

Peran Mediasi Financial Well-Being Dalam Pengaruh Work-Life Balance dan Digital Burnout Terhadap Financial behavior Generasi Z

Rizka Cintya Edwar, Yuni Riskita Mangopo*, Leon Mitra Harju, Xenia Irene Sandy Landjang, Sheilla Putri Agustin

Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Program Studi Manajemen, Universitas Cenderawasih, Jayapura, Indonesia

¹Jl. Kamp Wolker Yabansai, Jayapura, Papua, 99351, Indonesia

Email: ¹rizka.edwar@feb.uncen.ac.id, ^{2*}yuni.mangopo@feb.uncen.ac.id, ³leon.harju@feb.uncen.ac.id,

⁴xenia.landjang@feb.uncen.ac.id, ⁵sheilla.agustin@feb.uncen.ac.id

Email Penulis Korespondensi: yuni.mangopo@feb.uncen.ac.id

Abstrak—Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh work-life balance dan digital burnout terhadap financial well-being serta implikasinya terhadap financial behavior Generasi Z di Papua. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksplanatori yang didasarkan pada conservation of resources theory. Sampel penelitian terdiri atas 105 responden Generasi Z yang berasal dari enam provinsi di Papua. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur dan dianalisis menggunakan partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) dengan bantuan SmartPLS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa work-life balance berpengaruh positif dan signifikan terhadap financial well-being ($\beta = 0,513$; $p < 0,001$) dan financial behavior ($\beta = 0,398$; $p < 0,001$). Digital burnout juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap financial well-being ($\beta = 0,235$; $p = 0,029$), namun tidak berpengaruh signifikan terhadap financial behavior ($\beta = 0,122$; $p = 0,230$). Selanjutnya, financial well-being berpengaruh positif dan signifikan terhadap financial behavior ($\beta = 0,413$; $p < 0,001$). Hasil uji mediasi menunjukkan bahwa financial well-being memediasi secara signifikan hubungan antara work-life balance dan financial behavior ($\beta = 0,212$; $p < 0,001$), tetapi tidak memediasi hubungan antara digital burnout dan financial behavior ($\beta = 0,097$; $p = 0,088$). Temuan ini menunjukkan bahwa work-life balance memiliki peran yang lebih dominan dalam meningkatkan financial well-being dan membentuk financial behavior dibandingkan digital burnout. Penelitian ini memberikan kontribusi dengan mengintegrasikan faktor work-life balance dan digital burnout dalam menjelaskan financial behavior Generasi Z melalui peran mediasi financial well-being, serta menyediakan bukti empiris dari konteks Papua yang masih relatif jarang dikaji dalam literatur perilaku keuangan generasi muda.

Kata Kunci: Work-Life Balance; Digital Burnout; Financial Well-Being; Financial Behavior; Generasi Z; Papua

Abstract—This study aims to analyze the effect of work-life balance and digital burnout on financial well-being and its implications for the financial behavior of Generation Z in Papua. This research employs a quantitative approach with an explanatory design based on the conservation of resources theory. The sample consists of 105 Generation Z respondents from six provinces in Papua. Data were collected through structured questionnaires and analyzed using partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) with SmartPLS. The results indicate that work-life balance has a positive and significant effect on financial well-being ($\beta = 0.513$; $p < 0.001$) and financial behavior ($\beta = 0.398$; $p < 0.001$). Digital burnout also has a positive and significant effect on financial well-being ($\beta = 0.235$; $p = 0.029$), but it does not significantly affect financial behavior ($\beta = 0.122$; $p = 0.230$). Furthermore, financial well-being has a positive and significant effect on financial behavior ($\beta = 0.413$; $p < 0.001$). Mediation analysis shows that financial well-being significantly mediates the relationship between work-life balance and financial behavior ($\beta = 0.212$; $p < 0.001$), but it does not mediate the relationship between digital burnout and financial behavior ($\beta = 0.097$; $p = 0.088$). These findings suggest that work-life balance plays a more dominant role in enhancing financial well-being and shaping financial behavior than digital pressure. This study contributes to the literature by integrating life balance and digital pressure in explaining the financial behavior of Generation Z through the mediating role of financial well-being, while also providing empirical evidence from Papua, a region that remains underrepresented in financial behavior research.

Keywords: Work-Life Balance; Digital Burnout; Financial Well-Being; Financial Behavior; Generation Z; Papua

1. PENDAHULUAN

Transformasi digital dalam beberapa dekade terakhir telah mengubah secara signifikan cara individu berinteraksi, bekerja, dan melakukan aktivitas ekonomi. Perkembangan teknologi informasi, internet, serta berbagai platform digital memungkinkan komunikasi dan transaksi berlangsung secara cepat tanpa batas geografis. Integrasi teknologi digital tersebut tidak hanya meningkatkan efisiensi aktivitas sosial dan ekonomi, tetapi juga membentuk dinamika baru dalam kehidupan individu, khususnya dalam pengelolaan waktu, energi, serta sumber daya personal (Castells, 2015); (Schwab, 2016); (Vial, 2019). Dalam konteks kehidupan modern yang semakin terdigitalisasi, individu dituntut untuk mampu beradaptasi dengan arus informasi yang cepat serta berbagai tuntutan aktivitas digital yang berlangsung secara simultan. Perkembangan tersebut juga mendorong pertumbuhan ekonomi digital yang memperluas akses masyarakat terhadap berbagai layanan keuangan berbasis teknologi. Berbagai inovasi dalam sektor *financial technology* seperti *mobile banking*, dompet digital, platform investasi daring, serta layanan kredit digital telah meningkatkan kemudahan masyarakat dalam melakukan transaksi keuangan. Di satu sisi, kemudahan tersebut dapat mendorong peningkatan inklusi keuangan dan efisiensi aktivitas ekonomi. Namun di sisi lain, akses keuangan yang semakin mudah juga menuntut individu memiliki kemampuan pengelolaan keuangan yang lebih baik agar mampu mengambil keputusan finansial secara rasional dan berkelanjutan (Ozili, 2018); (Gomber *et al.*, 2018).

Kelompok generasi yang paling intens berinteraksi dengan perkembangan digital tersebut adalah Generasi Z. Generasi ini umumnya didefinisikan sebagai individu yang lahir antara tahun 1997 hingga awal dekade 2010-an dan tumbuh dalam lingkungan yang telah terintegrasi dengan teknologi digital sejak usia dini (Dimock, 2019). Berbeda

dengan generasi sebelumnya yang mengalami proses adaptasi terhadap teknologi secara bertahap, Generasi Z dikenal sebagai digital natives karena penggunaan internet, media sosial, dan perangkat digital telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari mereka (Prensky, 2001); (Francis & Hoefel, 2018). Tingginya tingkat konektivitas digital menyebabkan generasi ini cenderung menggunakan berbagai platform teknologi secara simultan untuk aktivitas komunikasi, pendidikan, hiburan, maupun transaksi ekonomi. Meskipun penggunaan teknologi digital memberikan berbagai kemudahan, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa intensitas interaksi digital yang tinggi juga dapat memunculkan konsekuensi psikologis tertentu. Paparan teknologi digital secara berlebihan berpotensi meningkatkan tekanan kognitif, stres psikologis, serta menurunkan kualitas keseimbangan kehidupan individu (Tarafdar *et al.*, 2019). Kondisi tersebut menjadi semakin relevan ketika berbagai aktivitas pendidikan, pekerjaan, dan komunikasi sosial semakin bergantung pada perangkat digital.

