

## BAB IV

### PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

#### A. Orientasi Kancan dan Persiapan

##### 1. Orientasi Kancan

Penelitian ini dilakukan pada pekerja perempuan di Indonesia, dikarenakan jumlah pekerja perempuan dari tahun ke tahun semakin meningkat. Selain itu, Indonesia juga termasuk ke dalam negara yang memiliki penduduk terbanyak keempat di dunia. Subjek dalam penelitian ini pekerja perempuan berusia 20 sampai 40 tahun yang sudah menikah dan sedang bekerja. Subjek yang berpartisipasi dalam penelitian ini berasal dari provinsi Bali, Jakarta, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Kalimantan Barat, Lampung, Sulawesi Selatan, dan Yogyakarta.

##### 2. Persiapan

###### a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi yang dilakukan ialah mempersiapkan *informed consent* dan menentukan subjek penelitian dengan mengumpulkan daftar nama sekaligus nomor telfon yang akan digunakan peneliti untuk menyebarkan data penelitian. Selain itu, peneliti juga mengunduh beberapa aplikasi *online* yang dapat mendukung penyebaran data.

###### b. Persiapan Alat Ukur

Penelitian yang dilakukan peneliti ialah mempersiapkan alat ukur untuk mengumpulkan data. Alat ukur yang digunakan peneliti

merupakan adaptasi dari skala resiliensi Gina dan Fitriyani (2022) yang memiliki aitem berjumlah 10 aitem *favorable* dan adaptasi skala *work life balance* dari Gunawan (2019) dengan 17 aitem *favorable*. Kemudian, aitem-aitem tersebut diberikan kepada 3 orang subjek dan 3 orang *expert judgment* untuk uji bahasa. Setelah itu, aitem pernyataan ditulis dalam bentuk kuesioner di *google* formulir.

## **B. Laporan Pelaksanaan Penelitian**

Pelaksanaan penelitian diawali dengan menyebarkan kuesioner di media sosial yang dilakukan sejak hari jumat tanggal 15 Juli 2022 sampai jumat tanggal 4 Agustus 2022. Penelitian ini tidak menggunakan tryout. Adapun subjek yang mengisi kuesioner sebanyak 194 orang, namun yang sesuai kriteria hanya 165 orang. Setelah data yang diisi sesuai dengan kesepakatan pembimbing, maka data diolah menggunakan *microsoft excel* dan *software SPSS 20 for windows*. Pengolahan data selesai, langkah selanjutnya data dianalisis menggunakan teori dan penelitian yang mendukung.

## **C. Hasil Penelitian**

### **1. Deskripsi Subjek Penelitian**

Data demografik yang diperoleh melalui pengambilan data di lapangan diperoleh data mengenai usia dan jenis pekerjaan. Subjek dalam penelitian ini ialah perempuan yang berusia 20-40 tahun yang sudah menikah dan sedang bekerja. Total subjek dalam penelitian ini yaitu 165 orang.

Tabel. 3  
Deskripsi subjek penelitian berdasarkan usia

<b>Usia</b>	<b>N</b>	<b>Persentase (%)</b>
<b>20</b>	2	1,2
<b>21</b>	2	1,2
<b>22</b>	11	6,7
<b>23</b>	11	6,7
<b>24</b>	16	9,7
<b>25</b>	15	9,1
<b>26</b>	20	12,1
<b>27</b>	8	4,8
<b>28</b>	7	4,2
<b>29</b>	14	8,5
<b>30</b>	10	6,1
<b>31</b>	2	1,2
<b>32</b>	9	5,5
<b>33</b>	0	0
<b>34</b>	6	3,6
<b>35</b>	7	4,2
<b>36</b>	5	3
<b>37</b>	1	0,6
<b>38</b>	3	1,8
<b>39</b>	4	2,4
<b>40</b>	12	7,3
<b>Jumlah</b>	<b>165</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat mengenai data sebaran responden penelitian berdasarkan usia. Diketahui bahwa responden yang berusia 20, 21, dan 31 tahun memiliki jumlah yang sama yaitu 2 orang dengan persentase sebesar 1,2%. Sama halnya dengan responden yang berusia 22 dan 23 tahun juga memiliki jumlah yang sama yaitu 11 orang dengan persentase sebesar 6,7%. Responden yang berusia 24 tahun memiliki jumlah 16 orang dengan persentase sebesar 9,7%. Responden yang berusia 25 tahun berjumlah 15 orang dengan persentase sebesar 9,1%. Responden yang

