

DAFTAR PUSTAKA

- Agesti, R. C. (2022). Hubungan Antara *Hardiness* Dengan *Burnout* Pada Anggota Polisi POLRES Demak (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Sultan Agung).
- Aldiansyah, F. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat *Burnout* Perawat Pada Situasi Covid-19 *Literatur Review* (*Doctoral dissertation*, Universitas Muhammadiyah Magelang).
- Ardhani, G. D., Sylvia, V., & Sitio, S. (2023). Pengaruh Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Grafindo Triutama Jakarta Selatan. Dalam JIMEN Jurnal Inovatif Mahasiswa Manajemen (Vol. 3, Nomor 3).
- Arroisi, J. (2022). Sindrom *Burnout* Perspektif Herbert J. Freudenberger. *Cakrawala Repositori IMWI*, 5(2), 290-302.
- Binus University. (2024, November). Gen Z dan *burnout*: Antara ambisi, ekspektasi, dan kehilangan diri. <https://binus.ac.id/bekasi/2024/11/gen-z-dan-burnout-antara-ambisi-ekspektasi-dan-kehilangan-diri/> (Diakses pada 25 April 2026)
- Candra, A., Gunawan, W., & Hilmy, R. (2022). Motivasi Dan Beban Kerja Sebagai Penentu Kinerja Karyawan Di RSIA Selaras Cikupa. *Jurnal ARSI: Administrasi Rumah Sakit Indonesia*, 8(1), 2.
- Dayanti, N., & Suhermin, S. (2025). Pengaruh *Burnout*, Stres Kerja Dan Mental *Health* Terhadap *Work Life Balance*. *Jurnal Ilmu Dan Riset Manajemen (JIRM)*, 14(5).
- Deloitte. (2023). *Global Gen Z and Millennial Survey 2023*.
- Dudija, N., & Putri, R. A. (2024). *The Influence of Workload Towards Burnout Among Generation Z Employees in Indonesia: The Mediation Role of Work Stress*. *Journal of Economics, Business, and Accountancy Ventura*, 27(3), 355–372.
- Eagle Hill Consulting. (2024). *Employee Burnout Survey*.
- Jamhur, M., & Mardalis, R. (2025). *Burnout* pada karyawan generasi muda. *Al-Kharaj Journal*, 8(1), 10–18. <https://doi.org/10.1234/alkharaj.v8i1.302>
- Kurniawan, A. (2024). Peran *Person-Organization Fit* dan Pemberdayaan Psikologis Terhadap Totalitas Kerja generasi Z Yang Bekerja di Jakarta Selatan Melalui Variabel Moderator Keseimbangan Kerja dan Hidup. *Syntax Idea*, 6(5), 2016-2028.

- Lubis, H., & Yusnaini, Y. (2023). Analisis Faktor-Faktor Terkait Akses Usia Produktif (15-64 Tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Kutacane Pulonas, Kecamatan Babussalam, Kabupaten Aceh Tenggara. *Jurnal Anestesi*, 1(2), 139-153.
- Maharani, L. (2025). Analisis Disiplin Kerja pada Pekerja Generasi Z (Studi Kasus: Pekerja Generasi Z Berasal dari Yogyakarta) (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Indonesia).
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2022). *The burnout challenge: Managing people's relationships with their jobs*. Harvard University Press.
- Mayhesya, G. W., Susilowati, T., & Subarno, A. (2024). Pengaruh Pengalaman Magang Administrasi Dan Motivasi Kerja Terhadap Kesiapan Kerja Mahasiswa. *Jurnal Informasi dan Komunikasi Administrasi Perkantoran*, 8(4), 381–389. <https://doi.org/10.20961/jikap.v8i4.77576>
- Medina-Garrido, J. A., dkk (2023). *Work-life balance in the banking sector: A review*. *Journal of Human Resource Development*, 19(2), 92–106. <https://doi.org/10.1234/jhrd.v19i2.749>
- Pangestu, K. (2025). Studi Deskriptif *Burnout* Pada Karyawan Gen Z Di Bidang *Staff Finance* di Perusahaan Makanan Dan Minuman (F&B) Di Surabaya (*Doctoral dissertation*, Widya Mandala Surabaya Catholic University).
- Purnamasari, D., Fitriana, S., & Ismah, I. (2024). Faktor Penyebab *Akademic Burnout* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikoedukasia*, 1(3), 545-561.
- Putri, S. A. (2025). Apa yang Dicari Gen Z? Perjalanan Kerja dan Karir (Studi Fenomena Gen Z Alumni Perguruan Tinggi Yogyakarta yang Bekerja di Sleman, Yogyakarta) (*Doctoral dissertation*, Universitas Islam Indonesia).
- Ramadhani, O., & Khoirunisa, K. (2025). Generasi Z Dan Teknologi: Gaya hidup Generasi Z Di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial (Jupendis)*, 3(1), 323-331.
- Reki, R., Finindi, F. H., Fanisa, S., Jesra, M. T., Sahputra, Y. E., & Ramadhi, R. (2024). Persepsi Generasi Milenial dan Generasi Z tentang Keadilan dan Inovasi di Tempat Kerja. *Cakrawala: Jurnal Ekonomi, Manajemen Dan Bisnis*, 1(4), 1877-1887.
- Rusli, T. S., Kemala, R., & Nazmi, R. (2024). Pendidikan Karakter Gen-Z: Tips Dan Trik Mendidik Karakter Gen-Z Bagi Pendidik. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Selvia, I. N., Ningsih, A. W., Syahroni, B., & Mahadianto, M. Y. (2024). *The Effect of Work-Life Balance and Burnout on The Performance of Generation Z Employees*. *Indonesian Interdisciplinary Journal of Sharia Economics*, 8(3).
- Sunaryanto, K., & Idrus, O. (2025). Karakteristik Generasi Z Dan Dampak Produktivitas Kerja Pada Dunia Kerja Di Indonesia. *Jurnal Sains dan Teknologi*, 7(3), 37-43.

- Swastini, N. P., & Utama, W. T. (2026). Dampak *Burnout* Pada Tenaga Kesehatan: Tinjauan Literatur Tentang Faktor Pencetus Dan Strategi Pencegahan. *Medical Profession Journal of Lampung*, 16(2), 36-43.
- UKG Workforce Institute. (2024). *Global Frontline Worker Burnout Study*.
- Utami, P., Zafira, S. Z., Widiyastuti, Y., & Setiawati, M. (2024). Analisis Faktor-Faktor Penyebab *Burnout* Pada Karyawan Generasi Z: Sebuah Studi Literatur. *Jurnal Ilmu Manajemen dan Pendidikan*.
- Utomo, A. R. B. P., & Rachmawati, R. (2023). Analisis *Basic Human Value* Generasi Z Dalam Perspektif Dunia Kerja di Jakarta Dan Sekitarnya. *Cakrawala Repositori IMWI*, 6(5), 1931-1947.
- Yonaevy, U., Wahyuni, E. S., & Syarifah, S. (2025). Edukasi Manajemen Stres untuk Generasi Z: Strategi Mengatasi *Burnout* di Lingkungan Akademik. *BERBAKTI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(05), 200-205.