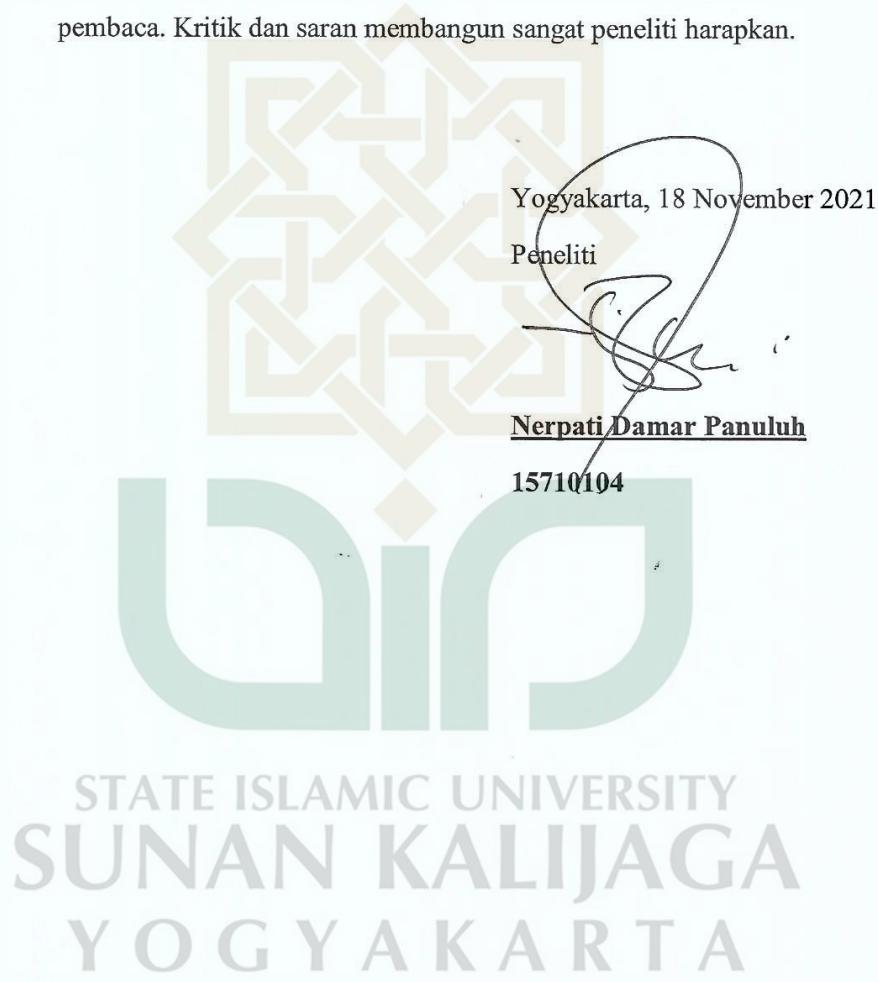
Tidak ada daya dan kekuatan kecuali atas pertolonganNya. Untaian kasih, ridho, dan kuasaNya menuntun peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada jungjungan kita Nabi Muhammad SAW, beserta keluarganya, para sahabatnya, pengikutnya, dan kita selaku umatnya.

Karya tulis berjudul “Faktor-Faktor Penerimaan Diri Karyawan PHK Pada Masa Pandemi COVID-19 di Sleman Yogyakarta” ini peneliti ajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai prasyarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi). Tentunya selama penyusunan skripsi ini peneliti mendapat banyak dukungan, bimbingan, serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti haturkan penghormatan dan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.

