

Peran Dukungan Sosial Daring dalam Memoderasi Hubungan antara Tuntutan Pekerjaan Kuantitatif dan Burnout pada Karyawan Generasi Z = The Role of Online Social Support in Moderating the Relationship between Quantitative Job Demands and Burnout among Generation Z Employees

Dary Ammar Djatniko, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920572192&lokasi=lokal>

Abstrak

Generasi Z yang diprediksi akan mendominasi tenaga kerja di tahun-tahun mendatang ditemukan sering mengalami burnout. Data oleh Future Forum (2022) menunjukkan bahwa 49% karyawan Gen Z merasa burnout atas pekerjaannya, lebih tinggi dari generasi lainnya. Fenomena ini disebabkan sedikitnya pengalaman generasi Z dalam menghadapi tuntutan pekerjaan. Burnout dapat merugikan perusahaan maupun karyawan dengan berbagai dampak negatif. Dengan demikian, perlu adanya upaya untuk mengurangi kemungkinan terjadinya burnout. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dukungan sosial daring dalam memoderasi hubungan antara tuntutan pekerjaan kuantitatif dengan burnout pada karyawan generasi Z. Terdapat 178 partisipan penelitian dengan kriteria Warga Negara Indonesia (WNI), berusia 18–30 tahun, telah bekerja selama 3 bulan atau lebih di perusahaan saat ini sebagai karyawan tetap, kontrak, outsource, ataupun magang, dan menggunakan media online dalam dua bulan terakhir. Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif signifikan antara tuntutan pekerjaan kuantitatif dengan burnout ($p < 0.05$), dan bahwa dukungan sosial daring tidak dapat memoderasi hubungan antara tuntutan pekerjaan kuantitatif dengan burnout ($p > 0.05$). Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan atas fenomena burnout pada karyawan generasi Z. Perusahaan dapat melakukan asesmen atas persepsi generasi Z terhadap tuntutan pekerjaannya.

.....Generation Z, predicted to dominate the workforce in the coming years, tends to frequently experience burnout. Data from Future Forum (2022) shows that 49% of Gen Z employees feel burned out from their job, a higher percentage than other generations. This is attributed to generation Z's limited experience in dealing with job demands. Burnout can be detrimental to both companies and employees, leading to various negative outcomes. Therefore, efforts are needed to reduce the likelihood of burnout. This study examines the role of online social support in moderating the relationship between quantitative job demands and burnout among generation Z employees. A total of 178 participants were involved, meeting criteria as Indonesian citizens aged 18–30, having worked at least three months in their current company as permanent, contract, outsourced, or internship employees, and having used online media in the past two months. Results showed a significant positive relationship between quantitative job demands and burnout ($p < 0.05$), while online social support did not moderate this relationship ($p > 0.05$). This study is expected to expand understanding of burnout among generation Z employees. Companies are encouraged to assess generation Z employees' perceptions of their job demands.