berusia 26 tahun berjumlah 20 tahun dengan persentase sebesar 12,1%. Responden yang berusia 27 tahun berjumlah 8 orang dengan persentase sebesar 4,8%. Responden yang berusia 28 tahun berjumlah 7 orang dengan persentase sebesar 4,2%. Responden yang berusia 29 tahun berjumlah 14 orang dengan persentase sebesar 8,5%. Responden yang berusia 30 tahun berjumlah 10 orang dengan persentase sebesar 6,1%. Responden yang berusia 32 tahun berjumlah 9 orang dengan persentase sebesar 5,5%. Responden yang berusia 34 tahun berjumlah 6 orang dengan persentase sebesar 3,6%. Responden yang berusia 35 tahun berjumlah 7 orang dengan persentase sebesar 4,2%. Responden yang berusia 36 tahun berjumlah 5 orang dengan persentase sebesar 3%. Responden yang berusia 37 tahun berjumlah 1 orang dengan persentase sebesar 0,6%. Responden yang berusia 38 tahun berjumlah 3 orang dengan persentase sebesar 1,8%. Responden yang berusia 39 tahun berjumlah 4 orang dengan persentase sebesar 2,4%. Terakhir, responden yang berusia 40 tahun berjumlah 12 orang dengan persentase sebesar 7,3%.

Tabel. 4  
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Pekerjaan

<b>Pekerjaan</b>	<b>N</b>	<b>Persentase(%)</b>
Karyawan Swasta	107	64,8
Wirausaha	23	13,9
Perawat	8	4,9
Bidan	2	1,2
Guru	25	15,2
<b>Jumlah</b>	<b>165</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sebaran responden penelitian berdasarkan pekerjaan dan dapat diketahui bahwa responden yang bekerja sebagai karyawan swasta memiliki jumlah paling tinggi yaitu 107 orang dengan persentase sebesar 64,8%. Responden yang bekerja sebagai wirausaha berjumlah 23 orang dengan persentase sebesar 13,9%. Responden yang bekerja sebagai perawat berjumlah 8 dengan persentase sebesar 4,9%. Responden yang bekerja sebagai bidan sebanyak 2 orang dengan persentase sebesar 1,2%. Terakhir, responden yang bekerja sebagai guru sebanyak 25 orang dengan persentase 15,2%.

Tabel. 5  
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Asal Domisili

<b>Domisili</b>	<b>N</b>	<b>Persentase(%)</b>
Bali	1	0,6
Jakarta	8	4,8
Jawa Barat	8	4,8
Jawa Tengah	121	73,4
Jawa Timur	1	0,6
Kalimantan Barat	2	1,2
Lampung	1	0,6
Sulawesi Selatan	1	0,6
Yogyakarta	22	13,4
<b>Jumlah</b>	<b>165</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa sebaran responden penelitian menurut asal domisili, diketahui bahwa responden yang berdomisili di Bali, Jawa Timur, Lampung, dan Sulawesi Selatan memiliki jumlah yang sama yaitu 1 orang dengan persentase 0,6%. Selain itu, responden yang berdomisili di Jakarta dan Jawa Barat juga memiliki jumlah yang sama yaitu 8 orang dengan persentase sebesar

4,8%. Responden yang berdomisili di Jawa Tengah memiliki jumlah terbanyak yaitu 121 orang dengan persentase sebesar 73,4%. Responden yang berdomisili di Kalimantan Barat memiliki jumlah 2 orang dengan persentase sebesar 1,2%. Sementara itu, responden yang berdomisili di Yogyakarta memiliki jumlah 22 orang dengan persentase sebesar 13,4%.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian diperlukan guna mengetahui gambaran data yang diperoleh peneliti dalam penelitian ini sehingga mempermudah peneliti dalam menginterpretasikan data tersebut.