3. Ibu Dr. Sulistyaniingsih, S.Sos., M.Si. selaku wakil Dekan I Bidang Akademik Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Lisnawati, S.Psi., M.Psi., selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
5. Ibu Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi, selaku Sekretaris Program Studi Psikologi dan juga Dosen Pembimbing Skripsi yang selalu memberi arahan dan bimbingan kepada peneliti sebagai anak didiknya.
6. Ibu Pihasniwati, S.Psi., M.A., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik. Terimakasih atas kesabaran, keikhlasan, dan tuntunannya selama proses perkuliahan ini.
7. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi, staff, serta karyawan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora yang telah berdedikasi selama proses perkuliahan peneliti.
8. Bapak dan Ibu yang selalu memberikan dukungan baik secara materi, moril, dan emosional.
9. Subjek penelitian yakni karyawan PHK di Kabupaten Sleman atas partisipasi dan kesediaannya untuk berkontribusi dalam penelitian ini.
10. Teman-teman Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta angkatan 2015.
11. Rekan-rekan komunitas dan organisasi yang selalu hadir memberikan semangat dan motivasi.

Terakhir kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini, yang tidak bisa peneliti sebutkan satu per satu. Terimakasih atas segala bentuk bantuan yang diberikan, semoga Allah SWT membalas kebaikan kalian dengan berlipat ganda. Karya tulis yang memiliki kekurangan ini semoga mampu memberi manfaat, terkhusus bagi peneliti, umumnya bagi pembaca. Kritik dan saran membangun sangat peneliti harapkan.



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>NOTA DINAS PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO HIDUP .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>

### **BAB I**

<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A.    Latar Belakang .....	1
B.    Rumusan Masalah .....	4
C.    Tujuan Penelitian .....	4
D.    Manfaat Penelitian .....	5

### **BAB II**

<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>8</b>
A. <i>Literature Review</i> .....	8
B.    Kerangka Teoritik .....	15
C.    Pertanyaan Penelitian .....	18

<b>BAB III</b>	
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A.    Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	20
B.    Fokus Penelitian .....	20
C.    Informan Penelitian .....	21
D.    Metode Pengumpulan Data .....	21
E.    Tahap Penelitian.....	22
F.    Teknik Analisis dan Interpretasi Data.....	23
<b>BAB IV</b>	
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>24</b>
A.    Orientasi Kancah dan Persiapan .....	24
B.    Pelaksanaan Penelitian .....	27
C.    Hasil Penelitian .....	29
D.    Pembahasan .....	52
<b>BAB V</b>	
<b>PENUTUP .....</b>	<b>58</b>
A.    Kesimpulan .....	58
B.    Saran .....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>61</b>

## **DAFTAR TABEL**

<b>1</b>	<b>KEASLIAN PENELITIAN.....</b>	<b>2</b>
<b>1.1</b>	<b>DATA DIRI INFORMAN.....</b>	<b>25</b>
<b>1.2</b>	<b>PELAKSANAAN PROSES PENELITIAN.....</b>	<b>27</b>
<b>2.1</b>	<b>FAKTOR PENDUKUNG PENERIMAAN DIRI.....</b>	<b>57</b>



## **DAFTAR BAGAN**

<b>1</b>	<b>KERANGKA TEORITIK PENELITIAN.....</b>	<b>17</b>
<b>2</b>	<b>FAKTOR PENDUKUNG PENERIMAAN DIRI INFORMAN 1 .....</b>	<b>53</b>
<b>3</b>	<b>FAKTOR PENDUKUNG PENERIMAAN DIRI INFORMAN 2 .....</b>	<b>54</b>
<b>4</b>	<b>FAKTOR PENDUKUNG PENERIMAAN DIRI INFORMAN 3 .....</b>	<b>56</b>



## DAFTAR LAMPIRAN

1	SURAT IZIN PENELITIAN .....	64
2	SURAT IZIN OBSERVASI .....	65
3	<i>Guidline Wawancara</i> .....	67
4	<i>Informed Consent</i> .....	71
5	DOKUMENTASI .....	77
6	TRANSKRIP WAWANCARA .....	79
7	KATEGORISASI DATA .....	99



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Dunia saat ini sedang diuji oleh pandemi corona yaitu COVID-19. Pada awalnya COVID-19 ini memiliki kesamaan dengan *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan Sindrom Pernafasan Akut Berat/*Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) yang dapat menyebabkan penyakit infeksi saluran pernafasan, mulai flu biasa hingga penyakit yang serius pada manusia. COVID19 ditemukan setelah sebuah insiden di Wuhan, China pada Desember 2019, dan kemudian diberi nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus* (SARSCOV2) dan menyebabkan *Coronavirus Disease 2019* (COVID19).

