

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Penelitian ini dilakukan di Daerah Istimewa Yogyakarta sejak dari tanggal 25 Juni 2025 sampai dengan 7 Juli 2025 dengan menggunakan *google form* sebagai wadah untuk pengumpulan data secara *online*. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sendiri merupakan provinsi yang terletak di bagian selatan Pulau Jawa, yang secara astronomis berada di antara $7^{\circ}33' - 8^{\circ}12'$ Lintang Selatan dan $110^{\circ}00' - 110^{\circ}50'$ Bujur Timur. Wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta terdiri atas satu kota madya, yaitu Kota Yogyakarta yang menjadi pusat pemerintahan dan budaya, dengan empat kabupaten, yaitu Sleman, Bantul, Kulon Progo, dan Gunungkidul.

Kriteria responden pada penelitian ini adalah karyawan yang mengalami *workplace bullying*, dan peneliti memilih Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai lokasi penelitian karena Daerah Istimewa Yogyakarta sendiri dikenal sebagai kota budaya, yang masih sangat kental dengan nilai-nilai tradisional Jawa yang sopan, ramah, dan menjunjung tinggi adat istiadat. Pada kenyataannya fenomena *bullying* di Daerah Istimewa Yogyakarta ini masih terjadi, walaupun nilai-nilai seperti *unggah-ungguh* atau tata krama, *ewuh pakewuh* yang mengajarkan rasa sungkan dan menjaga harmoni dengan tidak mengatakan sesuatu yang bisa menyinggung

orang lain, serta *nrimo ing pandum* yang artinya menerima takdir dengan ikhlas, masih tertanam kuat dalam praktik sosial masyarakat, termasuk dalam lingkungan kerja.

2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Administrasi

Persiapan administrasi ini peneliti menyiapkan kriteria subjek yang sesuai dengan karakteristik penelitian terlebih dahulu, yaitu karyawan laki-laki dan perempuan yang mengalami *workplace bullying* di Daerah Istimewa Yogyakarta. Proses pengambilan data pada penelitian ini menggunakan *google form* dan disebarluaskan secara *online*, sehingga penelitian ini tidak memerlukan surat izin penelitian dari instansi. Namun sebelum subjek dapat mengisi kuesioner tersebut, peneliti sudah menyiapkan kalimat pernyataan kesediaan atau *informed consent* sebagai bentuk persetujuan dan kesediaan subjek bahwa data yang diberikan akan dipakai untuk kepentingan penelitian dengan tetap menjaga kerahasiaannya.

b. Persiapan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala, yaitu skala *adversity quotient* dan skala kepercayaan diri.

1) Skala *Adversity Quotient*

Penelitian ini memodifikasi skala *adversity quotient* yang disusun oleh Mukaromah (2018) mengacu pada empat dimensi menurut Stoltz (2000), yaitu *control (C)*, *origin-ownership (O2)*,

reach (R), dan *endurance* (E). Skala *adversity quotient* pada penelitian ini terdiri dari 30 aitem, dan terbagi menjadi 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable*. Pada penelitian ini responden akan diminta untuk memilih respon jawaban yang terdiri dari lima pilihan, yaitu Sangat Sesuai (SS) dengan skor 5, Sesuai (S) dengan skor 4, Netral dengan skor 3, Tidak Sesuai (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan skor 1.

Skala *adversity quotient* yang telah dimodifikasi ini peneliti uji validitas isi menggunakan metode Aiken's V kepada lima orang ahli atau *expert* pada bidangnya dengan nilai minimum Aiken's V yang dianggap valid sebesar ≥ 0.8 (Aiken, 1985). Berdasarkan hasil penilaian para ahli terhadap skala *adversity quotient* menghasilkan nilai Aiken's V yang berada pada kisaran 0.85 hingga 1.0, sehingga terdapat tiga aitem yang dieliminasi dari instrumen karena memperoleh nilai Aiken's V sebesar 0.7, yaitu aitem nomor 23, 24, dan 29.

Tabel 4.1 *Blueprint* Skala *Adversity Quotient* Setelah Uji Validitas

No	Dimensi	F	Jumlah	UF	Jumlah
1	<i>Control</i>	1, 2, 3, 4, 5	5	16, 17, 18, 19, 20	5
2	<i>Origin-Ownership</i>	6, 7, 8	3	21, 22	2
3	<i>Reach</i>	9, 10, 11, 12	4	23, 24, 25	3
4	<i>Endurance</i>	13, 14, 15	3	26, 27	2
			15		12

2) Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri penelitian ini memodifikasi skala Nurhuda (2019) yang disusun menggunakan aspek-aspek menurut Lauster (1992), yaitu keyakinan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis. Skala kepercayaan diri penelitian ini memiliki 29 aitem dengan 12 aitem *favorable* dan 17 aitem *unfavorable*. Penelitian ini menggunakan lima respon jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS) = skor 5, Sesuai (S) = skor 4, Netral = skor 3, Tidak Sesuai (TS) = skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = skor 1.

