

## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dianalisis oleh peneliti mengenai *Burnout* sebagai variabel  $X_1$ , Kepuasan Kerja sebagai variabel  $Z$ , Produktivitas *Generasi Z* sebagai variabel  $Y$ , sehingga peneliti menarik kesimpulan sebagaimana berikut ini:

- 1). Hasil variabel *Burnout* berpengaruh positif signifikan terhadap Produktivitas *Generasi Z* dengan nilai Tstatistics 2,456. Tekanan dan tantangan yang dihadapi oleh *Generasi Z* mampu menjadi motivasi untuk meningkatkan fokus dan efisiensi kerja, terutama jika mereka memiliki strategi pengelolaan stres yang baik.
- 2). Hasil variabel *Burnout* berpengaruh positif signifikan terhadap Kepuasan Kerja dengan nilai Tstatistics 11,412 *Burnout* juga ditemukan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap Kepuasan Kerja. Hal ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa tekanan atau beban kerja yang terkelola dengan baik dapat mendorong seseorang untuk merasa lebih puas dengan pekerjaannya, terutama ketika tugas-tugas yang sulit berhasil diselesaikan.
- 3). Hasil variabel Kepuasan Kerja berpengaruh positif signifikan terhadap Produktivitas *Generasi Z* dengan nilai Tstatistics 2,172. Hal ini menunjukkan

bahwa ketika mahasiswa merasa puas dengan pekerjaan atau tanggung jawab yang mereka jalankan, hal ini secara langsung dapat berkontribusi pada peningkatan produktivitas mereka.

4). Hasil Specific indirect effects variabel *Burnout* dan Produktivitas *Generasi Z* melalui Kepuasan Kerja variabel mediasi terbukti signifikan dengan nilai Tstatistics 2,103. Dampak *Burnout* terhadap produktivitas menjadi lebih kuat ketika Kepuasan Kerja hadir sebagai faktor perantara. Hal ini penting untuk meningkatkan Kepuasan Kerja Mahasiswa untuk memaksimalkan dampak positif dari tekanan kerja yang mereka alami terhadap produktivitas.

## 5.2 Saran

Peneliti menyadari dalam penelitian ini terdapat kekurangan dan keterbatasan. Untuk itu peneliti mengharapkan penelitian ini bermanfaat bagi beberapa pihak yang terkait diantaranya:

### a. Bagi Universitas

Universitas diharapkan dapat menyediakan lingkungan akademik yang lebih suportif dengan memberikan layanan konseling, pelatihan manajemen stres, serta program pengembangan diri yang dapat meningkatkan kesejahteraan mahasiswa. Selain itu, pihak universitas juga dapat menjalin kerja sama dengan dunia industri guna menciptakan kesempatan kerja paruh waktu atau magang yang lebih fleksibel dan sesuai dengan kebutuhan mahasiswa.

**b. Bagi Mahasiswa**

Mahasiswa, khususnya Generasi Z, diharapkan lebih memahami pentingnya menjaga keseimbangan antara akademik, pekerjaan, dan kehidupan pribadi guna mengurangi risiko burnout. Manajemen waktu yang baik serta menghadapi tekanan dengan efektif dapat meningkatkan kepuasan kerja dan pada akhirnya meningkatkan produktivitas. Selain itu, mahasiswa disarankan untuk aktif mencari lingkungan kerja yang mendukung dan tidak ragu untuk meminta bantuan atau berkonsultasi jika mengalami tekanan yang berlebihan.

**c. Bagi peneliti**

Penelitian di masa depan dapat dilakukan dengan memperluas sampel pada mahasiswa dari berbagai universitas untuk mendapatkan hasil yang lebih generalizable. Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan kajian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi produktivitas mahasiswa Generasi Z. Selain itu, penelitian dengan metode kualitatif atau campuran dapat dilakukan untuk memahami lebih dalam mengenai pengalaman subjektif mahasiswa terkait burnout dan kepuasan kerja. Studi lebih lanjut juga dapat dilakukan dengan mempertimbangkan variabel lain seperti work-life balance atau dukungan sosial dalam lingkungan akademik dan profesional.