

BAB V

PENUTUP

5.1 Bahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Persepsi Dukungan Sosial dengan *Burnout* pada wirausahawan pemula. Berdasarkan hasil Analisa data terhadap 87 responden, hasil uji hipotesis yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan *Burnout* pada wirausahawan pemula. Hasil ini bertentangan dengan sejumlah penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki peranan yang penting dalam menurunkan *Burnout* pada individu. Tidak ditemukannya hubungan antara Persepsi Dukungan Sosial dengan *Burnout* dapat disebabkan oleh beberapa faktor.

Faktor pertama yaitu jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini, hasil yang diperoleh sebanyak 87 responden. Hasil yang diperoleh mungkin belum cukup untuk mempresentasikan kondisi populasi wirausahawan pemula yang ada di Indonesia. Sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi hasil Analisa data tersebut. Selain itu, faktor lainnya dapat mempengaruhi hasil yaitu pada alat ukur *instrument* yang digunakan. Alat ukur M-TBI merupakan alat ukur yang telah diadaptasi ke dalam konteks Indonesia pada tahun 2022, berdasarkan hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat beberapa butir item yang tidak valid yang kemungkinan hal ini disebabkan oleh penggunaan kalimat yang ambigu dan sulit dipahami oleh responden. Hal ini diperkuat dengan peneliti melakukan wawancara kepada beberapa responden yaitu berinisial F, R dan L mengatakan bahwa beberapa kalimat di kuisisioner ada yang membuat mereka bingung seperti kurang yakin dari makna kata dan konteks dari kata tersebut mengarah kemana, sehingga beberapa dari responden menjawab seadanya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, terdapat responden yang merasa terdapat kalimat yang ambigu dan tidak dipahami oleh responden sehingga ketidakjelasan ini dapat menyebabkan responden memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan kondisi sebenarnya. Sehingga hal ini dapat mempengaruhi akurasi data yang telah diperoleh. Sehingga dapat disimpulkan bahwa alat ukur M-TBI

tampaknya kurang sepenuhnya cocok diterapkan dalam konteks wirausahawan pemula sehingga item alat ukur menjadi kurang relevan atau ambigu ketika diinterpretasikan oleh responden dalam konteks kewirausahaan. Faktor selanjutnya berada pada data demografis responden, mayoritas responden dalam penelitian ini yaitu berasal dari generasi Y dan disusul oleh generasi Z. Dukungan sosial pada generasi ini tampaknya tidak hanya diperoleh secara langsung tetapi juga bisa melalui media sosial atau teknologi. Kedua generasi ini dikenal memiliki keterikatan yang kuat dengan teknologi dan media sosial. Hal ini sejalan dengan Noordiono (dalam Febrianty, 2022) menyebutkan bahwa generasi Z adalah generasi yang sedini mungkin telah mengenal teknologi dan internet, generasi z merupakan generasi yang haus akan teknologi. Menurut Zainal (2025) menyebutkan generasi Y lahir dan hidup di era digital, dimana keseharian mereka tidak bisa jauh dari perangkat teknologi sehingga teknologi menjadi bagian dari gaya hidup generasi Y. Peneliti melakukan wawancara kepada beberapa responden generasi Z dan Y. Subjek inisial M (Generasi Y) dan R (Generasi Z) mereka mengatakan sebagai berikut :

“Pernah, aku pernah upload di sosmed tentang masalahku, yaaa karna terpuruk banget pas iku. Terus temen-temenku pada komen semangat, ada yang ke Rohani juga ada yang ngajak hangout biar aku e ga kepikiran. Gitu-gitu kalo dari aku” - (Subjek M, Generasi Y)