Peneliti melakukan uji validitas isi menggunakan metode Aiken's V kepada lima orang ahli dengan nilai minimum Aiken's V yang dianggap valid sebesar ≥ 0.8 (Aiken, 1985). Hasil dari uji validitas skala kepercayaan diri ini menghasilkan nilai Aiken's V yang berada pada kisaran 0.8 sampai 1.0, sehingga terdapat satu aitem yang gugur, yaitu aitem nomor 12 dengan nilai Aiken's v sebesar 0.75.

Tabel 4.2 *Blueprint* Skala Kepercayaan Diri Setelah Uji Validitas

No	Aspek	F	Jumlah	UF	Jumlah
1	Keyakinan akan kemampuan diri	1, 2, 3	3	12, 13, 14, 15 16	5
2	Optimis	4, 5, 6	3	17, 18, 19, 20	4
3	Obyektif	7	1	21	1
4	Bertanggung Jawab	8, 9	2	22, 23, 24, 25	4
5	Rasional dan Realistis	10, 11	3	26, 27, 28	3
			12		17

c. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti mengawali proses penelitian dengan melaksanakan pengujian alat ukur yang bertujuan untuk memastikan sejauh mana setiap aitem pada kedua skala penelitian ini valid dan reliabel, serta mengetahui apakah aitem yang digunakan sudah jelas, tidak membingungkan, dan mudah dipahami oleh responden. Uji coba alat ukur penelitian ini menggunakan bantuan *google form* dan disebarluaskan secara *online* pada tanggal 16 Juni 2025 sampai dengan tanggal 19 Juni 2025 kepada 54 responden yang sesuai kriteria penelitian dan berdomisili di Kota Yogyakarta.

Kota Yogyakarta dipilih sebagai lokasi pelaksanaan uji coba instrumen penelitian karena secara administratif Kota Yogyakarta berperan sebagai pusat kegiatan perkantoran, pelayanan publik, sektor swasta, serta berbagai jenis usaha jasa. Kondisi ini menjadikan kota tersebut lebih relevan untuk menjangkau kelompok karyawan dengan beragam latar belakang profesi. Selain itu, pemilihan lokasi ini juga mempertimbangkan kemudahan akses terhadap responden yang sesuai serta efisiensi dalam proses pelaksanaan uji coba. Oleh karena itu, Kota Yogyakarta dinilai lebih representatif dengan karakteristik subjek penelitian yang berfokus pada individu yang terlibat aktif dalam dunia kerja (BPS Yogyakarta, 2014).

d. Hasil Analisis Uji Coba Alat Ukur

Setelah data uji coba terkumpul, langkah selanjutnya adalah melakukan analisis uji coba alat ukur pada dua skala, yaitu skala *adversity quotient* dan skala kepercayaan diri. Hasil dari analisis ini menjadi dasar dalam menentukan aitem mana yang dipertahankan dan dihapus untuk memperoleh alat ukur yang valid dan reliabel.

1) Skala *Adversity Quotient*

Proses pengujian reliabilitas skala *adversity quotient* dilaksanakan dalam tiga putaran, dengan tujuan untuk mengevaluasi dan menyempurnakan kestabilan pengukuran setiap item dalam skala tersebut. Putaran pertama menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0.839 dengan daya diskriminasi aitem skala *adversity quotient* yang bergerak dari -0.016 sampai dengan 0.669. Hasil uji reliabilitas ini menunjukkan bahwa sebagian besar aitem sudah dipahami dengan baik oleh responden, namun terdapat beberapa aitem yang dinilai belum valid dan reliabel, oleh karena itu peneliti melanjutkan ke uji reliabilitas putaran kedua untuk memastikan bahwa seluruh aitem telah valid dan reliabel.

Sebelum melakukan uji reliabilitas skala *adversity quotient* putaran kedua, peneliti mengurangi sepuluh aitem skala *adversity quotient*, yaitu aitem nomor 1, 3, 5, 6, 10, 11, 12, 14, 15, dan 17 yang memiliki daya diskriminasi di bawah 0.275. Hasil uji reliabilitas putaran kedua menghasilkan koefisien reliabilitas skala

adversity quotient sebesar 0.873 dengan daya diskriminasi yang bergerak dari 0.255 sampai dengan 0.706. Setelah melihat hasil uji reliabilitas putaran kedua, peneliti menemukan bahwa beberapa butir aitem masih memiliki daya diskriminasi di bawah 0,275. Berdasarkan temuan tersebut, peneliti melakukan uji reliabilitas putaran ketiga guna memperbaiki dan menguji kembali kelayakan aitem.

Uji reliabilitas putaran ketiga ini peneliti mengurangi dua aitem, yaitu aitem nomor 2 dan 4. Uji reliabilitas putaran ketiga skala *adversity quotient* menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0.880 dengan daya diskriminasi antar aitem yang bergerak dari 0.295 sampai dengan 0.717. Berdasarkan hasil uji reliabilitas putaran ketiga ini dapat disimpulkan bahwa seluruh aitem skala *adversity quotient* telah menunjukkan reliabilitas yang memadai, hal ini menunjukkan bahwa perbaikan dan penyesuaian yang dilakukan pada putaran sebelumnya dapat meningkatkan kualitas serta efektivitas alat ukur. Berikut *blueprint* skala *adversity quotient* setelah uji coba.

