

## ABSTRAK

**Abelinda Zachra Finarsha (1219240002): Pengaruh *Work-Life Balance* Terhadap *Turnover Intention* dengan *Burnout* Sebagai Variabel Mediasi Pada Pekerja Generasi Z di Kota Bandung.**

Fenomena *Turnover Intention* atau keinginan karyawan untuk keluar dari tempat kerja telah menjadi tantangan besar bagi berbagai organisasi, khususnya yang memiliki tenaga kerja dari Generasi Z. Generasi ini dikenal memiliki ekspektasi tinggi terhadap keseimbangan kehidupan dan pekerjaan (*Work-Life Balance*) serta lebih sensitif terhadap beban kerja yang dapat memicu kelelahan emosional dan mental (*Burnout*).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Work-Life Balance* terhadap *Turnover Intention*, dengan *Burnout* sebagai variabel mediasi pada pekerja Generasi Z di Kota Bandung. Fokus utama dalam penelitian ini adalah memahami apakah rendahnya *Work-Life Balance* meningkatkan risiko *Burnout*, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap tingginya *Turnover Intention* di kalangan generasi tersebut.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei melalui penyebaran kuesioner kepada 100 responden yang merupakan pekerja Generasi Z berusia 20–27 tahun dan telah bekerja minimal satu tahun di wilayah Kota Bandung. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling dengan pertimbangan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Work-Life Balance* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *Turnover Intention*, yang berarti semakin baik keseimbangan kehidupan dan pekerjaan yang dirasakan karyawan, maka semakin rendah intensi mereka untuk keluar dari perusahaan. Selanjutnya, *Work-Life Balance* juga berpengaruh negatif terhadap *Burnout*, menunjukkan bahwa keseimbangan yang baik mampu menurunkan tingkat kelelahan kerja. *Burnout* sendiri terbukti berpengaruh positif terhadap *Turnover Intention*, artinya semakin tinggi tingkat *Burnout* yang dirasakan karyawan, maka semakin tinggi pula kemungkinan mereka untuk mengundurkan diri. Selain itu, *Burnout* terbukti memediasi secara signifikan hubungan antara *Work-Life Balance* dan *Turnover Intention*.

**Kata kunci:** *Work-Life Balance*, *Burnout*, *Turnover Intention*, Generasi Z, Manajemen Sumber Daya Manusia.