

ABSTRAK

Nurfauji Abdul Rohim, NIM. 3402220398. “Pengaruh *Psychological Detachment* dan Lingkungan Kerja Digital terhadap Kinerja Karyawan (Studi Kasus pada Karyawan Generasi Z di Kebon Djati Eatery)”. Dibawah bimbingan Bapak Mukhtar Abdul Kader, S.E., M.M. (Pembimbing I) dan Bapak Muhammad Zaki Rahman, S.Ag., M.Ag., M.M. (Pembimbing II).

Pesatnya transformasi digital dalam dunia kerja berpotensi menimbulkan kelelahan emosional dan penurunan produktivitas, sehingga pengelolaan lingkungan kerja digital serta pemulihan energi mental (*psychological detachment*) menjadi faktor kunci dalam mempertahankan stabilitas kinerja. Permasalahan yang dihadapi dalam penelitian ini meliputi: Bagaimana pengaruh *Psychological Detachment* terhadap Kinerja Karyawan, Bagaimana pengaruh Lingkungan Kerja Digital terhadap Kinerja Karyawan, dan Bagaimana pengaruh *Psychological Detachment* dan Lingkungan Kerja Digital terhadap Kinerja Karyawan pada Karyawan Generasi Z di Cafe Kebon Djati Eatery?. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis gambaran deskriptif serta pengaruh *psychological detachment* dan lingkungan kerja digital, baik secara parsial maupun simultan, terhadap kinerja karyawan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif yang meliputi analisis koefisien korelasi sederhana dan berganda, koefisien determinasi, analisis regresi linier sederhana dan berganda, uji t, dan uji F. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel *psychological detachment* berada pada kategori baik, serta berpengaruh positif dan signifikan secara parsial terhadap kinerja karyawan. Variabel lingkungan kerja digital juga berada dalam kategori baik, serta berpengaruh positif dan signifikan secara parsial terhadap kinerja karyawan. Secara simultan, *psychological detachment* dan lingkungan kerja digital terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan Generasi Z di Cafe Kebon Djati Eatery.

Kata Kunci: *Psychological Detachment*, Lingkungan Kerja Digital, Kinerja Karyawan.