Tabel. 6  
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Statistik	Hipotetik	Empirik
Resiliensi	Xmin	10	23
	Xmax	40	40
	Mean	25	32,9
	Standar Deviasi	5	3,71
<i>Work Life Balance</i>	Xmin	17	23
	Xmax	68	68
	Mean	42,5	44,4
	Standar Deviasi	8,5	7,46

Keterangan:  
Skor hipotetik: diperoleh dari skala  
Skor empirik: diperoleh dari hasil penelitian

Berdasarkan tabel di atas mengenai deskripsi data penelitian, Peneliti kemudian menggunakan deskripsi data penelitian tersebut untuk mengkategorisasikan skor yang diperoleh tiap-tiap responden penelitian pada masing-masing variabel penelitian. Pemberian kategorisasi bertujuan untuk menempatkan setiap individu kedalam kelompok-kelompok berdasarkan jenjang dari suatu kontinum atribut

yang diukur (Azwar, 2019). Kategorisasi dibuat berdasarkan rumus norma berikut ini:

Tabel. 7  
Rumus Norma Kategorisasi

No	Kategorisasi	Rumus Norma
1.	Sangat Rendah	$X < \mu - 1,8 \sigma$
2.	Rendah	$\mu - 1,8 \sigma \leq X < \mu - 0,6 \sigma$
3.	Sedang	$\mu - 0,6 \sigma \leq X < \mu + 0,6 \sigma$
4.	Tinggi	$\mu + 0,6 \sigma \leq X < \mu + 1,8 \sigma$
5.	Sangat Tinggi	$X > \mu + 1,8 \sigma$

Keterangan:

X: Skor Total

$\mu$ : Mean

$\sigma$ : Standar Deviasi

Berdasarkan rumus norma kategorisasi di atas, maka langkah selanjutnya adalah mengkategorisasikan responden kedalam lima kategorisasi tersebut, sehingga diperoleh hasil berikut ini:

Tabel. 8  
Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	Resiliensi	Work Life Balance
Sangat Rendah	$X < 16$	$X < 27,2$
Rendah	$16 \leq X < 22$	$27,2 \leq X < 37,4$
Sedang	$22 \leq X < 28$	$37,4 \leq X < 47,6$
Tinggi	$28 \leq X < 34$	$47,6 \leq X < 52,8$
Sangat Tinggi	$X > 34$	$X > 52,8$

Tabel. 9  
Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	Resiliensi		Work Life Balance	
	Frekuensi	Presentase(%)	Frekuensi	Persentase(%)
Sangat Rendah	0	0	3	1,8
Rendah	0	0	17	10,3
Sedang	14	8,5	97	58,8
Tinggi	81	49,1	17	10,3
Sangat Tinggi	70	42,4	31	18,8
<b>Total</b>	<b>165</b>	<b>100</b>	<b>165</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas, dapat dijelaskan bahwa tingginya perolehan skor pada variabel resiliensi berarti menandakan

responden memiliki resiliensi yang tinggi pula. Hal tersebut dibuktikan dari data diatas dimana terdapat 70 responden berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 42,4%. 81 responden berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 49,1%. 14 responden berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 8,5%. Tidak ada responden yang berada pada kategori rendah hingga sangat rendah .

Sama halnya dengan variable *work life balance*, semakin tinggi perolehan skor pada variabel *work life balance* berarti juga menandakan responden memiliki *work life balance* yang tinggi pula. Hal tersebut dibuktikan dari data diatas dimana terdapat 31 responden berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 18,8%. 17 responden berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 10,3%. Kategori sedang memiliki jumlah responden yaitu 97 responden dengan persentase sebesar 58,8%. Kategori rendah memiliki jumlah responden yaitu 17 responden dengan persentase sebesar 10,3% dan pada kategori sangat rendah terdapat 3 responden dengan persentase sebesar 1,8%.

### 3. Uji Asumsi

Sebelum peneliti melakukan uji hipotesis, maka harus terlebih dahulu melakukan uji normalitas dan uji linearitas menggunakan *software SPSS* versi 20 *for windows*.