Penularan kasus ini dapat menyebar sangat luas hingga ke berbagai daerah di Indonesia secara umum. Dampak dari kasus penyebaran pandemi virus COVID-19 itupun menjadi sangat variatif, mulai dari aspek sosial masyarakat, politik, psikologis, dan juga ekonomi. Beberapa literasi mengenai dampak-dampak yang paling signifikan adalah ekonomi. Data dari BPS (Badan Pusat Statistika) tahun 2021, terdapat empat provinsi yang pelaku usahanya paling banyak mengalami penurunan pendapatan secara signifikan. Empat provinsi tersebut yaitu, Provinsi DKI Jakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Provinsi Bali, dan Provinsi Banten.

Di Yogyakarta terlebih khusus sendiri, kasus ini menjadi perhatian yang cukup dalam dikarenakan mengganggu dan menghambat dari sektor ekonomi. Peta

penyebaran kasus COVID-19 di Yogyakarta yang sebagaimana dilansir dari [www.corona.jogjaprov.go.id](http://www.corona.jogjaprov.go.id) menyebutkan bahwa terdapat zona yang sampai saat ini masih menjadi perhatian dan terus dilakukan upaya penanganan yaitu, Kabupaten Sleman, Kabupaten Bantul, dan Kotamadya Yogyakarta. Oleh karenanya perhatian untuk penanganan ini memiliki efek dan impact yang sangat besar terutama bagi karyawan dan pekerja dari kebijakan *social distancing*, PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) hingga PHK (Pemutusan Hubungan Kerja). Data yang dilansir dari Badan Pusat Statistika (BPS) tahun 2020 pada Triwulan III menyebutkan angka ter-PHK dari laki-laki sebesar 4,11% lebih besar dari perempuan yang sebesar 1,82%.

PHK (Pemutusan Hubungan Kerja) adalah suatu hal yang sampai saat ini sangat tidak disukai oleh karyawan yang masih bekerja karena dengan tidak bekerja pendapatan akan berhenti dan secara langsung akan mempengaruhi pemenuhan kebutuhan sehari hari serta kelangsungan hidup. Selain itu dapat juga disebabkan oleh berbagai faktor, pertama adalah kondisi kehidupan sosial masyarakat yang tidak stabil, dan kedua adalah penurunan kondisi ekonomi yang berdampak pada banyak industri, dan tentu saja dampak PHK yang belum pernah dibayangkan oleh karyawan sebelumnya. Kondisi seperti ini menyebabkan orang-orang yang bekerja selalu disertai oleh rasa ketakutan, kekhawatiran, kegelisahan, serta kecemasan yang dialami (Rosyid, 2005).

Salah satu Kabupaten di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) yang mengalami dampak dari pandemi COVID-19 virus Corona adalah Kabupaten

Sleman, seperti yang dilansir pada [www.medcom.id](http://www.medcom.id) dari salah satu pekerja yang mengalami pemberhentian terpaksa.

*“Saya katanya dirumahkan, tapi tidak ada keterangan jelas. Alasannya untuk efisiensi (akibat pandemi COVID-19). Tidak ada perundingan juga sebelumnya,” kata Agus ditemui di salah satu warung makan di Jalan Magelang Km. 14 Kecamatan Tempel, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.*

Seperti contoh pemberhentian terpaksa dari Agus tersebut membuat dirinya kehilangan motivasi dan kepercayaan diri. Dua hal ini dapat menghadirkan perasaan gagal. Kegagalan yang dialami individu dapat menimbulkan dampak negatif seperti penolakan diri (Wahyuseptiana, 2020).