Salah satu fenomena psikologis yang muncul dalam konteks tersebut adalah *digital burnout*, yaitu kondisi kelelahan yang timbul akibat paparan aktivitas digital secara terus-menerus. Dalam kajian psikologi kerja, *burnout* dipahami sebagai kondisi kelelahan multidimensional yang mencakup tiga dimensi utama, yaitu *physical fatigue*, *cognitive weariness*, dan *emotional exhaustion* (Shirom & Melamed, 2006). *Physical fatigue* berkaitan dengan kelelahan fisik akibat aktivitas berkepanjangan, *cognitive weariness* merujuk pada menurunnya kemampuan konsentrasi dan pemrosesan informasi, sedangkan *emotional exhaustion* mencerminkan kejenuhan emosional akibat tuntutan interaksi yang berlebihan. Dalam lingkungan digital modern, ketiga dimensi tersebut dapat muncul akibat penggunaan perangkat digital yang intens dalam aktivitas akademik, pekerjaan, maupun komunikasi sosial. Di sisi lain, individu juga memiliki mekanisme adaptif untuk menjaga stabilitas psikologis dalam menghadapi berbagai tuntutan kehidupan modern. Salah satu mekanisme penting tersebut adalah kemampuan menjaga *work-life balance*, yaitu kemampuan individu dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan atau aktivitas akademik dengan kehidupan pribadi sehingga tidak terjadi konflik peran yang berlebihan. (Greenhaus, 2011) menjelaskan bahwa *work-life balance* mencakup tiga dimensi utama, yaitu *time balance*, *involvement balance*, dan *satisfaction balance*. *Time balance* berkaitan dengan kemampuan individu dalam membagi waktu secara proporsional antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. *Involvement balance* merujuk pada tingkat keterlibatan psikologis yang relatif seimbang dalam kedua domain tersebut. Sementara itu, *satisfaction balance* mencerminkan tingkat kepuasan individu terhadap peran pekerjaan maupun kehidupan personal yang dirasakan sama-sama terpenuhi.

Kemampuan individu dalam menjaga keseimbangan kehidupan tersebut berpotensi memengaruhi kondisi kesejahteraan finansial atau *financial well-being*. *Financial well-being* menggambarkan tingkat kesejahteraan finansial individu yang tercermin dari rasa aman terhadap kondisi keuangan, kemampuan menghadapi risiko ekonomi, serta kepuasan terhadap situasi finansial yang dimiliki. (Netemeyer *et al.*, 2018) menjelaskan bahwa *financial well-being* mencakup beberapa dimensi utama, yaitu *perceived financial security*, *capacity to absorb financial shocks*, *financial freedom of choice*, dan *satisfaction with financial condition*. Individu yang memiliki tingkat *financial well-being* yang baik umumnya merasa lebih mampu mengelola kebutuhan finansial serta menghadapi ketidakpastian ekonomi. Kondisi *financial well-being* tersebut memiliki implikasi terhadap *financial behavior* atau perilaku keuangan individu. *Financial behavior* merujuk pada tindakan nyata individu dalam mengelola keuangan sehari-hari, seperti kemampuan menyusun anggaran, kebiasaan menabung, pengendalian pengeluaran, pengelolaan utang, serta kesiapan berinvestasi (Xiao & Porto, 2017). Perilaku keuangan yang baik menjadi penting bagi generasi muda karena berkaitan dengan kemampuan membangun stabilitas ekonomi jangka panjang.

Dalam konteks Indonesia, perkembangan ekonomi digital yang pesat juga diikuti oleh meningkatnya penggunaan layanan keuangan digital oleh generasi muda. Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kualitas pengelolaan keuangan generasi muda di Indonesia masih menghadapi berbagai tantangan, seperti rendahnya konsistensi menabung dan keterbatasan perencanaan keuangan jangka panjang (Sabri, 2024); (Bayu Putra *et al.*, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara kemudahan akses layanan keuangan digital dengan kemampuan individu dalam mengelola keuangan secara bijak. Konteks tersebut menjadi semakin menarik ketika dikaji dalam wilayah Indonesia bagian timur, khususnya Papua. Perkembangan infrastruktur digital di Papua mengalami peningkatan signifikan dalam beberapa tahun terakhir seiring dengan perluasan akses internet dan layanan telekomunikasi. Peningkatan konektivitas tersebut menyebabkan generasi muda di Papua semakin terintegrasi dengan ekosistem digital, baik dalam aktivitas pendidikan, komunikasi sosial, maupun transaksi ekonomi. Namun demikian, kajian empiris mengenai *financial behavior* generasi muda di Papua masih relatif terbatas dibandingkan dengan wilayah lain di Indonesia. Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara *work-life balance*, *burnout*, *financial well-being*, dan *financial behavior*, sebagian besar penelitian tersebut masih dilakukan secara terpisah. Beberapa studi menunjukkan bahwa *work-life balance* berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan individu dan berbagai *outcome perilaku* (Ahmad *et al.*, 2022) dan (AIDossary & AlZahrani, 2023). Penelitian lain menyoroti hubungan antara *financial well-being* dan *financial behavior* pada kelompok dewasa muda, yang umumnya menekankan faktor literasi keuangan dan tekanan finansial sebagai determinan utama (Lee & Kim, 2020) dan (Sabri, 2024). Sementara itu, penelitian mengenai *digital burnout* lebih banyak berfokus pada dampaknya terhadap kinerja kognitif, kesehatan mental, serta kelelahan psikologis akibat penggunaan teknologi digital yang intens (Demir *et al.*, 2021) dan (Pfaffinger *et al.*, 2022).

Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa kajian sebelumnya cenderung menempatkan *work-life balance*, *digital burnout*, *financial well-being*, dan *financial behavior* dalam alur penelitian yang terpisah. Penelitian yang mengintegrasikan variabel-variabel tersebut dalam satu model konseptual yang komprehensif masih relatif terbatas, khususnya dalam konteks Generasi Z yang memiliki tingkat interaksi digital yang tinggi dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, bukti empiris yang mengkaji perilaku keuangan generasi muda di wilayah Indonesia bagian timur, terutama Papua, masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kesenjangan tersebut dengan menguji peran mediasi *financial well-being* dalam hubungan antara *work-life balance*, *digital burnout*, dan *financial behavior* pada Generasi Z di Papua. Penelitian ini memberikan beberapa kontribusi terhadap pengembangan literatur. Pertama, penelitian ini memperluas kajian mengenai *financial behavior* dengan mengintegrasikan faktor psikologis, yaitu *work-life balance* dan *digital burnout*, dalam kerangka *financial well-being*. Kedua, penelitian ini secara empiris menguji peran mediasi *financial well-being* dalam menjelaskan bagaimana keseimbangan kehidupan dan tekanan digital memengaruhi *financial behavior* pada Generasi Z. Ketiga, penelitian ini menyediakan bukti empiris dari konteks Papua yang masih relatif jarang diangkat dalam kajian perilaku keuangan generasi muda di Indonesia. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif yang lebih komprehensif dalam memahami dinamika *financial behavior* Generasi Z di era digital.

2. METODE PENELITIAN

2.1 Jenis Penelitian serta Populasi dan Sampel

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain eksplanatori untuk menganalisis keterkaitan antara *work-life balance*, *digital burnout*, *financial well-being*, dan *financial behavior*. Pendekatan kuantitatif digunakan karena memungkinkan pengujian hubungan antarvariabel secara sistematis melalui teknik analisis statistik. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur yang disebarluaskan secara daring kepada responden yang memenuhi kriteria penelitian. Pengumpulan data dilakukan pada periode November 2025 hingga Februari 2026 dengan cakupan wilayah enam provinsi di Papua, yaitu Papua, Papua Barat, Papua Barat Daya, Papua Tengah, Papua Pegunungan, dan Papua Selatan.

Populasi penelitian adalah Generasi Z di Papua yang aktif menggunakan teknologi digital dalam aktivitas pendidikan, pekerjaan, maupun interaksi ekonomi, yaitu individu yang lahir pada rentang 1997–2012. Kelompok ini dipilih karena memiliki tingkat penggunaan teknologi digital yang tinggi sehingga berpotensi mengalami dinamika *work-life balance*, *digital burnout*, serta perilaku pengelolaan keuangan yang khas. Ukuran sampel ditentukan menggunakan analisis a priori power melalui perangkat lunak G*Power (Faul *et al.*, 2007) dengan parameter $\alpha = 0,05$, $\text{power } (1-\beta) = 0,80$, dan *effect size moderat* ($f^2 = 0,15$) dengan tiga prediktor dalam model struktural. Hasil perhitungan menunjukkan kebutuhan sampel minimum sekitar 77 responden. Penelitian ini memperoleh 105 responden Generasi Z dari enam provinsi di Papua yang memenuhi kriteria analisis. Jumlah tersebut telah melampaui kebutuhan minimum berdasarkan analisis G*Power. Selain itu, jumlah sampel juga memenuhi rekomendasi ukuran sampel dalam *Partial Least Squares Structural Equation Modeling* (PLS-SEM) yang menggunakan aturan sepuluh kali jumlah jalur struktural terbesar menuju konstruk endogen (Hair *et al.*, 2022). Karena konstruk *financial behavior* menerima tiga jalur pengaruh langsung, jumlah sampel minimum yang direkomendasikan adalah 30 responden. Dengan demikian, ukuran sampel penelitian ini dinilai memadai untuk menghasilkan estimasi model yang stabil.