#### a. Uji Normalitas

Tujuan dari uji normalitas ialah untuk mengetahui sebaran data penelitian bersifat normal atau tidak. Data dikatakan normal apabila



nilai  $p > 0,05$ , sebaliknya data dikatakan tidak normal ketika  $p < 0,05$ . Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *one sample kolmogorov-smirnov*. Adapun hasil adalah sebagai berikut :

Tabel. 10  
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Koefisien sig	Keterangan
<b>Resiliensi</b>	0,482	Normal
<b>Work Life Balance</b>	0,018	Tidak Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas yang telah digunakan dengan teknik *one sample kolmogorov-smirnov test*, skala resiliensi dan skala *work life balance* menunjukkan hasil  $p = 0,482$  dan  $p = 0,018$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa sebaran data pada kedua variabel tidak normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui korelasi antar variabel. Standar yang digunakan yaitu jika  $p > 0,05$  maka data dinyatakan linear. Sebaliknya jika  $p < 0,05$  maka dinyatakan tidak linear. Uji linearitas menggunakan *compare means* dari SPSS 20 for windows.

Tabel. 11  
Hasil Uji Linearitas

Variabel	Koefisien Linearitas	Signifikasi	Keterangan
<b>Resiliensi*</b>	1,589	0,078	Linear
<b>Work Life Balance</b>			

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel memiliki nilai F sebesar 1,589 dan nilai signifikansi sebesar

0,078 ( $p > 0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa variabel resiliensi dan *work life balance* memiliki korelasi yang linear.

c. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji normalitas dan uji linearitas yang menunjukkan bahwa hasil distribusi sebaran data pada kedua variabel adalah tidak normal dan linear. Kemudian, uji hipotesis dapat dilakukan dengan teknik rank spearman.

Tabel. 12  
Hasil Uji ipotesis

Variabel	r	R Square	P	Keterangan
Resiliensi* <i>Work Life Balance</i>	-0, 226	0, 030	0, 004	Ada hubungan negatif

Berdasarkan data hasil hipotesis dengan teknik korelasi spearman dapat diketahui bahwa nilai korelasi spearman  $r = -0,226$  dan nilai  $p$  sebesar 0, 004 ( $p < 0,005$ ). Hal tersebut menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara variabel resiliensi dengan *work life balance*, sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Resiliensi menyumbang 3% *work life balance* pada pekerja perempuan. Hubungan antara resiliensi dan *work life balance* bersifat lemah karena nilai koefisien korelasi sebesar 0, 226. Hal ini sejalan dengan penafsiran korelasi menurut Sugiyono (2016), bahwa tingkat hubungan atau korelasi lemah berkisar antara 0,20 sampai dengan 0,39.

#### D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan *work life balance* pada pekerja perempuan. Responden penelitian sebanyak 165 orang dengan kriteria perempuan usia 20-40 tahun, sudah menikah dan sedang bekerja. Hasil kategorisasi pada variabel resiliensi menunjukkan sebagian besar responden memiliki resiliensi dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 81 (49,1%) dari total responden. Resiliensi menjadi ketahanan dalam diri seseorang yang digunakan untuk mengelola tekanan dalam menjalankan suatu tugas sehingga dapat meningkatkan kinerja (Bantam dkk, 2021).

Hasil resiliensi yang tinggi memiliki keterkaitan dengan *work life balance* dimana sebagian besar responden memiliki *work life balance* dalam kategori yang sedang yaitu sebanyak 97 (58,8%). Husin dkk (2018) menjelaskan dengan memiliki *work life balance* yang baik, seseorang dapat meningkatkan komitmen, membagi waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Ketidakseimbangan pekerja perempuan yang sudah menikah dalam membagi waktu antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi menyebabkan pekerja perempuan mengalami kesulitan dalam menjalankan peran ganda, maka dari itu dibutuhkan upaya untuk menyeimbangkan kehidupan kerja dengan kehidupan pribadi disebut *work life balance* (Gunawan, 2019). Agar *work life balance* dapat tercapai maka dibutuhkan resiliensi, menurut Reivich dan Shatte (Nugraha, 2022) resiliensi merupakan kemampuan untuk beradaptasi dalam situasi yang sulit, seseorang dikatakan memiliki resiliensi

yang baik ketika mampu menghadapi masalah dan bertahan dalam situasi tertekan.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, diketahui nilai korelasi sebesar -0.226 dengan nilai signifikansi atau  $p$  sebesar 0,004 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel dan hipotesis penelitian diterima. Hasil koefisien korelasi sebesar -0,226 menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif dengan korelasi lemah antara resiliensi dengan *work life balance*. Semakin tinggi resiliensi yang dimiliki pekerja perempuan maka *work life balance* yang dimiliki pekerja perempuan akan semakin rendah. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat resiliensi maka *work life balance* yang dimiliki masyarakat semakin tinggi.

Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Nugraha (2022) yang mengungkapkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara kedua variabel resiliensi dan *work life balance*. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti jenis pekerjaan dan usia. Berdasarkan data demografi responden mayoritas bekerja sebagai karyawan swasta dengan lama waktu bekerja 8 sampai 12 jam perharinya. Menurut Bintang dan Astiti (2016) seseorang dengan jam kerja yang lama memiliki korelasi negatif dengan *work life balance*.

Hasil penelitian Idowu (2020) menjelaskan semakin fleksibel waktu kerja, maka keseimbangan kehidupan kerja seseorang semakin tinggi. Hal ini dikarenakan jam kerja fleksibel menjamin seseorang untuk dapat mengatur waktu antara pekerjaan dan kehidupannya sehingga memunculkan rasa puas

terhadap pekerjaan. Selain itu, pekerja berada di posisi terbaik saat pekerja dapat menentukan jam kerjanya sendiri. Shagvaliyeva dan Yazdanifard (2014) juga menjelaskan jam kerja yang fleksibel berkorelasi positif dengan keseimbangan kehidupan kerja, dan kepuasan kerja. Pekerja yang mencapai keseimbangan kerja akan meningkatkan kinerjanya kearah yang lebih baik, memiliki komitmen kerja yang baik, dan perputaran ketidakhadiran yang rendah.

Penelitian Pandiangan (2018) mengungkapkan terdapat hubungan yang positif antara *flexibel working arrangement* dengan *work life balance* pengemudi transportasi online. Berdasarkan data penelitian sebanyak 64,8% responden bekerja sebagai karyawan swasta yang memiliki jam kerja 8 sampai 12 jam perhari sehingga berpengaruh pada *work life balance*. Responden penelitian ini juga ada yang bekerja sebagai tenaga medis, yaitu perawat dan bidan sebanyak 10 orang.

Hal ini juga memiliki pengaruh terhadap hasil penelitian yang memiliki hubungan negatif, sebab hasil penelitian Tanaka (Rahmi, 2022) menyatakan tenaga medis memiliki *work life balance* yang rendah, terutama perawat. Hal itu disebabkan beban kerja perawat yang berat sehingga memiliki sedikit waktu untuk istirahat. Penelitian Shivakumar dan Pujar (2016) juga menyebutkan tenaga medis memiliki *work life balance* yang rendah karena tenaga medis jarang menyeimbangkan antara kehidupan kerja dengan kehidupan pribadi.

Selain itu, responden dalam penelitian ini mayoritas berusia 26 tahun sebanyak 12,1% sehingga menyebabkan resiliensi pekerja perempuan dalam penelitian ini tinggi. Menurut Zunker (Bintang & Astiti, 2016) usia 25-44 tahun merupakan tahap memulai karir, individu biasanya akan membangun keterampilan dan stabilisasi melalui pengalaman kerja. Mulyapradana (2012) juga menjelaskan pekerja berusia muda biasanya akan lebih berani untuk keluar dari pekerjaan dan mencari pekerjaan yang sesuai keinginannya. Santrock (2012) juga mengungkapkan saat individu berusia 20-30 tahun akan membentuk relasi keakraban dengan orang lain sehingga seseorang akan memiliki dukungan sosial yang baik. Penelitian Asih, dkk (2019) mengungkapkan dukungan sosial memiliki pengaruh yang positif terhadap resiliensi sebab seseorang yang memiliki dukungan sosial yang tinggi, akan memiliki resiliensi 20 kali lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang memiliki dukungan sosial yang rendah.

Penelitian ini memiliki kelemahan yaitu penelitian ini dilakukan di Indonesia namun subjek dalam penelitian di dominasi oleh pulau Jawa sehingga hasil penelitian ini kurang bisa digeneralisasikan secara bebas. Selain itu sebaran usia dalam penelitian ini didominasi oleh usia pada rentang 20-29 tahun dan hanya terdapat sedikit subjek yang mengisi pada rentang usia 30-40 tahun padahal kriteria subjek penelitian berada pada usia 21-40 tahun sehingga persebaran data dirasa tidak merata.