Penolakan diri yang berkelanjutan akan mengganggu kesehatan mental, seperti memicu frustasi, depresi, serta gangguan-gangguan psikologis lainnya yang memengaruhi konsep diri individu (Nida, 2018). Selain itu, penolakan diri dapat menggiring individu untuk terus fokus terhadap kekurangan dan luput dalam mengembangkan kecakapan-kecakapan yang dimilikinya (Lestiani, 2017).

Menurut Jersild (Hurlock, 1997), individu yang sadar akan potensinya dan mengembangkan kecakapan itu secara optimal merupakan salah satu ciri penerimaan diri. Bernard (2013) mengungkapkan bahwa penerimaan diri dapat memicu hadirnya emosi-emosi positif serta memudahkan individu dalam menyesuaikan diri dengan kejadian negatif. Hal ini sesuai dengan yang dilakukan oleh informan PE. PE memilih untuk bersyukur, tetap optimis, dan melihat peluang

yang ada. Semua sikap tersebut membantunya untuk melakukan penerimaan diri secara baik.

Berdasarkan hal yang diuraikan diatas, peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian terhadap informan tersebut, guna memahami faktor-faktor penerimaan diri pada karyawan PHK dengan segala keterbatasan dan permasalahan yang dialami baik dari segi fisik, psikis, sosial, dan lain sebagainya.

### **B. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan fenomena yang telah dijelaskan, rumusan masalah atau batasan pada penelitian ini yaitu peneliti menggali faktor-faktor pendukung penerimaan diri karyawan PHK pada pandemi COVID-19 di Sleman Yogyakarta.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mendapatkan faktor-faktor pendukung penerimaan diri karyawan PHK pada masa pandemi di Sleman Yogyakarta.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah pengetahuan dan wawasan mengenai faktor-faktor penerimaan diri karyawan PHK pada masa pandemi COVID-19 di Sleman Yogyakarta.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah koleksi dan referensi terkhusus dalam bidang psikologi industri dan organisasi, dan psikologi sosial yang dapat menjadi acuan penelitian selanjutnya.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih kepada lembaga pemerintahan, lembaga kesehatan dengan memberikan pelatihan-pelatihan, dan masyarakat terkhusus karyawan PHK di masa pandemi COVID-19 mengenai faktor-faktor penerimaan diri. Selain itu diharapkan dapat meningkatkan kekuatan, ketahanan, kepercayaan diri yang lebih baik.
- b. Bagi informan penelitian, diharapkan penelitian ini dapat berbagi pengalaman, menginspirasi, dan memfasilitasi informan sehingga dapat memberikan semangat, serta rasa syukur bagi karyawan PHK.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil proses penggalian data yang peneliti lakukan di lapangan dan sebagaimana yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor-faktor pendukung penerimaan diri pada karyawan PHK bagi MS adalah suatu kesulitan pada awalnya, karena adanya rasa tidak adanya suatu harapan akan bagaimana kondisi kedepannya. Tetapi dengan sudut pandang yang luas, harapan yang besar, paham akan kemampuan dirinya dan juga sikap sosial yang tinggi, maka akan membentuk suatu pemahaman bahwa segala suatu yang telah terjadi merupakan bagian dari proses perjalanan hidup yang masih harus ditempuh dan dijalankan.
2. Sedangkan faktor-faktor pendukung penerimaan diri pada karyawan PHK bagi KS adalah suatu tantangan, karena di usianya yang masih muda KS harus mampu untuk menerima akan kenyataan sebagai karyawan yang di-PHK. Hal ini yang menjadikan KS untuk tetap memiliki konsep diri yang matang, sudut pandang yang luas, dan juga harapan yang besar maka KS berpendapat bahwa dengan penerimaan diri yang baik akan masalah ini tentu menjadikan individu yang tumbuh secara positif.
3. Dan yang terakhir mengenai faktor-faktor pendukung penerimaan diri pada karyawan PHK bagi AT adalah suatu keharusan. Artinya sebagai individu yang sedang mengalami suatu permasalahan, hal yang paling awal dilakukan adalah