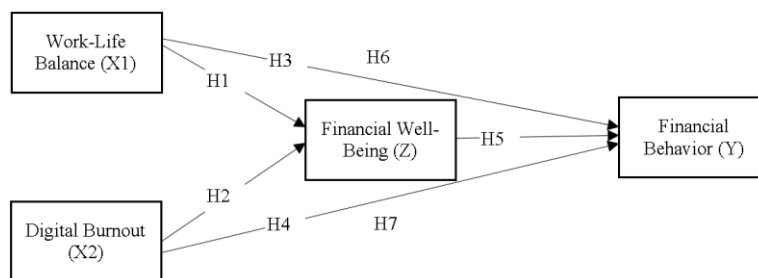
2.2 Hipotesis Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, hipotesis yang diajukan adalah sebagai berikut:

- H1: *Work-life balance* berpengaruh positif signifikan terhadap *financial well-being* Generasi Z di Papua.
- H2: *Digital burnout* berpengaruh negatif signifikan terhadap *financial well-being* Generasi Z di Papua.
- H3: *Work-life balance* berpengaruh positif signifikan terhadap *financial behavior* Generasi Z di Papua.
- H4: *Digital burnout* berpengaruh negatif signifikan terhadap *financial behavior* Generasi Z di Papua.
- H5: *Financial well-being* berpengaruh positif signifikan terhadap *financial behavior* Generasi Z di Papua.
- H6: *Financial well-being* memediasi pengaruh *work-life balance* terhadap *financial behavior* Generasi Z di Papua.
- H7: *Financial well-being* memediasi pengaruh *digital burnout* terhadap *financial behavior* Generasi Z di Papua.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual penelitian ini menggambarkan model hubungan antara variabel penelitian yang menjadi dasar pengujian hipotesis.



Gambar 1. Kerangka konseptual penelitian

Pada Gambar 1 menunjukkan bahwa *work-life balance* diperkirakan meningkatkan *financial well-being*, karena keseimbangan antara aktivitas digital, pekerjaan atau pendidikan, dan kehidupan pribadi dapat mendukung stabilitas

psikologis serta kondisi ekonomi individu. Sebaliknya, digital burnout diperkirakan menurunkan *financial well-being* karena kelelahan akibat paparan teknologi digital berpotensi mengganggu kemampuan pengelolaan keuangan. Selanjutnya, *financial well-being* berperan sebagai variabel mediasi yang menghubungkan kedua faktor tersebut dengan *financial behavior*, yaitu perilaku pengelolaan keuangan seperti penganggaran, menabung, pengendalian pengeluaran, pengelolaan utang, dan kesiapan investasi. Model ini memungkinkan pengujian hubungan langsung dan tidak langsung antarvariabel dalam menjelaskan perilaku keuangan Generasi Z di Papua.

2.4 Deskripsi Operasional Variabel

Seluruh variabel dalam penelitian ini diukur menggunakan skala Likert 1–5 (1 = sangat tidak setuju, 5 = sangat setuju). Deskripsi operasional variabel dijelaskan sebagai berikut yaitu *work-life balance* (X1) diukur melalui kemampuan responden dalam membagi waktu, keterlibatan, dan kepuasan antara aktivitas akademik/pekerjaan dan kehidupan pribadi. Variabel ini dioperasionalkan melalui indicator yaitu keseimbangan waktu antara aktivitas akademik/pekerjaan dan kehidupan pribadi, keseimbangan keterlibatan dalam kedua peran, kepuasan terhadap pembagian peran, dan rendahnya konflik antara aktivitas digital/kerja dengan kehidupan pribadi. *Digital burnout* (X2) diukur berdasarkan tingkat kelelahan yang dialami responden akibat penggunaan teknologi digital secara intens. Variabel ini dioperasionalkan melalui indicator yaitu kelelahan fisik akibat penggunaan perangkat digital, penurunan konsentrasi dalam aktivitas, kejenuhan mental terhadap aktivitas digital, dan berkurangnya energi dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. *Financial well-being* (Z) diukur melalui persepsi responden terhadap kondisi kesejahteraan finansialnya. Variabel ini dioperasionalkan melalui indicator yaitu rasa aman terhadap kondisi keuangan, kemampuan menghadapi kebutuhan atau risiko keuangan mendadak, kebebasan dalam mengambil keputusan finansial, dan kepuasan terhadap kondisi keuangan saat ini. serta *financial behavior* (Y) diukur melalui perilaku nyata responden dalam mengelola keuangan. Variabel ini dioperasionalkan melalui indicator yaitu kebiasaan menyusun anggaran keuangan, konsistensi menabung, kemampuan mengendalikan pengeluaran, pengelolaan utang, dan kesiapan dalam melakukan investasi.

2.5 Teknik Analisis dan Pengujian

Analisis data dilakukan menggunakan pendekatan PLS-SEM dengan bantuan SmartPLS 3. Metode ini digunakan karena efektif dalam menganalisis hubungan simultan antar konstruk laten pada model prediktif dengan struktur yang relatif kompleks serta ukuran sampel moderat (Hair *et al.*, 2022). Prosedur analisis mencakup evaluasi *outer model*, *inner model*, dan pengujian efek mediasi. Evaluasi model pengukuran dilakukan untuk memastikan bahwa indikator mampu merepresentasikan konstruk laten secara valid dan reliabel. Validitas konvergen dinilai melalui nilai *outer loading* $\geq 0,70$ dan *Average Variance Extracted* (AVE) $\geq 0,50$. Validitas diskriminan diuji menggunakan kriteria *Fornell–Larcker* dan *Heterotrait–Monotrait Ratio* (HTMT) untuk memastikan perbedaan yang memadai antar konstruk. Sementara itu, reliabilitas konstruk dievaluasi melalui nilai *Cronbach’s Alpha*, ρ_A , dan *Composite Reliability* dengan batas minimum $\geq 0,70$ (Hair *et al.*, 2022). Evaluasi model struktural dilakukan untuk menguji hubungan kausal antar konstruk laten. Penilaian mencakup *collinearity assessment* melalui nilai VIF, koefisien determinasi (R^2) untuk melihat kemampuan penjelasan variabel independen, *effect size* (f^2) untuk menilai kontribusi variabel eksogen, serta *predictive relevance* (Q^2) untuk menguji kemampuan prediksi model. Signifikansi hubungan diuji dengan *bootstrapping* 5.000 subsamples (*two-tailed*, $\alpha = 5\%$) guna memperoleh nilai *t-statistics* dan *p-values* (Hair *et al.*, 2022). Uji mediasi dilakukan untuk menganalisis peran *financial well-being* sebagai variabel mediator dalam hubungan antara *work-life balance* dan *digital burnout* terhadap *financial behavior*. Pengujian mediasi dilakukan dengan menganalisis *specific indirect effect* menggunakan prosedur *bootstrapping*. Efek mediasi dinyatakan signifikan apabila nilai *t-statistics* dan *p-values* memenuhi kriteria signifikansi statistik (Hair *et al.*, 2022).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Pengujian

Hasil analisis disajikan secara bertahap meliputi karakteristik responden, analisis deskriptif variabel penelitian, evaluasi model pengukuran (*outer model*), evaluasi model struktural (*inner model*), serta pengujian hipotesis.

3.1.1 Karakteristik Responden

Distribusi karakteristik responden dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 1, yang meliputi jenis kelamin, kelompok usia, provinsi asal, status aktivitas, serta intensitas penggunaan internet per hari.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	45	42.9
	Perempuan	60	57.1
Usia (Tahun)	17–22	51	48.6
	23–27	54	51.4
Provinsi Asal	Papua	68	65.1

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
	Papua Barat	4	3.7
	Papua Barat Daya	5	4.6
	Papua Tengah	9	8.3
	Papua Pegunungan	12	11.9
	Papua Selatan	7	6.4
Status Aktivitas	Mahasiswa/Pelajar	85	80.7
	Bekerja	15	14.7
	Belum Bekerja	5	4.6
Penggunaan Internet per Hari	< 1 Jam	25	23.9
	1–5 Jam	40	38.5
	> 5 Jam	40	37.6

Berdasarkan Tabel 1, responden perempuan lebih dominan (57,1%) dibandingkan laki-laki (42,9%). Distribusi usia relatif seimbang antara kelompok 17–22 tahun (48,6%) dan 23–27 tahun (51,4%). Mayoritas responden berasal dari Provinsi Papua (65,1%), sedangkan sisanya tersebar di lima provinsi lain di wilayah Papua. Dari sisi aktivitas, sebagian besar responden merupakan mahasiswa atau pelajar (80,7%), sementara yang bekerja sebesar 14,7% dan yang belum bekerja 4,6%. Tingkat penggunaan internet menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengakses internet selama 1–5 jam per hari (38,5%) dan lebih dari 5 jam per hari (37,6%), yang mengindikasikan bahwa Generasi Z dalam penelitian ini memiliki keterlibatan yang cukup tinggi terhadap aktivitas digital.