“Oh iya, gak cuma dari aku nemu-nemu konten doang tapi juga ya ada pas aku upload itu pernah fyp 1.2 jt. Itu buanyak pol yang support aku bahkan sampe booking di aku. Jadi aku merasanya disitu aku jadi lebih semangat sih haha” -(Subjek R, Generasi Z)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, ketika mereka membagikan kehidupannya di sosial media, banyak dari berbagai orang yang memberikan *support* dan hiburan agar subjek merasa lebih baik. Responden juga mengatakan bahwa terdapat konten-konten khususnya di *reels instragram dan tiktok* yang *relate* dengan masalah usahanya sehingga ia merasa dipahami. Berdasarkan hasil wawancara, dapat disimpulkan responden dengan generasi Z dan Y mendapat dukungan sosial dari media sosial. namun keberadaan konten yang relevan atau pengalaman cerita dan semangat dari orang lain kerap menciptakan perasaan “tidak sendirian” atau merasa “dipahami”. Menurut Bintang (2023) media sosial dapat

memberikan platform yang memungkinkan banyak orang yang terhubung tanpa batasan yang signifikan. Kemampuan dari adanya media sosial dapat meningkatkan interaksi dengan orang lain, informasi tanpa batas dan memenuhi kebutuhan akan dukungan teman sebaya, sosial dan emosional. Amelia (2021) juga menyatakan bahwa media sosial sebagai strategi *coping* yang dapat membantu individu mendapatkan akses dari segala sumber informasi untuk menghadapi keadaan yang penuh tekanan.

Hal yang menarik, pada tabel 4.13 dapat dilihat generasi Y memiliki tingkat dukungan yang sangat tinggi, namun pada tabel 4.17 menunjukkan generasi Y memiliki *Burnout* yang sedang. Hal ini menunjukkan meskipun dukungan sosial yang tinggi memberikan rasa tenang dan dipahami, hal tersebut tidak langsung mengurangi tingkat *Burnout* yang mereka alami. Salah satu kemungkinan penyebabnya adalah adanya faktor lain diluar dukungan sosial yang turut berperan dalam tingkat *Burnout* yang dialami oleh responden. Seperti beban kerja yang tinggi, tantangan bisnis. Sejalan dengan Dhaniswari & Sudarnice (2025) Penelitiannya menunjukkan bahwa meskipun media sosial dapat memberikan dukungan sosial, hal tersebut tidak sepenuhnya menghilangkan *burnout* yang disebabkan oleh tantangan pekerjaan.

Faktor lain berdasarkan data demografis yaitu pada lamanya responden membuka usaha. Berdasarkan data yang diperoleh, penelitian ini didominasi responden dengan tahun usaha $>1.5 - 2$ tahun dan $>2 - 2,5$ tahun. Masa awal berwirausaha diwarnai oleh berbagai tantangan seperti ketidakpastian, tekanan, adaptasi. Namun, seiring berjalannya waktu individu akan dapat menyesuaikan ritme kerja yang ada. Hal ini memungkinkan mereka untuk dapat mengelolah stress dengan baik dan mengurangi resiko adanya *Burnout*. Adanya pengalaman dan adaptasi yang diperoleh selama menjalankan usaha dapat berperan sebagai *buffer* terhadap tekanan kerja. Hal ini sejalan dengan Pratama (2024) menyatakan bahwa seorang dengan masa kerja lama biasanya sudah terbiasa dengan pola pekerjaannya dan pengalaman kerja yang akan menjadikan seseorang memiliki adaptasi yang lebih baik terhadap pekerjaannya. Sehingga, lamanya waktu dalam menjalankan

usaha dapat menjadi faktor yang menjelaskan mengapa tidak ditemukan hubungan signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan *Burnout*.

Selanjutnya pada jenis usaha, data menunjukkan bahwa pelaku usaha non-jasa mengalami tingkat *Burnout* yang lebih tinggi dibandingkan pelaku usaha jasa. Hal ini menjadi indikasi bahwa *Burnout* pada wirausahawan pemula tidak semata-mata dipengaruhi oleh dukungan sosial, melainkan juga oleh beban kerja, karakteristik pekerjaan dan kompleksitas usaha yang dijalankan. Sejalan dengan penelitian Juhnisa & Fitria (2020) beban kerja dan karakteristik pekerjaan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *Burnout*. Artinya, dukungan sosial mungkin tidak cukup efektif dalam mengurangi *Burnout* jika tekanan berasal dari tuntutan usaha itu sendiri. Dengan demikian, jenis usaha dapat berperan sebagai variabel kontekstual yang memberikan pengaruh nyata terhadap tingkat *Burnout*.