dengan sikap penerimaan diri yang baik. Baginya dengan bersikap penerimaan diri tersebut maka apapun masalah yang sedang dihadapi tidak akan sampai mengganggu ke hal-hal yang lainnya.

Adapun faktor-faktor yang mendukung akan membentuk penerimaan diri secara baik dan utuh dalam penelitian ini adalah :

1. Konsep Diri yang Matang

Pada karyawan yang di-PHK bagi informan KS dan AT konsep diri yang matang adalah suatu faktor yang sangat signifikan karena mampu membentuk individu yang jauh lebih matang dalam menghadapi suatu persoalan dan permasalahan.

2. Sudut Pandang yang Luas

Karyawan yang terkena PHK bagi informan MS, KS, dan AT sudut pandang yang luas juga bagian dari salah satu faktor yang mampu memberikan pemahaman untuk mengurai persoalan atau permasalahan yang sedang dihadapi.

3. Harapan yang Besar

Menurut informan dalam penelitian ini yang berstatus sebagai karyawan terkena dampak PHK bagi MS, KS, dan AT harapan yang besar suatu faktor yang harus ada dalam diri individu agar tetap selalu optimis.

4. Sikap Sosial yang Tinggi

Sedangkan menurut karyawan PHK bagi informan MS, KS, dan AT sikap sosial yang tinggi membantu menjawab permasalahan, dikarenakan baginya

dengan sikap sosial yang tinggi pasti akan mendapatkan jalan keluar dari petunjuk kerabat/saudara/keluarganya.

## **B. Saran**

Sesuai dengan pemaparan penelitian, proses penelitian, pembahasan, serta kesimpulan yang sudah diuraikan sebelumnya, maka peneliti hendak menyampaikan beberapa saran sebagai berikut:

### 1. Bagi Pemangku Kebijakan

Harapan peneliti bagi pemangku kebijakan yaitu sebaiknya upayakan pengadaan edukasi atau pelatihan bagi karyawan yang terkenda dampak PHK seperti workshop, seminar/webinar yang melibatkan praktisi bidang keilmuan psikologi mengenai gambaran penerimaan hidup sehingga mampu untuk memberikan pemahaman akan penerimaan diri yang lebih dalam.

### 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang hendak mengambil tema penerimaan diri karyawan PHK disarankan untuk menggunakan pendekatan kuantitatif guna mengeksplorasi yang lebih luas dan menelaah berdasarkan data pada kasus karyawan PHK yang lebih besar.

### 3. Bagi Informan Penelitian

Dan terakhir bagi informan penelitian diharapkan untuk berbagi pengalaman bagi karyawan PHK lainnya dalam menghadapi permasalahan kebijakan PHK.

