

**PENGARUH *LEADER-MEMBER EXCHANGE* TERHADAP *BURNOUT*
PADA PEKERJA GENERASI Z DI KARAWANG**

Fatmawati

Ps21.fatmawati@mhs.ubpkarawang.ac.id

Fakultas Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Leader-Member Exchange* (LMX) terhadap *burnout* pada pekerja Generasi Z di Kabupaten Karawang. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan survei, melibatkan 204 responden pekerja Generasi Z. Instrumen yang digunakan adalah skala LMX-MDM (Liden & Maslyn, 1998) dan skala *Maslach-Trisni Burnout Inventory* (M-TBI) yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan dengan uji regresi linear sederhana menggunakan SPSS 26.0 for Windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa LMX berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *burnout* dengan nilai koefisien regresi sebesar -0,123 dan nilai signifikansi 0,047 ($p < 0,05$). Namun, nilai R Square sebesar 0,019 menunjukkan bahwa LMX hanya mampu menjelaskan 1,9% variasi *burnout*, sedangkan 98,1% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kualitas pertukaran antara atasan dan bawahan berkontribusi dalam menurunkan *burnout*, meskipun pengaruhnya tergolong lemah.

Kata Kunci : *Leader-Member Exchange*, *burnout*, Generasi Z, Karawang

**THE INFLUENCE OF LEADER-MEMBER EXCHANGE ON BURNOUT
AMONG GENERATION Z WORKERS IN KARAWANG**

Fatmawati

Ps21.fatmawati@mhs.ubpkarawang.ac.id

Faculty of Psychology Universitas Buana Perjuangan Karawang

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of Leader-Member Exchange (LMX) on burnout among Generation Z workers in Karawang Regency. The research employed a quantitative survey method involving 204 Generation Z employees. The instruments used were the LMX-MDM scale (Liden & Maslyn, 1998) and the Maslach-Trisni Burnout Inventory (M-TBI), both of which have proven validity and reliability. Data were analyzed using simple linear regression with SPSS 26.0 for Windows. The results showed that LMX had a negative and significant effect on burnout, with a regression coefficient of -0.123 and a significance value of 0.047 ($p < 0.05$). However, the R Square value of 0.019 indicated that LMX only explained 1.9% of burnout variance, while the remaining 98.1% was influenced by other factors. Thus, it can be concluded that the quality of leader-member relationships contributes to reducing burnout, although the effect is relatively weak.

Keyword : *Leader-Member Exchange, burnout, Generasi Z, Karawang*