Faktor terakhir berdasarkan data demografis yaitu adanya mentor dalam bisnis. Berdasarkan hasil data, ditemukan bahwa sebanyak 56% memiliki mentor dalam membangun usahanya. Peran mentor sangat penting dalam memberikan dukungan strategis bagi wirausahawan pemula. Mentor tidak hanya berfungsi sebagai penasihat dalam aspek Teknik bisnis, tetapi juga menyediakan dukungan emosional yang diperlukan untuk mengatasi tantangan yang dihadapi dalam dunia wirausaha (Faturrahman, 2024) dengan adanya mentor, responden dapat mengembangkan keterampilannya lebih percaya diri dan mengurangi stress yang mungkin timbul sehingga adanya mentor menjadi bekal yang sangat berharga bagi wirausahawan pemula. Namun pada tabel 4.19 menunjukkan bahwa tingkat *burnout* yang memiliki mentor dan tidak memiliki mentor sama yaitu pada tingkat sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun keberadaan mentor belum tentu secara langsung berpengaruh pada tingkat *Burnout*. Sejalan dengan penelitian Sutrisno (2023) hasil penelitiannya menunjukkan meskipun adanya mentor yang berfungsi sebagai dukungan sosial, tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap tingkat *burnout*. Selain itu, terdapat berbagi media sosial seperti *tiktok*, *Instagram* dan *youtube* yang dapat menjadi sumber pembelajaran bagi wirausahawan pemula. Meskipun tidak memiliki mentor secara langsung, individu tetap dapat memperoleh pengetahuan dan arahan terkait usaha melalui konten-konten yang

tersedia. Sejalan dengan Cahyani et al (2023) media sosial berfungsi sebagai platform pembelajaran alternatif bagi wirausahawan muda yang belum memiliki mentor langsung. Secara umum memiliki mentor merupakan keuntungan, namun dampaknya terhadap *Burnout* dapat bervariasi tergantung pada konteks pendampingan yang diberikan. Adapun hipotesis penelitian ini sejalan dengan Obschonka et al (2022) menyebutkan bahwa faktor beban kerja, tuntutan kerja dan tekanan usaha mandiri memiliki dampak yang jauh lebih kuat terhadap *Burnout* dibandingkan dukungan sosial.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain :

- a. Jumlah responden yang relatif kecil membatasi generalisasi temuan penelitian ini pada populasi wirausahawan pemula di Indonesia secara lebih luas.
- b. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *burnout* kurang cocok pada konteks wirausahawan pemula. Alat ukur yang dirancang ini untuk melihat *Burnout* dalam pekerjaan formal atau tenaga kerja dimana mungkin tidak relevan untuk menggambarkan dinamika dan tekanan wirausahawan. Hal ini dapat mempengaruhi keakuratan hasil yang diperoleh dan menjadi salah satu alasan tidak ditemukan hubungan yang signifikan.

5.2 Simpulan

Penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara persepsi dukungan sosial dengan *burnout* pada wirausahawan pemula. Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi dukungan sosial dengan *Burnout* pada wirausahawan pemula. Artinya, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini tidak terbukti. Meskipun secara teoritis dukungan sosial dianggap dapat mengurangi tingkat *Burnout*, dalam konteks wirausahawan pemula, dukungan sosial yang mereka terima atau persepsikan tidak secara langsung berkaitan dengan intensitas *Burnout* yang mereka alami. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor lain di luar persepsi dukungan sosial kemungkinan memiliki peran lebih besar dalam memengaruhi *Burnout*, seperti beban kerja, jenis pekerjaan, masa usaha dan adanya media sosial.

Selain itu, peneliti juga menemukan bahwa alat ukur yang digunakan belum sepenuhnya sesuai dalam konteks populasi wirausahawan sehingga dapat mempengaruhi hasil pengukuran. Secara keseluruhan, meskipun tidak ditemukan hubungan. Berbagai temuan, karakteristik responden dan faktor lainnya mempengaruhi kondisi *Burnout* dan dapat membuka peluang untuk penelitian lebih lanjut di masa depan.