3.1.2 Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan kecenderungan persepsi responden terhadap variabel *work-life balance*, *digital burnout*, *financial well-being*, dan *financial behavior*. Ringkasan statistik yang meliputi mean, standar deviasi, dan tingkat capaian responden (TCR) disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Mean	Std. Dev	TCR (%)	Kategori
<i>Work-life balance</i> (X1)	3.57	0.88	71.46	Baik
<i>Digital burnout</i> (X2)	3.13	0.77	62.67	Cukup
<i>Financial behavior</i> (Z)	3.33	0.97	66.50	Cukup
<i>Financial well-being</i> (Y)	3.37	0.94	67.33	Cukup

Berdasarkan Tabel 2, hasil deskriptif menunjukkan bahwa *work-life balance* memperoleh skor rata-rata tertinggi (mean = 3,57; TCR = 71,46%) dan berada pada kategori baik. Sementara itu, *digital burnout*, *financial well-being*, dan *financial behavior* berada pada kategori cukup. Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun responden menilai keseimbangan aktivitas kehidupan relatif baik, persepsi kesejahteraan finansial serta perilaku keuangan masih berada pada tingkat moderat.

3.1.3 Evaluasi Model Pengukuran (*Outer model*)

Evaluasi model pengukuran (*outer model*) dilakukan untuk menilai reliabilitas dan validitas konstruk dalam model penelitian.

3.1.3.1 Reliabilitas Konstruk dan Validitas Konvergen

Hasil pengujian reliabilitas dan validitas konvergen disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Construct Reliability and Validity

Konstruk	Cronbach's Alpha	rho_A	Composite Reliability	AVE
<i>Work-life balance</i> (X1)	0,833	0,855	0,880	0,558
<i>Digital burnout</i> (X2)	0,774	0,810	0,832	0,455
<i>Financial well-being</i> (Z)	0,934	0,940	0,945	0,683
<i>Financial behavior</i> (Y)	0,909	0,910	0,924	0,550

Berdasarkan Tabel 3, seluruh konstruk memiliki nilai *Cronbach's Alpha*, *rho_A*, dan *Composite Reliability* di atas 0,70, sehingga dapat dinyatakan memiliki reliabilitas yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa indikator yang digunakan dalam penelitian ini mampu mengukur konstruk secara konsisten. Dilihat dari nilai *Average Variance Extracted* (AVE), sebagian besar konstruk telah memenuhi kriteria $AVE \geq 0,50$, yaitu pada konstruk *Work-life balance*, *Financial well-being*, dan *Financial behavior*. Sementara itu, konstruk *Digital burnout* memiliki nilai AVE sebesar 0,455, yang sedikit berada di bawah batas yang direkomendasikan. Namun demikian, konstruk tersebut masih dapat diterima karena nilai *Composite Reliability* sebesar 0,832 telah melebihi 0,70, sehingga tetap memenuhi kriteria validitas konvergen yang memadai (Hair et al., 2022). Dengan demikian, secara keseluruhan konstruk dalam penelitian ini telah memenuhi kriteria reliabilitas konstruk dan validitas konvergen.

3.1.3.2 Validitas Diskriminan

Validitas diskriminan digunakan untuk memastikan bahwa suatu konstruk benar-benar berbeda dari konstruk lainnya dalam model penelitian. Validitas diskriminan diuji menggunakan kriteria *Fornell–Larcker* dan *Heterotrait–Monotrait Ratio* (HTMT). Kriteria *Fornell–Larcker* menyatakan bahwa nilai akar kuadrat AVE suatu konstruk harus lebih besar dibandingkan korelasinya dengan konstruk lain (Hair *et al.*, 2022). Hasil pengujian ditunjukkan pada Tabel 4.

Tabel 4. *Fornell–Larcker Criterion*

Konstruk	<i>Work-life balance</i>	<i>Digital burnout</i>	<i>Financial well-being</i>	<i>Financial behavior</i>
<i>Work-life balance</i> (X1)	0,747			
<i>Digital burnout</i> (X2)	0,253	0,675		
<i>Financial well-being</i> (Z)	0,572	0,365	0,826	
<i>Financial behavior</i> (Y)	0,665	0,374	0,685	0,742

Berdasarkan Tabel 4, nilai akar kuadrat AVE pada setiap konstruk lebih besar dibandingkan nilai korelasinya dengan konstruk lain. Sebagai contoh, konstruk *Financial well-being* memiliki nilai akar kuadrat AVE sebesar 0,826, yang lebih besar dibandingkan korelasinya dengan konstruk lain seperti *Work-life balance* (0,572), *Digital burnout* (0,365), dan *Financial behavior* (0,685). Hal ini menunjukkan bahwa masing-masing konstruk memiliki tingkat diskriminasi yang baik, sehingga kriteria *Fornell–Larcker* terpenuhi. Selain menggunakan kriteria *Fornell–Larcker*, validitas diskriminan juga diuji menggunakan *Heterotrait–Monotrait Ratio* (HTMT). Nilai HTMT yang berada di bawah 0,85 menunjukkan bahwa konstruk memiliki validitas diskriminan yang memadai (Hair *et al.*, 2022). Hasil pengujian HTMT disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. *Heterotrait–Monotrait Ratio (HTMT)*

Konstruk	<i>Work-life balance</i>	<i>Digital burnout</i>	<i>Financial well-being</i>	<i>Financial behavior</i>
<i>Work-life balance</i> (X1)				
<i>Digital burnout</i> (X2)	0,308			
<i>Financial well-being</i> (Z)	0,628	0,378		
<i>Financial behavior</i> (Y)	0,758	0,414	0,730	

Seluruh nilai HTMT berada di bawah batas 0,85, sehingga dapat disimpulkan bahwa setiap konstruk dalam penelitian ini memiliki validitas diskriminan yang baik.

3.1.4 Evaluasi Model Struktural (*Inner model*)

Evaluasi model struktural (*inner model*) dilakukan untuk menilai hubungan antarvariabel laten dalam model penelitian.

3.1.4.1 *Collinearity Assessment*

Pengujian multikolinearitas dilakukan menggunakan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF). Nilai VIF yang lebih kecil dari 5 menunjukkan bahwa tidak terjadi masalah multikolinearitas antarvariabel prediktor dalam model penelitian (Hair *et al.*, 2022). Hasil pengujian VIF disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. *Inner VIF Values*

Konstruk	<i>Financial well-being</i> (Z)	<i>Financial behavior</i> (Y)
<i>Work-life balance</i> (X1)	1,069	1,492
<i>Digital burnout</i> (X2)	1,069	1,157
<i>Financial well-being</i> (Z)		1,611

Berdasarkan Tabel 6, seluruh nilai VIF berada di bawah ambang batas 5, yaitu berkisar antara 1,069 hingga 1,611. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat masalah multikolinearitas antarvariabel prediktor dalam model penelitian, sehingga model struktural dapat dianalisis lebih lanjut.

3.1.4.2 *Koefisien Determinasi (R²) dan Predictive Relevance (Q²)*

Koefisien determinasi (R²) digunakan untuk mengukur kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Nilai R² sebesar 0,75, 0,50, dan 0,25 masing-masing diinterpretasikan sebagai kuat, moderat, dan lemah. Sementara itu, *predictive relevance* (Q²) digunakan untuk mengevaluasi kemampuan prediktif model melalui prosedur *blindfolding*. Nilai Q² yang lebih besar dari nol menunjukkan bahwa model memiliki kemampuan prediktif yang baik. (Hair *et al.*, 2022). Hasil pengujian R² dan Q² ditunjukkan pada Tabel 7.