Tabel 4.3 *Blueprint* Skala *Adversity Quotient* Setelah Uji Coba

No	Dimensi	F	Jumlah	UF	Jumlah
1	<i>Control</i>	-	0	16, 18, 19, 20	4
2	<i>Origin-Ownership</i>	7, 8	2	21, 22	2
3	<i>Reach</i>	9	1	23, 24, 25	3
4	<i>Endurance</i>	13	1	26, 27	2
			4		11

2) Skala Kepercayaan Diri

Pengujian reliabilitas skala kepercayaan diri dilakukan dalam dua putaran. Hasil analisis uji reliabilitas putaran pertama yang menunjukkan koefisien reliabilitas sebesar 0.899 dengan daya diskriminasi aitem yang bergerak dari 0.190 sampai dengan 0.721. Analisis daya diskriminasi aitem menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa aitem yang memiliki daya diskriminasi di bawah 0.275, oleh karena itu peneliti melakukan uji reliabilitas skala kepercayaan diri putaran kedua.

Uji reliabilitas skala kepercayaan diri putaran kedua, peneliti mengurangi tiga aitem, yaitu aitem nomor 4, 15, dan 27. Pada putaran kedua ini hasil analisis menunjukkan koefisien reliabilitas yang meningkat, yaitu sebesar 0.902 dengan daya diskriminasi aitem yang bergerak dari 0.302 sampai dengan 0.729 yang berarti seluruh aitem yang tersisa telah memenuhi kriteria daya diskriminasi aitem. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa uji coba skala kepercayaan diri putaran kedua ini telah memenuhi standar valid dan reliabel. Berikut *blueprint* skala kepercayaan diri setelah uji coba.

Tabel 4.4 *Blueprint* Skala Kepercayaan Diri Setelah Uji Coba

No	Aspek	F	Jumlah	UF	Jumlah
1	Keyakinan akan kemampuan diri	1, 2, 3	3	12, 13, 14, 16	4
2	Optimis	5, 6	2	17, 18, 19, 20	4
3	Obyektif	7	1	21	1
4	Bertanggung Jawab	8, 9	2	22, 23, 24, 25	4
5	Rasional dan Realistis	10, 11	2	26, 28	2
			10		15

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 25 Juni 2025 sampai dengan 7 Juli 2025 dengan cara peneliti menyebarkan tautan kuesioner dalam bentuk *google form* pada subjek yang sesuai dengan kriteria penelitian untuk memperoleh data. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah individu berjenis kelamin laki-laki atau perempuan yang mengalami *workplace bullying* dengan setidaknya satu paparan perilaku negatif dalam satu minggu, berlokasi di empat kabupaten di Daerah Istimewa Yogyakarta, yaitu Sleman, Bantul, Kulon Progo, dan Gunungkidul. Kriteria tersebut ditentukan agar data yang diperoleh dapat merepresentasikan populasi yang menjadi sasaran, serta untuk memastikan kesesuaian antara partisipan dengan variabel yang diteliti.

Hasil dari proses pengambilan data penelitian didapatkan sejumlah 174 karyawan yang mengalami *workplace bullying* yang ikut berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini. Namun, setelah peneliti melakukan penelaahan terhadap seluruh jawaban yang diberikan oleh responden melalui *google form*, ditemukan bahwa terdapat lima responden yang belum memenuhi kriteria partisipan yang telah ditetapkan sebelumnya. Ketidaksesuaian tersebut berupa mengalami perundungan kurang dari enam bulan, oleh karena itu kelima

responden tersebut dikeluarkan dari analisis lebih lanjut. Setelah dilakukan penyaringan, jumlah data yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 169 yang seluruhnya telah memenuhi kriteria responden yang telah ditetapkan.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Berdasarkan data responden yang berhasil dikumpulkan, total partisipasi dalam penelitian ini berjumlah 169 karyawan yang mengalami *workplace bullying* di Yogyakarta. Berikut rincian dari penyebaran kuesioner penelitian:

Tabel 4.5 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	Persentase (%)
Laki-Laki	49	29%
Perempuan	120	71%

Berdasarkan klasifikasi jenis kelamin, 120 responden atau sekitar 71% merupakan perempuan, sedangkan 49 responden atau sekitar 29% merupakan laki-laki. Distribusi ini menunjukkan dominasi partisipasi perempuan dalam pengisian kuesioner penelitian. Menurut Salin dan Hoel (2013) *bullying* merupakan fenomena yang bersifat *gendered*, di mana perempuan cenderung lebih rentan menjadi target karena berada dalam posisi kekuasaan yang lebih rendah dalam struktur organisasi. Perempuan lebih sering dinilai berdasarkan aspek non-kinerja seperti penampilan, gaya bicara, atau sikap, yang dapat memicu komentar atau perlakuan yang merendahkan. Stereotip ini dapat memperbesar peluang mengapa

perempuan menjadi sasaran ejekan, pelecehan verbal, atau perlakuan tidak profesional.