5.3 Saran

Terdapat beberapa hal yang disarankan dalam penelitian ini, yakni:

a. Saran untuk Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti yang akan melanjutkan penelitian ini untuk memperluas jumlah sampel agar temuan yang diperoleh lebih representatif dan mencerminkan karakteristik wirausahawan pemula di Indonesia secara umum. Adapun peneliti selanjutnya juga disarankan untuk mempertimbangkan penggunaan alat ukur yang lebih sesuai dengan konteks kewirausahaan bisa dalam adaptasi atau membuat alat ukur yang relevan dengan wirausaha.

b. Saran untuk Wirausahawan Pemula

Bagi wirausahawan pemula, disarankan untuk memperkuat jaringan dukungan sosial baik melalui kelompok, mentor ataupun media sosial untuk membantu dalam mengelola tekanan dan tantangan dalam menjalankan usaha sebab kedepan akan lebih banyak tantangan dikarenakan perubahan global ekonomi.

c. Saran untuk Keluarga dan Sosial

Bagi keluarga dan sosial diharapkan dapat aktif memberikan dukungan emosional dan praktis kepada anggota keluarga yang sedang merintis usaha dan juga menciptakan suasana yang suportif.

d. Saran untuk Pemerintah

Bagi pemerintah, dapat mengembangkan program yang mendukung kewirausahaan pemula serta menciptakan lingkungan yang mendukung wirausahawan khususnya bagi yang pemula.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R., & Blikololong, J. B. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Burnout pada Karyawan Rumah Sakit. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 190–199. <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2264>
- Alfajar, Y., & Hidayati, R. A. (2022). Dampak Kelelahan Mental (Burnout) Terhadap Kinerja Karyawan Retail Besi dan Baja. *Jurnal Mahasiswa Manajemen*, 3(01), 16. <https://doi.org/10.30587/mahasiswamanajemen.v3i01.4050>
- Almakhi, U. (2023). Analisa Pengaruh Beban Kerja Dengan Burnout Pada Karyawan PT Wirasindo Santakarya. *Journal of Sustainability and Science Economics*, 1(1), 43–50. <https://doi.org/10.62337/jsse.v1i1.11>
- Ariani, D. W., Susilo, Y. S., & Herawan, J. E. (2023). Variabel Yang Memengaruhi Keberhasilan Wirausaha Pemula Di DIY. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, Dan Entrepreneurship*, 13(1), 280. <https://doi.org/10.30588/jmp.v13i1.1578>
- Asri, A. F., Mauluddy, C., & Febrina, S. (2023). Peran Dukungan Sosial Rekan Kerja Terhadap Burnout pada Perawat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 14(02), 232–241. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v14i02.790>
- Auliani, R., Ramadhani, D. A., Tasya, L., & Keling, M. (2024). Tantangan Dalam Pengelolaan Bisnis Kewirausahaan. *Jurnal Penelitian Ekonomi Manajemen Dan Bisnis (JEKOMBIS)*, 3(1), 176–184. <https://doi.org/10.55606/jekombis.v3i1.3068>
- Bintang, J. M. (2023). Pengaruh Sosial Media Pada Masa Dewasa Awal. In *PENSA : Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial* (Vol. 5, Issue 3). <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pensa>
- Cahyani, D. R., Zainuddin, K., & Ridfah, A. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Kecemasan Perawat Terinfeksi Virus Covid-19. *JURNAL ONLINE KEPERAWATAN INDONESIA*, 5(2), 81–87. <https://doi.org/10.51544/keperawatan.v5i2.3401>
- Cahyani, S. D., Dyah, C., Indrawati, S., & Subarno, A. (2023). Pengaruh MBKM-Kewirausahaan dan Penggunaan Media Sosial Terhadap Minat Berwirausaha Mahasiswa. *Jurnal Publikasi Ilmu Manajemen (JUPIMAN)*, 2(3), 18–28. <https://doi.org/10.55606/jupiman.v2i2.2023>
- Chandra, F. (2024). Pengaruh Beban Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Burnout. *Jurnal Maneksi*, 13(1).
- Dwi, E., Hidayat, P., & Harsono, Y. T. (2022). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Burnout pada Mahasiswa Program Kewirausahaan Mahasiswa Indonesia (PKMI). *Jurnal Flourishing*, 2(4), 215–228. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v2i42022p215-228>
- Ekawati, R., & Hadianti, Y. F. (2021). Pengaruh Burnout Terhadap Turnover Intention pada Karyawan Bagian Weaving PT. Malakasari Textile Ratna Ekawati Yesi Fitria