Tabel 7. *Koefisien Determinasi (R²) dan Predictive Relevance (Q²)*

Variabel Endogen	R Square	R Square Adjusted	Q ²
<i>Financial well-being</i> (Z)	0,379	0,367	0,242
<i>Financial behavior</i> (Y)	0,593	0,581	0,312

Berdasarkan Tabel 7, nilai R² sebesar 0,379 menunjukkan bahwa *work-life balance* dan *digital burnout* mampu menjelaskan 37,9% variasi *financial well-being*. Selanjutnya, nilai R² sebesar 0,593 menunjukkan bahwa *work-life balance*, *digital burnout*, dan *financial well-being* mampu menjelaskan 59,3% variasi *financial behavior*. Selain itu, nilai Q² untuk *financial well-being* sebesar 0,242 dan *financial behavior* sebesar 0,312, yang keduanya lebih besar dari nol. Hal ini menunjukkan bahwa model penelitian memiliki kemampuan prediktif yang baik.

3.1.4.3 Effect Size (f²)

Effect size (f²) digunakan untuk mengukur besarnya kontribusi masing-masing variabel eksogen terhadap variabel endogen. Nilai f² sebesar 0,02, 0,15, dan 0,35 masing-masing menunjukkan pengaruh kecil, sedang, dan besar (Hair et al., 2022). Hasil pengujian f² disajikan pada Tabel 8.

Tabel 8. Effect Size (f²)

Hubungan Variabel	f ²
<i>Work-life balance</i> (X1) → <i>Financial well-being</i> (Z)	0,397
<i>Digital burnout</i> (X2) → <i>Financial well-being</i> (Z)	0,083
<i>Work-life balance</i> (X1) → <i>Financial behavior</i> (Y)	0,261
<i>Digital burnout</i> (X2) → <i>Financial behavior</i> (Y)	0,032
<i>Financial well-being</i> (Z) → <i>Financial behavior</i> (Y)	0,260

Berdasarkan Tabel 8, *work-life balance* memiliki pengaruh besar terhadap *financial well-being* dengan nilai f² sebesar 0,397. Sementara itu, *digital burnout* memiliki pengaruh kecil terhadap *financial well-being*. Terhadap *financial behavior*, variabel *work-life balance* dan *financial well-being* menunjukkan pengaruh sedang, sedangkan *digital burnout* memiliki pengaruh kecil.

3.1.4.4 Signifikansi Koefisien Jalur (Path Coefficient)

Pengujian signifikansi hubungan antarvariabel dilakukan melalui prosedur bootstrapping dengan 5.000 *subsamples* menggunakan *two-tailed test* pada tingkat signifikansi 5% (Hair et al., 2022). Hubungan antarvariabel dinyatakan signifikan apabila nilai *t-statistics* > 1,96 dan *p-values* < 0,05. Hasil pengujian koefisien jalur disajikan pada Tabel 9.

Tabel 9. Path Coefficient

Hubungan Variabel	Original Sample	T Statistics	P Values	Keterangan
<i>Work-life balance</i> (X1) → <i>Financial well-being</i> (Z)	0,513	5,851	0,000	Positif signifikan
<i>Digital burnout</i> (X2) → <i>Financial well-being</i> (Z)	0,235	2,179	0,029	Positif signifikan
<i>Work-life balance</i> (X1) → <i>Financial behavior</i> (Y)	0,398	4,118	0,000	Positif signifikan
<i>Digital burnout</i> (X2) → <i>Financial behavior</i> (Y)	0,122	1,201	0,230	Tidak signifikan
<i>Financial well-being</i> (Z) → <i>Financial behavior</i> (Y)	0,413	3,822	0,000	Positif signifikan

Berdasarkan Tabel 9, *work-life balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *financial well-being* dengan nilai koefisien jalur sebesar 0,513, nilai *t-statistics* sebesar 5,851, dan *p-values* sebesar 0,000. Selanjutnya, *digital burnout* juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap *financial well-being* dengan koefisien sebesar 0,235, nilai *t-statistics* sebesar 2,179, dan *p-values* sebesar 0,029. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa *work-life balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *financial behavior* dengan nilai koefisien sebesar 0,398, nilai *t-statistics* sebesar 4,118, dan *p-values* sebesar 0,000. Sementara itu, *digital burnout* tidak berpengaruh signifikan terhadap *financial behavior*, yang ditunjukkan oleh nilai *t-statistics* sebesar 1,201 dan *p-values* sebesar 0,230. Selanjutnya, *financial well-being* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *financial behavior* dengan nilai koefisien sebesar 0,413, nilai *t-statistics* sebesar 3,822, dan *p-values* sebesar 0,000.

3.1.5 Uji Mediasi

Uji mediasi dilakukan untuk menganalisis peran *financial well-being* sebagai variabel mediator dalam hubungan antara *work-life balance* dan *digital burnout* terhadap *financial behavior*. Pengujian mediasi dilakukan dengan menganalisis *specific indirect effect* menggunakan prosedur bootstrapping pada SmartPLS dengan 5.000 *subsamples*. Efek mediasi dinyatakan signifikan apabila nilai *t-statistics* > 1,96 dan *p-values* < 0,05 (Hair et al., 2022). Hasil pengujian *specific indirect effect* disajikan pada Tabel 10.

Tabel 10. Specific Indirect Effect

Hubungan Tidak Langsung	Original Sample	T Statistics	P Values	Keterangan
<i>Work-life balance</i> (X1) → <i>Financial well-being</i> (Z) → <i>Financial behavior</i> (Y)	0,212	3,566	0,000	Mediasi signifikan

Hubungan Tidak Langsung	Original Sample	T Statistics	P Values	Keterangan
Digital burnout (X2) → Financial well-being (Z) → Financial behavior (Y)	0,097	1,708	0,088	Mediasi tidak signifikan

Berdasarkan Tabel 10, hasil pengujian menunjukkan bahwa *financial well-being* mampu memediasi hubungan antara *work-life balance* dan *financial behavior*. Hal ini ditunjukkan oleh nilai *t-statistics* sebesar 3,566 (>1,96) dan *p-values* sebesar 0,000 (<0,05), sehingga efek tidak langsung tersebut signifikan. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa *financial well-being* memediasi pengaruh *work-life balance* terhadap *financial behavior* dapat diterima. Sebaliknya, pengujian mediasi pada hubungan antara *digital burnout* dan *financial behavior* melalui *financial well-being* menunjukkan nilai *t-statistics* sebesar 1,708 (<1,96) dan *p-values* sebesar 0,088 (>0,05). Hasil ini menunjukkan bahwa efek tidak langsung tersebut tidak signifikan, sehingga *financial well-being* tidak terbukti memediasi hubungan antara *digital burnout* dan *financial behavior*. Oleh karena itu, hipotesis yang menyatakan bahwa *financial well-being* memediasi pengaruh *digital burnout* terhadap *financial behavior* tidak dapat diterima.