Selaras dengan itu, Ólafsson dan Jóhannsdóttir (2004) menyoroti bahwa perempuan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi dalam menyadari dan melaporkan tindakan *bullying* yang mereka alami. Perempuan lebih peka terhadap perilaku yang merugikan secara psikologis dan lebih sering mencari dukungan sosial atau melapor saat menjadi korban. Sebaliknya, laki-laki cenderung menahan pengalaman tersebut karena tekanan sosial untuk tampil kuat dan tidak menunjukkan kelemahan.

Berdasarkan kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa prevalensi *bullying* pada perempuan tidak hanya mencerminkan kerentanannya sebagai target dalam sistem sosial dan organisasi, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor internal seperti kesadaran emosional dan kecenderungan untuk melaporkan.

Tabel 4.6 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase (%)
20	2	1.2%
21	3	1.8%
22	11	6.5%
23	10	5.9%
24	11	6.5%
25	28	16.6%
26	44	26.0%
27	29	17.2%
28	16	9.5%
29	2	1.2%
30	3	1.8%
32	3	1.8%
33	1	0.6%
35	2	1.2%
36	1	0.6%
38	1	0.6%
39	1	0.6%
40	1	0.6%
Total	169	100%

Penelitian ini tidak terdapat kriteria usia, namun berdasarkan data usia responden dalam penelitian ini memiliki rentang usia yang bervariasi. Diketahui bahwa responden yang berusia 33, 36, 38, 39, dan 40 tahun masing-masing berjumlah 1 orang atau sekitar 0.6% dari total responden. Responden yang berusia 20, 29, dan 35 tahun masing-masing memiliki jumlah yang sama, yaitu sebanyak 2 orang atau sekitar 1.2% dari total responden. Responden yang berusia 21, 30, dan 32 tahun masing-masing berjumlah 3 orang dengan persentase 1.8%. Responden yang berusia 23 tahun memiliki jumlah 10 orang dengan persentase 5.9%. Responden dengan usia 22 dan 24 tahun masing-masing berjumlah 11 orang dengan persentase 6.5%. Responden yang berusia 28 tahun berjumlah 16 orang

dengan persentase 9.5%. Responden yang berusia 25 tahun memiliki jumlah 28 orang dengan persentase 16.6%. Responden yang berusia 27 tahun berjumlah 29 orang dengan persentase 17.2%, dan responden yang paling banyak tercatat berada diusia 26 tahun dengan jumlah 44 orang dan memiliki persentase 26.0% dari total responden.

Tabel 4.7 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Domisili

Domisili	N	Persentase (%)
Kabupaten Sleman	66	39.1%
Kabupaten Bantul	40	23.7%
Kabupaten Kulon Progo	33	19.5%
Kabupaten Gunungkidul	30	17.8%
Total	169	100%

Berdasarkan data domisili, diketahui responden yang berdomisili di Kabupaten Sleman berjumlah 66 orang dengan persentase 39.1%, responden yang berdomisili di Kabupaten Bantul memiliki jumlah 40 orang dengan persentase 23.7%, sedangkan untuk responden yang berdomisili di Kabupaten Kulon Progo memiliki jumlah 33 orang dengan persentase 19.5%, dan untuk responden yang berdomisili di Kabupaten Gunungkidul berjumlah 30 orang dengan persentase 17.8%.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini berdomisili di Kabupaten Sleman, hal ini dikarenakan Kabupaten Sleman merupakan kabupaten dengan jumlah penduduk tertinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta, yakni sekitar 29.9% dari total populasi atau kurang lebih 1.11 juta jiwa. Hal ini juga didukung oleh Kabupaten Sleman yang menjadi wilayah tempat tinggal utama bagi banyak individu karena biaya hidup yang relatif lebih terjangkau serta kemudahan akses transportasi menjadikan

Kabupaten Sleman sebagai kawasan penyangga sosial dan ekonomi bagi kota. Sementara itu, jumlah penduduk di kabupaten lain seperti Kabupaten Bantul (26.1%), Kabupaten Gunungkidul (20.9%), dan Kabupaten Kulon Progo (11.9%) lebih rendah, yang kemungkinan turut memengaruhi lebih sedikitnya partisipasi responden dari wilayah-wilayah tersebut (Fadhlurrahman, 2024).