- Hadianti. *Management Research* |, 18(1), 29. <http://stembi.ac.id/page/template-artikel>
- Eriyana, M., & Ezril. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan Usaha Pedagang Pasar Sukaramai di Kecamatan Bengkalis. 8(1), 138–154. <https://ejournal.stiesyariahbengkalis.ac.id/index.php/iqtishaduna>
- Ramadhan, S. F., Hafid, A. bdul, Ardiansyah, & Nurjaman, U. (2024). Pengertian Wirausaha dan Karakteristik Wirausaha. *Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 2(3), 289–298. Firmansyah, M. A. (2019). *Kewirausahaan (Dasar dan Konsep)*. <https://www.researchgate.net/publication/336146325>
- Faturrahman, F., Kampus, A., Raya, J., Maras, O., Alang, B., Moyo, K., & Sumbawa, H. (n.d.). Pengembangan Bisnis di Kalangan Anak Muda Sumbawa. *Journal Economic Excellence Ibnu Sina*, 4(2), 266–274. <https://doi.org/10.59841/excellence.v2i4.2306>
- Fivri, P. J., Aisyah Batubara, N., Fauziah Br Manik, R., Viska Harahap, N., & Ayu Angelita Sitindaon, N. (2024). Tantangan dan Peluang Berwirausaha di Kalangan Mahasiswa. *EKOMA : Jurnal Ekonomi*, 4(1).
- Hamonangan, H., Simartama, N. I. P., & Butarbutar, F. (2023). Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Psychological Well-Being Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 8(1).
- Himawati, N. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keberhasilan dan Kegagalan dalam Berwirausaha: Sebuah Studi Literatur Determinants of Success and Failure in Entrepreneurship: A Literature Review. In *Journal of Business Improvement* (Vol. 1, Issue 2). <https://journal.iai-alfatimah.ac.id/index.php/jobi>
- Ibda, F. (2023a). Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres Dalam Kalangan Remaja Yatim di Panti Asuhan. *Intelektualita*, 12(2), 153–169. <https://doi.org/10.22373/ji.v12i2.21652>
- Ibda, F. (2023b). *Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres dalam Kalangan Remaja Yatim di Panti Asuhan Fatimah Ibda*. 12(02), 153–172.
- Indiawati, O. citra, Syadiyah, H., Rachmawati, D. S., & Suhardiningsih, A. V. sri. (2022). Analisis Faktor yang Mempengaruhi kejadian Burnout Syndrome Perawat di RS Darmo Surabaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 11(1).
- Jeikawati, Sari, P. dian, Suprihatini, Faradila, & Arifin, S. (2023). Gambaran Burnout Syndrome pada Tenaga Kesehatan di RSUD Kota Palangka Raya. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 5(2). <http://journal.umpalangka.ac.id/index.php/bjmlt>
- Jamhur Mursidan Rais, & Ahmad Mardalis. (2025). Peran Work-Life Balance Sebagai Variabel Mediasi dalam Pangaruh Media Sosial, Beban Kerja dan Burnout terhadap Kinerja Karyawan Generasi Z. *Al-Kharaj: Jurnal Ekonomi, Keuangan & Bisnis Syariah*, 7(4). <https://doi.org/10.47467/alkharaj.v7i4.7465>