3.2 Pembahasan

3.2.1 Pengaruh *Work-life balance* terhadap *Financial well-being* Generasi Z di Papua

Pengujian model struktural menunjukkan bahwa *work-life balance* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *financial well-being* pada Generasi Z di Papua, dengan nilai koefisien jalur sebesar 0,513, *t-statistics* sebesar 5,851, dan *p-values* sebesar 0,000. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa semakin baik kemampuan individu dalam menjaga keseimbangan antara berbagai aktivitas kehidupan, semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan finansial yang dirasakan. Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis pertama (H1) dapat diterima. Secara konseptual, *work-life balance* mencerminkan kemampuan individu dalam mengelola tuntutan akademik, pekerjaan, serta kehidupan sosial secara seimbang. Pada kelompok Generasi Z di Papua, keseimbangan ini sering kali berkaitan dengan kemampuan mengatur aktivitas pendidikan, pekerjaan sampingan, serta interaksi sosial yang banyak berlangsung melalui media digital. Sebagian individu dalam kelompok ini juga mulai memperoleh pendapatan melalui pekerjaan paruh waktu, usaha skala kecil, maupun aktivitas ekonomi berbasis platform digital. Ketika berbagai aktivitas tersebut dapat dikelola secara proporsional, tekanan psikologis akibat tuntutan akademik maupun pekerjaan cenderung berkurang. Kondisi ini memungkinkan individu mempertahankan stabilitas emosional sehingga proses pengambilan keputusan, termasuk keputusan keuangan, dapat dilakukan secara lebih rasional. Dalam situasi tersebut, individu lebih mampu mengendalikan pengeluaran, mengalokasikan pendapatan untuk tabungan, serta merencanakan kebutuhan keuangan secara lebih terstruktur, yang pada akhirnya meningkatkan tingkat *financial well-being*. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Ahmad *et al.*, 2022) yang menunjukkan bahwa *work-life balance* berkontribusi terhadap peningkatan well-being individu melalui pengelolaan stres yang lebih efektif. Penelitian (AlDossary & AlZahrani, 2023) juga menemukan adanya hubungan positif antara keseimbangan kehidupan dan *financial well-being* pada kelompok usia muda. Dalam konteks Generasi Z di Papua, peran *work-life balance* menjadi semakin penting karena kelompok usia ini sering menghadapi berbagai tuntutan aktivitas secara simultan di tengah dinamika ekonomi dan perkembangan teknologi digital. Kemampuan menjaga keseimbangan antara aktivitas akademik, pekerjaan, dan kehidupan sosial memungkinkan individu mengelola sumber daya secara lebih efektif, termasuk sumber daya finansial. Temuan ini menunjukkan bahwa *work-life balance* tidak hanya berkaitan dengan kesejahteraan psikologis, tetapi juga berperan dalam membentuk persepsi kesejahteraan finansial pada Generasi Z di Papua.

3.2.2 Pengaruh *Digital burnout* terhadap *Financial well-being* Generasi Z di Papua

Hasil analisis menunjukkan bahwa digital burnout memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *financial well-being* pada Generasi Z di Papua, dengan nilai koefisien jalur sebesar 0,235, *t-statistics* sebesar 2,179, dan *p-values* sebesar 0,029. Namun arah hubungan yang ditemukan bersifat positif, sehingga tidak sejalan dengan hipotesis penelitian yang mengasumsikan pengaruh negatif. Oleh karena itu, hipotesis kedua (H2) tidak didukung oleh hasil penelitian. Secara teoritis, digital burnout menggambarkan kondisi kelelahan mental yang muncul akibat intensitas penggunaan teknologi digital yang tinggi (Shirom & Melamed, 2006). Tekanan yang berasal dari aktivitas digital yang berlebihan berpotensi memengaruhi kondisi psikologis individu serta menurunkan kualitas proses pengambilan keputusan (Pfaffinger *et al.*, 2022). Namun demikian, temuan dalam penelitian ini menunjukkan dinamika yang berbeda pada Generasi Z di Papua. Pada kelompok ini, teknologi digital tidak hanya digunakan untuk hiburan atau komunikasi, tetapi juga menjadi bagian penting dari aktivitas ekonomi sehari-hari. Berbagai layanan keuangan digital seperti mobile banking, dompet digital, transaksi belanja daring, serta akses informasi terkait pengelolaan keuangan semakin banyak dimanfaatkan oleh Generasi Z. Kemudahan akses terhadap layanan tersebut memungkinkan individu melakukan transaksi, memantau pengeluaran, serta mengelola keuangan secara lebih praktis. Pemanfaatan teknologi digital untuk aktivitas ekonomi tersebut dapat meningkatkan persepsi kontrol terhadap kondisi finansial, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap meningkatnya *financial well-being*. Dengan kata lain, meskipun intensitas penggunaan teknologi digital berpotensi memunculkan kelelahan digital, penggunaan teknologi yang produktif justru dapat membantu individu mengelola keuangan secara lebih efisien. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Andreassen *et al.*, 2019) yang menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital tidak selalu berdampak negatif terhadap well-being individu, tetapi sangat bergantung pada cara teknologi tersebut dimanfaatkan. Penelitian (Munggaran & Irwansyah, 2025) juga menunjukkan bahwa aktivitas digital pada Generasi Z berkaitan erat dengan pola konsumsi serta pengambilan keputusan finansial dalam konteks ekonomi digital. Dalam

konteks Generasi Z di Papua, teknologi digital dapat berfungsi sebagai sarana untuk memperluas akses terhadap layanan keuangan dan informasi ekonomi yang sebelumnya relatif terbatas. Oleh karena itu, meskipun penggunaan teknologi yang intens dapat memicu digital burnout, pemanfaatan teknologi untuk aktivitas finansial justru berpotensi memperkuat persepsi kontrol terhadap kondisi keuangan. Kondisi ini menjelaskan mengapa hubungan negatif antara digital burnout dan *financial well-being* tidak ditemukan dalam penelitian ini.

3.2.3 Pengaruh *Work-life balance* terhadap *Financial behavior* Generasi Z di Papua

Pengujian model struktural menunjukkan bahwa *work-life balance* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *financial behavior* pada Generasi Z di Papua, dengan nilai koefisien jalur sebesar 0,398, *t-statistics* sebesar 4,118, serta *p-values* sebesar 0,000. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa peningkatan kemampuan individu dalam menjaga keseimbangan antara berbagai aktivitas kehidupan berkorelasi dengan semakin baiknya *financial behavior* yang ditunjukkan. Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis ketiga (H3) dapat diterima. Secara konseptual, *work-life balance* mencerminkan kemampuan individu dalam mengelola tuntutan akademik, pekerjaan, serta kehidupan sosial secara proporsional. Ketika keseimbangan ini tercapai, individu cenderung memiliki stabilitas psikologis yang lebih baik sehingga mampu menetapkan prioritas penggunaan sumber daya secara lebih rasional, termasuk dalam pengelolaan keuangan. Stabilitas tersebut memungkinkan individu untuk mengontrol pengeluaran, menabung secara konsisten, serta merencanakan penggunaan dana secara lebih terstruktur. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Choi & Cho, 2022) yang menunjukkan bahwa *work-life balance* dapat memengaruhi perilaku individu melalui penurunan tingkat stres serta peningkatan kualitas pengambilan keputusan. Penelitian (Ahmad *et al.*, 2022) juga menunjukkan bahwa keseimbangan antara kehidupan pribadi dan aktivitas pekerjaan berkontribusi terhadap berbagai outcome perilaku individu, termasuk perilaku yang berkaitan dengan pengelolaan sumber daya personal. Dalam konteks Generasi Z di Papua, peran *work-life balance* menjadi semakin relevan karena kelompok usia ini sering menghadapi tuntutan aktivitas yang beragam secara simultan, seperti pendidikan, pekerjaan paruh waktu atau informal, serta interaksi sosial yang sebagian besar berlangsung melalui media digital. Kemampuan untuk menjaga keseimbangan antara berbagai tuntutan tersebut tidak hanya berkontribusi terhadap stabilitas psikologis, tetapi juga membentuk pola pengelolaan keuangan sehari-hari. Individu yang mampu mengelola aktivitas secara seimbang cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik dalam penggunaan uang serta lebih mampu merencanakan pengeluaran secara rasional. Temuan ini menunjukkan bahwa *work-life balance* dapat menjadi faktor psikososial yang berperan dalam membentuk *financial behavior* pada Generasi Z di Papua, khususnya dalam konteks kehidupan yang semakin terintegrasi dengan aktivitas digital dan dinamika ekonomi lokal.