## DAFTAR PUSTAKA

- Atmadja Nurjaya Suriya (2014). *Analisis Faktor-Faktor Motivasi Yang Berprestasi Pada Remaja*. Fakultas Psikologi Gunadarma.
- Berbasis Anggaran: Pengujian Eksperimen Atas Referent Cognition Theory. Jurnal Akuntansi dan Keuangan. Vol. 12.
- Bernard, M. E. (Ed.). (2013). *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research*. Springer Science Business Media Dyah.
- Hanung., Seger Handoyo. (2013). *Perbedaan Penilaian Tingkat Kepentingan Dimensi Kualitas Layanan Ditinjau Dari Persepsi Resiko (Perceived Risk) Dan Loyalitas Pelanggan Online Shop Di Facebook*. Jurnal Psikologi Organisasi Industri.
- Hall, H.K., Hill, A.P., Appleton, P.R. and Kozub, S.A. (2009) *The Mediating Influence of Unconditional Self-Acceptance and Labile Self-Esteem on the Relationship between Multidimensional Perfectionism and Exercise Dependence*. Psychology of Sport and Exercise, 10, 35-44
- Hurlock, E. (1997). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Influence of Unconditional Self-Acceptance and Labile Self-Esteem on the Relationship Between ultidimensional Perfectionism And Exercise Independence. Psychology of Sport and Exercise. 10, 35 – 44
- Ira Puspitawari (2008). *Hubungan Antara Secure Attachment Dengan Motivasi Berprestasi Pada Remaja*. Psikologi Gundadharma.
- Jannatin, Mayang Kirana dan Cholichul Hadi. (2012). *Pengaruh Kualitas Kehidupan Kerja (Quality of Work Life) terhadap Produktivitas Karyawan Produksi*. Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi. Vol. 1, No. 02, 144-148.

- Klass, D. (1981). *Elisabeth Kubler-Ross and the Tradition of the Private Sphere Research*. London: Springer.
- Mahmudi, Moh. Hadi dan Suroso. (2014). *Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Penyesuaian Diri dalam Belajar*. Persona: Jurnal Psikologi Indonesia.
- Mardiyanti, R., & Purwaningtyas, F. D. (2021) *Kecenderungan Perilaku Body Shame ditinjau dari Self Acceptance pada Remaja Awal Putri di SMP Y Surabaya*. Jurnal Psikodidaktika.
- Pangastuti, Maya. (2014). *Efektifitas Pelatihan Berpikir Positif untuk Menurunkan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional (UN) pada Siswa SMA*. Persona Jurnal Psikologi Indonesia, 3, 32 - 41.
- Permatasari, V., & Gamayanti, W. (2016). *Gambaran Penerimaan Diri pada Orang yang Mengalami Skizofrenia*. Psynpathic: Jurnal Ilmiah Psikologi.
- Postalina Rosidada, Titin Suprihatin (2011). *Pengaruh pembelajaran aktif dalam meningkatkan prestasi belajar fisika pada siswa kelas 2 SMU*. Jurnal Psikologi Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Vol. 6 (2) hal, 89-102.
- Priyatno, Duwi. (2013). *Analisis Korelasi, Regresi, dan Multivariate dengan SPSS*. Yogyakarta: Penerbit Gava Media.
- Ridha, M. (2012). *Hubungan antara Body Image dengan Penerimaan Diri pada Mahasiswa Aceh di Yogyakarta*. Jurnal IPTEK Indonesia.
- Suseno, Miftahun Nimah. (2012). *Statistika: Teori dan Aplikasi untuk Penelitian Ilmu Sosial dan Humaniora*. Yogyakarta: Penerbit Ash-Shaff.
- Wahyuseptiana, Y. I. (2020). *Pembentukan Konsep Penerimaan Diri pada Anak Usia Dini di Masa Pandemi COVID-19*. Jurnal IAIN Surakarta.
- Yudho Bawono (2016). *Studi Tentang Self Construal Remaja Etnis Madura Dengan Pendekatan Indigenous Psychology*. Jurnal Indigenous ISSN 2541450X. Vol. 1 (2) hal, 20-32.

Yuli Asmi Rozali (2015). *Hubungan Efikasi Diri Akademik Dan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Ueu Jakarta*. Jurnal Psikologi ESA Unggul.

Yulia Herawati, Ratna Wulan (2013). *Hubungan antara Keberfungsian Keluarga dan Daya Juang*. Jurnal Psikologi Vol. 02 No.01 7-29.

Yunalia, E. M. (2017). *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Putri pada Masa Pubertas*. Nursing Sciences Journal 1, 30-36.