Tabel 4.8 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Perundungan

Jenis Perundungan	N	Persentase (%)
Kontrol kerja secara berlebihan	62	14.2%
Dikritik secara kasar tanpa empati	81	18.5%
Beban kerja yang melebihi kapasitas	93	21.3%
Tidak dihargai dan dianggap kurang kompeten	72	16.5%
Menjadi sasaran rumor atau isu yang tidak akurat	70	16%
Tidak dilibatkan dalam kegiatan bersama di perusahaan	43	9.8%
Mengalami pelecehan verbal dan tindakan tidak pantas lainnya	16	3.7%
Total	437	100%

Berdasarkan data yang diperoleh mengenai bentuk-bentuk perundungan, diketahui jenis perundungan yang dialami oleh para karyawan dalam lingkungan kerja, yaitu kontrol kerja secara berlebihan muncul sebanyak 62 kali atau sekitar 14.2% dari total responden yang mengalami hal tersebut, dikritik secara kasar tanpa empati tercatat muncul sebanyak 81 kali dengan persentase 18.5%, beban kerja yang melebihi kapasitas mendominasi dengan muncul sebanyak 93 kali atau sekitar 21.3% dari total responden, tidak dihargai dan dianggap kurang kompeten muncul sebanyak 72 kali atau sekitar 16.5%. menjadi sasaran rumor atau isu yang

tidak akurat muncul sebanyak 70% dengan persentase 16%, tidak dilibatkan dalam kegiatan bersama di perusahaan muncul sebanyak 43 kali atau sekitar 9.8%, dan mengalami pelecehan verbal dan tindakan tidak pantas lainnya muncul sebanyak 16 kali atau sekitar 3.7% dari total responden penelitian ini.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini mengaku mengalami beban kerja yang melebihi kapasitas individu mereka. Kondisi tersebut mencerminkan adanya tekanan kerja yang tidak seimbang antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan personal, beban kerja yang melebihi kapasitas karyawan tidak selalu muncul sebagai konsekuensi logis dari tuntutan pekerjaan, melainkan dapat menjadi bagian dari dinamika perundungan di tempat kerja atau *work-related behaviours* yang secara sengaja dilakukan dengan tujuan menjatuhkan, melemahkan, atau menghukum individu secara psikologis (Ciby & Raya, 2015).

Tabel 4.9 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Frekuensi

Frekuensi	N	Persentase (%)
Sesekali dalam seminggu	25	14.8%
1-2 kali dalam seminggu	42	24.9%
3-5 kali dalam seminggu	70	41.4%
Setiap hari	32	18.9%
Total	169	100%

Berdasarkan data frekuensi yang menggambarkan seberapa sering responden merasa mengalami perlakuan negatif dari orang lain dalam keseharian mereka, responden yang mengalami paparan terhadap tindakan negatif hanya sesekali dalam seminggu tercatat sebanyak 25 orang atau sekitar 14.8% dari total responden. Responden yang mengalami paparan

terhadap tindakan negatif 1-2 kali dalam satu minggu berjumlah 42 orang dengan persentase 24.9%. Responden yang mengalami paparan terhadap tindakan negatif 3-5 kali dalam satu minggu adalah 70 orang dengan persentase 41.4%, dan sebanyak 32 orang atau 19.9% mengalami paparan terhadap tindakan negatif setiap hari.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian bertujuan untuk menyajikan gambaran umum mengenai data yang telah diperoleh dari responden. Langkah ini penting untuk memberikan pemahaman awal terhadap karakteristik data sebelum dilakukan analisis lebih lanjut, sehingga mempermudah dalam proses interpretasi hasil penelitian.

Tabel 4.10 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Statistik	Hipotetik	Empirik
<i>Adversity Quotient</i>	Xmin	15	24
	Xmax	75	71
	Mean	45	47.5
	Standar Deviasi	10	7.8
Kepercayaan Diri	Xmin	25	43
	Xmax	125	114
	Mean	75	78.5
	Standar Deviasi	16.7	11.8

Keterangan:

Skor hipotetik : diperoleh dari skala

Skor empirik : diperoleh dari hasil penelitian

Berdasarkan data yang tersaji dalam tabel deskriptif penelitian, peneliti menggunakan informasi tersebut sebagai dasar untuk melakukan pengelompokan atau kategorisasi skor pada setiap variabel. Kategorisasi ini dilakukan terhadap skor individual tiap responden, dengan tujuan untuk memperoleh gambaran yang lebih sistematis dan memudahkan dalam

proses analisis data lanjutan. Menurut Azwar (2021) pemberian kategorisasi bertujuan mengelompokkan individu berdasarkan jenjang pada kontinum atribut yang diukur untuk mendukung interpretasi hasil penelitian secara sistematis. Kategorisasi dibuat berdasarkan rumus norma berikut ini:

Tabel 4.11 Rumus Norma Kategorisasi

No	Kategorisasi	Rumus Norma
1.	Sangat Rendah	$X < \mu - 1.8 \sigma$
2.	Rendah	$\mu - 1.8 \sigma < X \leq \mu - 0.6 \sigma$
3.	Sedang	$\mu - 0.6 \sigma < X \leq \mu + 0.6 \sigma$
4.	Tinggi	$\mu + 0.6 \sigma < X \leq \mu + 1.8 \sigma$
5.	Sangat Tinggi	$X > \mu + 1.8 \sigma$

Keterangan

X: skor total

μ : mean

σ : standar deviasi

Berdasarkan rumus norma kategorisasi yang telah dijabarkan sebelumnya, langkah berikutnya adalah mengategorikan skor responden ke dalam lima tingkatan kategori. Proses ini dilakukan untuk mempermudah interpretasi data dan analisis lebih lanjut, dengan hasil distribusi responden pada masing-masing kategori ditampilkan sebagai berikut:

Tabel 4.12 Persentil Kategorisasi Variabel

Kategorisasi	<i>Adversity Quotient</i>	Kepercayaan Diri
Sangat Rendah	$X < 26$	$X < 12$
Rendah	$26 < X \leq 36$	$12 < X \leq 48$
Sedang	$36 < X \leq 46$	$48 < X \leq 62$
Tinggi	$46 < X \leq 55$	$62 < X \leq 77$
Sangat Tinggi	$X > 55$	$X > 91$

Tabel 4.13 Kategorisasi Data Penelitian

Kategorisasi	<i>Adversity Quotient</i>		Kepercayaan Diri	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	3	2%	5	3%
Rendah	52	31%	36	21%
Sedang	71	42%	85	50%
Tinggi	35	21%	37	22%
Sangat Tinggi	8	5%	6	4%
Total	169	100%	169	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi data penelitian di atas, terlihat bahwa jumlah subjek pada variabel *adversity quotient* yang berada pada kategori sangat rendah adalah 3 orang dengan persentase 2%, kategori rendah sebanyak 52 orang dengan persentase 31%, sementara tercatat 71 orang atau 42% berada pada kategori sedang, dan 35 orang atau 21% berada pada kategori tinggi, serta terdapat 8 orang atau 5% yang berada pada kategori sangat tinggi. Distribusi ini menggambarkan bahwa sebagian besar responden cenderung memiliki tingkat *adversity quotient* pada kategori sedang.

Selain pada variabel *adversity quotient*, pola serupa juga terlihat pada variabel kepercayaan diri dalam penelitian ini, di mana menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang, yaitu 85 orang atau 50%. Sementara itu, tercatat 5 orang atau 3% berada dalam kategori sangat rendah, dan 36 orang dengan persentase 21% berada pada kategori rendah. Untuk kategori tinggi terdapat 37 orang atau 22%, sedangkan 6 orang dengan persentase 4% berada pada kategori sangat tinggi.

3. Uji Asumsi

Sebelum peneliti melakukan uji hipotesis, diperlukan tahap awal berupa uji normalitas dan uji linearitas menggunakan IBM SPSS 27 *for windows*. Pelaksanaan kedua uji ini penting untuk memastikan bahwa data yang digunakan telah memenuhi asumsi-asumsi statistik yang mendasari keabsahan hasil uji hipotesis.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas penelitian ini menggunakan *one sample kolmogorov-smirnov test* untuk memeriksa apakah data penelitian memiliki distribusi normal sebagai syarat analisis statistik tertentu. Adapun hasil uji normalitas penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.14 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig. (2-tailed)	Keterangan
<i>Adversity Quotient</i>	> 0.001	Tidak normal
Kepercayaan Diri	0.023	Tidak normal

Berdasarkan hasil uji normalitas, nilai signifikansi variabel *adversity quotient* sebesar 0.001 ($p < 0.05$) dan nilai signifikansi variabel kepercayaan diri sebesar 0.023 ($p < 0.05$), menunjukkan bahwa sebaran data dua variabel penelitian ini tidak normal. Hal ini mengindikasikan bahwa data tidak memenuhi asumsi normalitas yang menjadi syarat penting dalam penerapan analisis statistik parametrik, sehingga perlu dipertimbangkan penggunaan uji non-parametrik sebagai alternatif.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas penelitian ini menggunakan *test for linearity* untuk memeriksa apakah terdapat hubungan linear yang signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat. Berikut hasil uji linearitas penelitian ini:

Tabel 4.15 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	p	Keterangan
<i>Adversity Quotient</i> – Kepercayaan Diri	193.495	0.789	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas di atas, diperoleh koefisien linearitas sebesar 193.495, dengan nilai signifikansi pada *deviation from linearity* adalah 0.789 ($p > 0.05$) yang menunjukkan bahwa hubungan antara *adversity quotient* dengan kepercayaan diri dalam penelitian ini memenuhi asumsi linearitas.

4. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan korelasi *spearman's rho* dalam menganalisis hubungan antarvariabel penelitian sebagai alternatif dari uji Pearson. Pemilihan metode ini didasarkan pada hasil uji normalitas yang menunjukkan data tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga asumsi penggunaan uji korelasi Pearson tidak terpenuhi. Uji Spearman sebagai metode non-parametrik lebih sesuai digunakan pada data non-normal, karena tidak memerlukan asumsi distribusi normal dan tetap dapat mengidentifikasi kekuatan serta arah hubungan antarvariabel.

Tabel 4.16 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Correlation Coefficient	Sig. (2-tailed)	Keterangan
<i>Adversity Quotient</i> - Kepercayaan Diri	0.674	0.001	Ada hubungan

Hasil analisis korelasi *spearman's rho* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0.674 dengan nilai signifikansi (p) < 0.001. Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara *adversity quotient* dan kepercayaan diri pada responden penelitian. Menurut Sugiyono (2018), koefisien korelasi mengukur kekuatan hubungan antarvariabel dan diinterpretasikan dalam kategori tertentu, dan rentang 0.60–0.799 termasuk ke dalam derajat hubungan kuat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peningkatan *adversity quotient* berkorelasi dengan peningkatan tingkat kepercayaan diri. Artinya, semakin tinggi *adversity quotient* yang dimiliki individu, maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri yang dimilikinya. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *adversity quotient* dan kepercayaan diri, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak.

D. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dengan kepercayaan diri karyawan yang mengalami *workplace bullying* di Yogyakarta. Daerah Istimewa Yogyakarta menjadi lokasi penelitian khususnya Kabupaten Sleman, Kabupaten Bantul, Kabupaten Kulon

Progo, dan Kabupaten Gunungkidul. Lokasi pengambilan data penelitian ini tidak mencakup Kota Yogyakarta karena wilayah tersebut telah digunakan sebagai lokasi uji coba instrumen, pengecualian ini dimaksudkan untuk menjaga validitas data penelitian dengan menghindari potensi bias yang dapat terjadi akibat pengulangan pengisian instrumen oleh responden yang telah terpapar pada tahap uji coba.

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner, penelitian ini melibatkan 169 responden yang terdiri dari 49 laki-laki dan 120 perempuan, dengan rentang usia responden berada pada kisaran 20 hingga 40 tahun, namun mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada rentang usia 25 hingga 28 tahun. Menurut Santrock (2012) rentang usia tersebut termasuk ke dalam kategori dewasa awal, masa di mana individu mulai aktif secara penuh dalam dunia kerja. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2025), kelompok usia 25-29 tahun merupakan salah satu kelompok angkatan kerja terbesar di Indonesia, ditambah individu pada rentang usia tersebut juga lebih responsif terhadap survei daring dan secara psikososial berada dalam masa yang rawan terhadap tekanan kerja, menjadikannya kelompok yang relevan dalam studi.

Hasil penyebaran kuesioner penelitian ini dianalisis menggunakan uji korelasi *spearman rank* yang menghasilkan adanya hubungan positif antara *adversity quotient* dan kepercayaan diri. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi *spearman rank* 0.674 dan nilai signifikansi 0.001 ($p < 0.001$), hasil analisis ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *adversity quotient* maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan diri individu. Temuan penelitian

ini menguatkan penelitian Ilmiah dan Utomo (2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecerdasan adversitas seseorang dengan hasil uji korelasi *spearman rank* $p < 0.05$ dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.844 yang artinya korelasi antara kepercayaan diri dengan kecerdasan adversitas sangat kuat, sehingga seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan diikuti oleh kecerdasan adversitas yang tinggi juga.

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) dikenal luas sebagai kota budaya dengan nilai-nilai sosial yang menjunjung tinggi kesopanan, toleransi, dan etika kolektif. Penelitian Syah dan Bantam (2022) yang menganalisis *school well being* pelajar SMP Yogyakarta melalui REBT pada pelaku *bullying* menunjukkan bahwa nilai-nilai tersebut tidak serta-merta menghilangkan praktik perundungan di kota budaya ini. Bahkan dalam konteks masyarakat yang dianggap berbudaya seperti DIY, fenomena serupa juga terjadi di lingkungan kerja atau *workplace bullying*, perundungan di tempat kerja yang kenyataannya masih kurang mendapat perhatian, baik dari pihak organisasi maupun individu (Mirawati et al., 2019).

Penelitian Hidayati dan Rahayuningsih (2014) mengungkapkan bahwa banyak di antara korban *bullying* memilih bersikap pasif atau mendiamkan perilaku *bullying* yang dialaminya, padahal sikap tersebut berpotensi memperpanjang status mereka sebagai korban dan dapat berdampak serius terhadap kondisi mental. Sering juga akibat perilaku negatif dari pelaku korban *bullying* mengalami penurunan kepercayaan diri karena kehilangan keyakinan

terhadap kemampuan diri sendiri, yang pada akhirnya membuat potensi yang ada dalam diri mereka tidak berkembang dengan baik (Busyra Zituny & Pulungan, 2018).

Dalam situasi seperti itu, *adversity quotient* menjadi salah satu aspek penting yang diperlukan, Stoltz (2000) berpendapat menghadapi tantangan dalam suatu lingkungan menuntut adanya kompetensi tertentu, dan di antara berbagai kompetensi individu, terdapat satu kemampuan khusus yang memungkinkan untuk mengidentifikasi sejauh mana individu mampu menghadapi dan mengatasi kesulitan, secara teoritis *adversity quotient* terbagi menjadi empat dimensi, yaitu dimensi *control* yang menjelaskan tentang kendali seseorang dalam menghadapi suatu hambatan, dimensi *origin-ownership* yang menjelaskan tentang sejauh mana seseorang dapat menanggung akibat dari situasi tanpa mempermasalahkan penyebabnya, dimensi *reach* yang menjelaskan mengenai sejauh mana permasalahan seseorang dapat mempengaruhi kehidupan, dan dimensi *endurance* yang menjelaskan mengenai seberapa lama seseorang dapat bertahan saat menghadapi masalah.