3.2.4 Pengaruh *Digital burnout* terhadap *Financial behavior* Generasi Z di Papua

Hasil pengujian menunjukkan bahwa digital burnout tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *financial behavior* pada Generasi Z di Papua, dengan koefisien jalur sebesar 0,122, *t-statistics* sebesar 1,201, dan *p-values* sebesar 0,230. Nilai tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara digital burnout dan *financial behavior* tidak signifikan secara statistik, sehingga hipotesis keempat (H4) tidak didukung. Secara teoritis, digital burnout muncul sebagai bentuk kelelahan mental akibat tingginya intensitas penggunaan teknologi digital, yang berpotensi memengaruhi kemampuan individu dalam mengambil keputusan secara optimal. Kondisi kelelahan tersebut dapat menurunkan kapasitas kognitif dan emosional individu dalam mengelola berbagai aspek kehidupan, termasuk pengambilan keputusan finansial (Chawla & Kumar, 2021); (Demir *et al.*, 2021). Namun demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme tersebut tidak muncul secara signifikan pada Generasi Z di Papua. Salah satu penjelasan yang dapat diajukan berkaitan dengan karakteristik Generasi Z sebagai digital natives, yaitu generasi yang sejak awal tumbuh dalam lingkungan yang didominasi oleh teknologi digital. Bagi kelompok ini, penggunaan teknologi tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi atau hiburan, tetapi juga sebagai bagian integral dari aktivitas ekonomi sehari-hari, termasuk transaksi digital dan pengelolaan keuangan. Tingkat adaptasi yang tinggi terhadap teknologi menyebabkan penggunaan perangkat digital tidak selalu dipersepsikan sebagai sumber tekanan psikologis yang berdampak langsung pada pengambilan keputusan finansial. Dalam konteks Generasi Z di Papua, penggunaan teknologi digital juga sering dimanfaatkan untuk memperluas akses terhadap informasi, pendidikan daring, serta peluang ekonomi berbasis digital. Kondisi ini dapat mengurangi potensi dampak negatif dari kelelahan digital terhadap perilaku keuangan. Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan bahwa *financial behavior* pada kelompok usia muda lebih banyak dipengaruhi oleh faktor yang berkaitan langsung dengan pengelolaan keuangan, seperti literasi keuangan, sikap terhadap uang, serta kemampuan dalam merencanakan dan mengendalikan pengeluaran (Henager & Cude, 2019); (Xiao & Porto, 2017). Oleh karena itu, dalam penelitian ini digital burnout tidak muncul sebagai determinan utama *financial behavior* pada Generasi Z di Papua.

3.2.5 Pengaruh *Financial well-being* terhadap *Financial behavior* Generasi Z di Papua

Analisis model menunjukkan bahwa *financial well-being* memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *financial behavior* pada Generasi Z di Papua, dengan koefisien jalur sebesar 0,413, *t-statistics* sebesar 3,822, dan *p-values* sebesar 0,000. Nilai tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesejahteraan finansial yang dirasakan individu, maka semakin baik pula perilaku keuangan yang mereka tunjukkan. Dengan demikian, hipotesis kelima (H5) dapat diterima. *Financial well-being* berkaitan dengan persepsi individu mengenai kemampuan mereka dalam memenuhi kebutuhan finansial saat ini sekaligus menjaga keamanan finansial di masa depan. Individu yang merasa memiliki kondisi keuangan yang relatif stabil cenderung memiliki tingkat kontrol yang lebih baik terhadap pengelolaan keuangan sehari-hari.

Persepsi stabilitas finansial tersebut mendorong terbentuknya perilaku keuangan yang lebih terencana, seperti pengendalian pengeluaran, kebiasaan menabung, serta perencanaan keuangan jangka panjang. Temuan ini konsisten dengan penelitian (Netemeyer *et al.*, 2018) yang menyatakan bahwa *financial well-being* berkaitan dengan persepsi individu terhadap kondisi finansial yang dimiliki serta memengaruhi berbagai keputusan ekonomi. Penelitian (Lee & Kim, 2020) juga menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan finansial dapat memengaruhi perilaku keuangan melalui peningkatan kontrol diri dalam pengelolaan keuangan. Selain itu, penelitian (Sabri, 2024) menemukan bahwa kondisi finansial yang lebih baik berkaitan dengan perilaku pengelolaan keuangan yang lebih positif pada kelompok usia muda. Dalam konteks Generasi Z di Papua, *financial well-being* memiliki peran penting karena persepsi keamanan finansial sering kali dipengaruhi oleh kondisi ekonomi keluarga, akses terhadap peluang kerja, serta kemampuan individu dalam mengelola sumber daya yang terbatas. Individu yang merasakan tingkat kesejahteraan finansial yang lebih baik cenderung memiliki rasa aman secara ekonomi, yang kemudian meningkatkan kepercayaan diri dalam mengambil keputusan keuangan. Kondisi ini mendorong terbentuknya *financial behavior* yang lebih rasional dan terarah, khususnya dalam pengelolaan pengeluaran, penguatan kebiasaan menabung, serta perencanaan keuangan untuk masa depan.

3.2.6 Peran *Financial well-being* dalam Memediasi Pengaruh *Work-life balance* terhadap *Financial behavior* Generasi Z di Papua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *financial well-being* memediasi secara signifikan pengaruh *work-life balance* terhadap *financial behavior* pada Generasi Z di Papua. Hal ini ditunjukkan oleh nilai *indirect effect* sebesar 0,212, dengan *t-statistics* 3,566 dan *p-values* 0,000, sehingga hipotesis keenam (H6) diterima. Temuan ini mengindikasikan bahwa *work-life balance* tidak hanya memengaruhi *financial behavior* secara langsung, tetapi juga secara tidak langsung melalui peningkatan *financial well-being*. Dengan kata lain, kemampuan Generasi Z dalam menyeimbangkan aktivitas akademik, pekerjaan, dan kehidupan personal berkontribusi pada meningkatnya persepsi kesejahteraan finansial, yang pada akhirnya mendorong terbentuknya perilaku keuangan yang lebih baik. Secara teoritis, temuan ini dapat dijelaskan melalui *Conservation of Resources Theory*, yang menyatakan bahwa individu berupaya memperoleh dan mempertahankan berbagai sumber daya penting, seperti waktu, energi, stabilitas emosional, dan sumber daya ekonomi. Ketika *work-life balance* terjaga, tekanan psikologis cenderung menurun sehingga individu memiliki kapasitas kognitif dan emosional yang lebih baik dalam mengelola keputusan keuangan. Kondisi tersebut meningkatkan *financial well-being*, yang kemudian memperkuat perilaku keuangan yang lebih terencana dan rasional. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Al-Ichwani & Rahayu, 2025) yang menemukan bahwa *work-life balance* berkontribusi pada peningkatan well-being individu, serta penelitian (AlDossary & AlZahrani, 2023) yang menunjukkan hubungan positif antara keseimbangan kehidupan dan *financial well-being* pada kelompok usia muda. Dalam konteks Generasi Z di Papua, kemampuan menjaga keseimbangan aktivitas menjadi faktor penting karena sebagian besar individu pada kelompok usia ini menghadapi berbagai tuntutan secara simultan, seperti pendidikan, pekerjaan informal, serta tanggung jawab keluarga. Keseimbangan tersebut membantu menjaga stabilitas psikologis dan meningkatkan persepsi terhadap kondisi finansial yang dimiliki. Dengan demikian, *financial well-being* berfungsi sebagai partial mediator, karena baik pengaruh langsung maupun tidak langsung antara *work-life balance* dan *financial behavior* terbukti signifikan. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan finansial subjektif menjadi mekanisme psikologis penting yang menghubungkan keseimbangan kehidupan dengan perilaku keuangan pada Generasi Z di Papua.

3.2.7 Peran *Financial well-being* dalam Memediasi Pengaruh *Digital burnout* terhadap *Financial behavior* Generasi Z di Papua