- Juhnisa, E., & Fitria, Y. (2020). Pengaruh beban kerja terhadap burnout karyawan pada PT PLN (persero) dengan dukungan sosial sebagai variabel pemediasi. *Jurnal Kajian Manajemen Dan Wirausaha*, 2(4), 168. <https://doi.org/10.24036/jkmw02100350>
- Khamimah, W. (2021). Peran Kewirausahaan Dalam Memajukan Perekonomian Indonesia. *Jurnal Disrupsi Bisnis*, 4(3), 2017. <https://doi.org/10.32493/drb.v4i3.9676>
- Kipkosgei, F. (2022). Perceived Entrepreneurial Stress and Entrepreneurial Resilience; The Mediating Role of the Well-Being of Entrepreneurs and Moderating Role Perceived Online Social Support. *Merits*, 2(1), 1–17. <https://doi.org/10.3390/merits2010001>
- Kusuma, I. L., Fitria, T. nur, Dewi, M. widyana, & Setiyowati, M. (2021). Pelatihan Kewirausahaan sebagai Peluang Bisnis untuk Generasi Milenial di Soloraya Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal BUDIMAS*, 3(2).
- Laksmi, O. D., Chung, M. H., Liao, Y. M., & Chang, P. C. (2020). Multidimensional Scale of Perceived Social Support in Indonesian adolescent disaster survivors: A psychometric evaluation. *PLoS ONE*, 15(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0229958>
- Luckyta Sari, S. (2021). Motivasi dan Tantangan Menjadi Wirausaha (Studi Kuantitatif pada Mahasiswa UNIPMA). *Jurnal Ekonomi Dan Manajemen*, 4(2). <http://e-journal.unipma.ac.id/index.php/capital>
- Machali, I. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In *NBER Working Papers*.
- Mahirun, M., Jannati, A., Prasetiani, T. R., & Tsamara, T. (2023). Pelatihan Kewirausahaan Bagi Wirausaha Pemula di Kota Pekalongan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (ABDIRA)*, 3(4), 63–68. <https://doi.org/10.31004/abdira.v3i4.404>
- Margahana, H., Triyanto, E., Trisna Negara Sumatera Selatan, S., & Surakarta, S. (2019). Membangun Tradisi Entrepreneurship pada Masyarakat. *Edunomika*, 03(02).
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Muthmainah, M. (2022). Dukungan Sosial dan Resiliensi pada Anak di Wilayah Perbukitan Gunung Kidul Yogyakarta. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 6(1), 78–88. <https://doi.org/10.21831/diklus.v6i1.48875>
- Nelma, H. (2019). Gambaran Burnout pada Profesional Kesehatan Mental. *JP3SDM*, 8(1).
- Nurhayati, A. (2020). Implementasi Jiwa Wirausaha Dan Pemanfaatan Media Sosial Terhadap Minat Berwirausaha Pada Mahasiswi Purwakarta. *Eqien: Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 7(2), 87–94. <https://doi.org/10.34308/eqien.v7i2.141>
- Pratama, A. (2024). Kekuatan Adaptasi: Eksplorasi Praktik Resiliensi oleh Wirausaha Perempuan di Lingkungan Industri Kreatif Indonesia. *Jurnal Ilmiah Perlindungan Dan Pemberdayaan Sosial (Lindayasos)*, 6(1), 34–38. <https://doi.org/10.31595/lindayasos.v6i1.1183>

- Parashakti, R. D., & Ekhsan, M. (2022). Peran Burnout sebagai Mediasi pada Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *Jesya (Jurnal Ekonomi & Ekonomi Syariah)*, 5(1), 365–373. <https://doi.org/10.36778/jesya.v5i1.609>
- Prameswari, S. A., & Muhid, A. (2022). Dukungan Sosial untuk Meningkatkan Psychological Well Being Anak Broken Home.: LITERATURE RIVIEW. *Jurnal Psimawa*, 5(1), 1–9.
- Suhartini, Y. (2021). Pengaruh Karakteristik Wirausaha dan Orientasi Kewirausahaan Terhadap Keberhasilan Usaha pada Warung Kelontong di Kasihan Bantul Yogyakarta. *Jurnal AKMENIKA*, 18.
- Sutrisno, S. (2023). The Role of Business Mentors in Assisting the Growth of Education-Supported MSMEs. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 4(2), 332–346. <https://doi.org/10.54373/imeij.v4i2.201>
- Tambuwun, E., & Sahrani, R. (2023). Hubungan Antara Tuntutan Kerja dan Burnout dengan Motivasi Kerja Sebagai Moderator Pada Karyawan Kalangan Generasi Z di DKI Jakarta. *Journal on Education*, 5(02).
- Widhianingtanti, L. T., & van Lujtelaar, G. (2022). The Maslach-Trisni Burnout Inventory: Adaptation for Indonesia. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 11(1), 1–21. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v11i1.24400>
- Wita Safitri, Imelin Sagita S Pardosi, & Nurul Hanifa Triyanti. (2024). Pengaruh Kesehatan Mental dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Kinerja Karyawan pada Karyawan Generasi Z di Kota Bekasi. *Observasi : Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(1), 44–59. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i1.897>
- Zainal, Z. (2025). Tantangan Generasi Milenial di Era Digital. *Jimmi: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Multidisiplin*, 2(1), 30–43. <https://doi.org/10.71153/jimmi.v2i1.109>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2