Individu dengan *adversity quotient* yang tinggi cenderung lebih tangguh secara mental, mampu bertahan di tengah tekanan, dan tidak mudah terpengaruh secara negatif oleh situasi sulit. Dengan demikian, *adversity quotient* dapat berperan penting dalam membantu individu mengembangkan kembali kepercayaan diri mereka, terutama dalam menghadapi pengalaman yang melemahkan secara psikologis seperti *bullying*, dan hasil penelitian ini

menguatkan pentingnya pengembangan *adversity quotient* pada individu, khususnya yang mengalami ciri-ciri *workplace bullying*, seperti disampaikan oleh Ciby dan Raya (2015) mengenai ciri-ciri *workplace bullying*, yaitu *negative social behaviours* atau paparan terhadap perilaku sosial yang negatif, frekuensi dan durasi mengalami *workplace bullying*, serta *power disparity* atau kesenjangan kekuasaan.

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa terdapat 169 karyawan di Daerah Istimewa Yogyakarta yang mengalami ciri-ciri *workplace bullying*, sehingga peningkatan *adversity quotient* diyakini dapat menjadi jalan untuk mendorong kepercayaan diri yang lebih kuat, memperkuat ketahanan diri, serta mencegah dampak psikologis jangka panjang akibat pengalaman negatif yang dialami. Menurut Lolaria et al., (2024) kepercayaan diri tidak semata-mata merupakan perasaan positif terhadap diri sendiri, melainkan juga mencakup pemahaman yang mendalam mengenai kemampuan dan keterampilan pribadi.

Kepercayaan diri sendiri merupakan salah satu sifat yang menentukan karena dalam kepercayaan diri terdapat aspek keyakinan akan kemampuan diri yang menumbuhkan sikap positif terhadap kemampuan yang ada pada diri seseorang, selain itu terdapat aspek optimis yang menumbuhkan sikap selalu berpandangan baik dan positif dalam menghadapi segala hal, lalu terdapat aspek obyektif yang membangun rasa percaya memandang segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi, kemudian aspek bertanggung jawab yang menumbuhkan sikap kesediaan untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya, dan

terakhir terdapat aspek rasional dan realistis, yang mengajarkan sikap dalam menganalisis suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan (Lauster, 1992).

Penelitian Fithriyyah dan Dhania (2025) yang menyatakan bahwa ada keterkaitan positif antara *adversity quotient* dan kepercayaan diri dengan nilai koefisien sebesar 0.560 dan tingkat signifikansi 0.000 ($p < 0.01$). Penelitian tersebut menjelaskan sumbangan efektif sebesar 31.3% menunjukkan bahwa *adversity quotient* memiliki kontribusi yang bermakna dalam menjelaskan variasi tingkat kepercayaan diri pada responden. Temuan tersebut juga memperoleh dukungan dari penelitian Wibowo (2015) yang menunjukkan adanya pola hubungan serupa yaitu individu dengan *adversity quotient* tinggi biasanya mampu menerima tantangan sebagai peluang untuk belajar dan mengasah kemampuan diri, sehingga berkontribusi pada pengembangan potensi yang lebih optimal.

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *adversity quotient* sedang (42%) dan kategori kepercayaan diri sedang (50%). Temuan ini mengindikasikan bahwa adanya hubungan searah di mana tingkat *adversity quotient* yang sedang berkaitan dengan kepercayaan diri yang juga berada pada tingkat sedang. *Adversity quotient* memengaruhi kepercayaan diri karena individu yang memiliki kemampuan lebih baik dalam menghadapi dan mengelola tantangan cenderung memiliki keyakinan yang lebih kuat pada dirinya sendiri. Sebaliknya, jika

adversity quotient hanya berada pada tingkat sedang, maka kemampuan untuk mengatasi tekanan belum optimal, sehingga rasa percaya diri juga cenderung berada pada tingkat menengah. Dengan demikian, terdapat kesesuaian antara kategori *adversity quotient* dan kepercayaan diri pada responden penelitian ini, mendukung temuan bahwa semakin tinggi *adversity quotient* seseorang, semakin tinggi pula kepercayaan dirinya.

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dijelaskan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan antara *adversity quotient* dan kepercayaan diri, pada penelitian ini memberikan kontribusi baru dengan pengambilan subjek karyawan yang mengalami *workplace bullying* di Yogyakarta. Akan tetap terdapat kelemahan dalam penelitian ini, yaitu terletak pada karakteristik responden yang kurang beragam, karena sebagian besar responden berasal dari Kabupaten Sleman, sehingga temuan penelitian ini belum tentu dapat digeneralisasikan ke wilayah lain. Selain itu, distribusi jenis kelamin responden juga tidak seimbang, di mana mayoritas merupakan perempuan dan ketimpangan tersebut dapat memengaruhi representasi hasil. Di samping itu, data penelitian diketahui tidak terdistribusi normal, sehingga analisis tidak dapat dilakukan dengan uji parametrik dan keterbatasan ini dapat memengaruhi interpretasi hasil secara statistik.