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *financial well-being* tidak memediasi pengaruh *digital burnout* terhadap *financial behavior* pada Generasi Z di Papua. Hal ini terlihat dari nilai *indirect effect* sebesar 0,097, dengan *t-statistics* 1,708 dan *p-values* 0,088, sehingga hipotesis ketujuh (H7) tidak didukung. Temuan ini menunjukkan bahwa kelelahan digital yang dialami Generasi Z tidak secara signifikan memengaruhi *financial well-being* maupun perilaku keuangan mereka melalui mekanisme mediasi. Secara konseptual, digital burnout dapat memicu kelelahan mental akibat tingginya intensitas penggunaan teknologi digital, yang berpotensi memengaruhi kualitas pengambilan keputusan individu. Namun dalam penelitian ini, kondisi tersebut tidak terbukti berdampak signifikan terhadap *financial behavior* melalui mekanisme mediasi *financial well-being*, sehingga mekanisme mediasi tidak terbentuk. Dalam perspektif *Conservation of Resources Theory*, tekanan digital memang dapat menguras sumber daya psikologis, tetapi pada Generasi Z penggunaan teknologi digital telah menjadi bagian normal dari aktivitas sehari-hari sehingga tidak selalu dipersepsikan sebagai ancaman terhadap sumber daya yang berkaitan dengan kondisi finansial. Dalam konteks Generasi Z di Papua, penggunaan teknologi digital cenderung dimanfaatkan untuk berbagai kebutuhan seperti komunikasi, hiburan, pembelajaran daring, serta aktivitas ekonomi digital. Adaptasi yang relatif tinggi terhadap lingkungan digital menyebabkan kelelahan digital tidak secara langsung memengaruhi persepsi kesejahteraan finansial maupun pola *financial behavior*. Selain itu, berbagai penelitian menunjukkan bahwa *financial well-being* pada kelompok usia muda lebih dipengaruhi oleh faktor yang secara langsung berkaitan dengan pengelolaan keuangan, seperti literasi keuangan, sikap terhadap uang, dan kemampuan perencanaan keuangan (Henager & Cude, 2019); (Xiao & Porto, 2017); (Sabri, 2024). Oleh karena itu, dalam penelitian ini *financial well-being* tidak terbukti berperan sebagai mediator antara digital burnout dan *financial behavior* pada Generasi Z di Papua.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *work-life balance* dan digital burnout terhadap *financial behavior* Generasi Z di Papua dengan *financial well-being* sebagai variabel mediasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *work-life balance* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *financial well-being* maupun *financial behavior*. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan individu menjaga keseimbangan antara aktivitas akademik atau pekerjaan dengan kehidupan pribadi dapat mendukung terbentuknya pengelolaan keuangan yang lebih baik. Sebaliknya, *digital burnout* berpengaruh positif dan signifikan terhadap *financial well-being*, namun tidak berpengaruh signifikan terhadap *financial behavior*. Hal ini menunjukkan bahwa kelelahan akibat penggunaan teknologi digital pada Generasi Z di Papua tidak secara langsung memengaruhi persepsi kesejahteraan finansial maupun perilaku pengelolaan keuangan mereka. Selanjutnya, *financial well-being* terbukti berpengaruh positif terhadap *financial behavior*. Individu yang memiliki persepsi kesejahteraan finansial yang lebih baik cenderung menunjukkan perilaku keuangan yang lebih terencana, seperti mengatur pengeluaran, menabung, dan merencanakan keuangan di masa depan. Hasil pengujian mediasi menunjukkan bahwa *financial well-being* mampu memediasi hubungan antara *work-life balance* dan *financial behavior*, tetapi tidak memediasi hubungan antara digital burnout dan *financial behavior*. Temuan ini sejalan dengan perspektif *conservation of resources theory* yang menjelaskan bahwa individu berupaya mempertahankan dan mengelola sumber daya psikologis maupun ekonomi dalam menghadapi tuntutan kehidupan. Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian *financial behavior* dengan mengintegrasikan *work-life balance* dan *digital burnout* dalam satu model konseptual yang dimediasi oleh *financial well-being*. Selain itu, penelitian ini juga memberikan bukti empiris mengenai pentingnya keseimbangan kehidupan sebagai sumber daya psikologis yang berperan dalam meningkatkan kesejahteraan finansial serta membentuk perilaku keuangan Generasi Z di era digital, khususnya dalam konteks wilayah Papua. Penelitian ini masih memiliki keterbatasan karena cakupan responden terbatas pada Generasi Z di Papua serta menggunakan pendekatan kuantitatif. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas wilayah penelitian, menambahkan variabel lain seperti literasi keuangan dan sikap keuangan, serta mempertimbangkan penggunaan metode campuran agar dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai *financial behavior* Generasi Z di era digital.

REFERENCES

- Ahmad, F., Ali, S., & Raza, S. H. (2022). Impact of work-life balance on behavioral outcomes of employees: A mediating role of well-being. *Current Psychology*, *41*(5), 1670–1682. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00693-x>
- Al-Ichwani, A., & Rahayu, R. (2025). Unveiling the influence of financial attitude, financial literacy, and lifestyle on decision-making and financial well-being. *Jurnal Dinamika Manajemen*, *16*(1), 1–20. <https://doi.org/10.15294/jdm.v16i1.24211>
- AlDossary, S., & AlZahrani, A. (2023). Work-life balance and financial well-being among young employees. *Journal of Family and Economic Issues*, *44*(2), 389–407. <https://doi.org/10.1007/s10834-022-09861-7>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2019). The relationship between excessive social media use, financial decision-making, and psychological well-being. *Frontiers in Psychology*, *10*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02457>
- Bayu Putra, O. P., Sambeka, M. E. F., & Prisca. (2024). Promoting financial well-being through financial literacy for Gen Z. *ECobuss*, *7*(1), 756–767. <https://doi.org/10.32877/eb.v7i1.1532>
- Castells, M. (2015). *Networks of outrage and hope: Social movements in the internet age*. Polity Press.
- Chawla, N., & Kumar, B. (2021). The impact of financial literacy on financial behavior and well-being: Evidence from India. *Asian Journal of Economics and Banking*, *5*(2), 1–19. <https://doi.org/10.1108/AJEB-01-2021-0010>
- Choi, L., & Cho, E. (2022). The impact of work-life balance on financial behavior: The moderating role of stress. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, *35*. <https://doi.org/10.1016/j.jbef.2022.100723>
- Demir, M., Desmet, P., & Zijlstra, F. (2021). Digital burnout and its effect on cognitive performance and personal decisions. *Computers in Human Behavior*, *126*. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106992>
- Dimock, M. (2019). Defining generations: Where Millennials end and Generation Z begins. *Pew Research Center*.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2007). GPower 3: A flexible statistical power analysis program for the social, behavioral, and biomedical sciences. *Behavior Research Methods*, *39*, 175–191. <https://doi.org/10.3758/BF03193146>
- Francis, T., & Hoefel, F. (2018). True Gen: Generation Z and its implications for companies. *McKinsey & Company*.
- Gomber, P., Koch, J.-A., & Siering, M. (2018). Digital finance and fintech: Current research and future research directions. *Journal of Business Economics*, *87*(5), 537–580. <https://doi.org/10.1007/s11573-017-0852-x>
- Greenhaus, J. (2011). Work-Family Balance: A Review and Extension of the Literature. In *Handbook of occupational health psychology* (pp. 183–265).
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*. SAGE Publications.
- Henager, R., & Cude, B. J. (2019). Financial literacy and long-term financial behavior. *Journal of Financial Counseling and Planning*, *30*(2), 261–272. <https://doi.org/10.1891/1052-3073.30.2.261>
- Lee, S., & Kim, H. (2020). Factors influencing financial behavior among young adults: Financial stress and well-being as mediators. *Journal of Family and Economic Issues*, *41*, 297–309. <https://doi.org/10.1007/s10834-019-09646-8>
- Munggaran, S. A. A., & Irwansyah, R. (2025). Perilaku ekonomi Gen Z di era digital: gaya hidup, konsumsi, dan keputusan finansial. *Karimah Tauhid*, *4*(8), 6064–6070. <https://doi.org/10.30997/karimahtauhid.v4i8.20093>
- Netemeyer, R. G., Warmath, D., Fernandes, D., & Lynch, J. G. (2018). How am I doing? Perceived financial well-being. *Journal of Consumer Research*, *45*(1), 68–89. <https://doi.org/10.1093/jcr/ucx109>
- Ozili, P. K. (2018). Impact of digital finance on financial inclusion and stability. *Borsa Istanbul Review*, *18*(4), 329–340. <https://doi.org/10.1016/j.bir.2017.12.003>
- Pfaffinger, K. F., Reif, J. A., & Berger, R. (2022). Digital stress at work: Linking digital demands and burnout to decision-making

- competence. *Computers in Human Behavior*, 134. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107319>
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1–6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Sabri, M. F. (2024). Impact of financial behaviour on financial well-being: Evidence among young adults in Malaysia. *Journal of Financial Services Marketing*. <https://doi.org/10.1057/s41264-023-00234-8>
- Schwab, K. (2016). *The fourth industrial revolution*. World Economic Forum.
- Shirom, A., & Melamed, S. (2006). A comparison of the construct validity of two burnout measures in two groups of professionals. *International Journal of Stress Management*, 13(2), 176–200. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.13.2.176>
- Tarafdar, M., Cooper, C. L., & Stich, J. F. (2019). The technostress trifecta. *Information Systems Journal*, 29(1), 6–42. <https://doi.org/10.1111/isj.12169>
- Vial, G. (2019). Understanding digital transformation: A review and a research agenda. *Journal of Strategic Information Systems*, 28(2), 118–144. <https://doi.org/10.1016/j.jsis.2019.01.003>
- Xiao, J. J., & Porto, N. (2017). Financial education and financial satisfaction: Financial literacy, behavior, and capability as mediators. *International Journal of Bank Marketing*, 35(5), 805–817. <https://doi.org/10.1108/IJBM-01-2016-0009>