

## Pengalaman Kerja Generasi Z Dalam Dunia Kerja Digital

## Generation Z Work Experience In The Digital Workplace

Heskyel Pranata Tarigan <sup>1)</sup>  
<sup>1)</sup> Universitas Bengkulu  
Email: <sup>1)</sup> [heskytarigan8@gmail.com](mailto:heskytarigan8@gmail.com)

### How to Cite :

Tarigan. H. P., (2026). Pengalaman Kerja Generasi Z Dalam Dunia Kerja Digital. Innovative Business Management Journal. 2(2).

### ARTICLE HISTORY

Received [20 April 2026]

Revised [23 Mei 2026]

Accepted [25 Mei 2026]

### KEYWORDS

Generation Z, Work Experience, Digital Workplace.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami secara mendalam pengalaman kerja Generasi Z (Gen Z) dalam dunia kerja digital, khususnya di lingkungan media online lokal bengkuluekspress.com. Generasi Z, yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012, merupakan generasi pertama yang tumbuh sepenuhnya dalam ekosistem digital, sehingga cara mereka memaknai, menjalani, dan merespons dunia kerja digital menjadi subjek yang menarik dan penting untuk diteliti. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi Moustakas (1994), yang berfokus pada penggalian esensi pengalaman hidup para informan. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi partisipatif, dan dokumentasi. Informan terdiri dari tujuh karyawan Gen Z bengkuluekspress.com yang dipilih secara purposive sampling. Hasil penelitian mengungkapkan tiga tema utama dari pengalaman kerja Gen Z: (1) adaptasi cepat terhadap teknologi digital sebagai modal utama, (2) fleksibilitas kerja sebagai nilai yang sangat dihargai namun juga menantang, dan (3) pencarian makna dan identitas profesional di tengah tekanan kecepatan informasi digital. Temuan ini memberikan kontribusi penting bagi pemahaman tentang dinamika kerja generasi digital dan implikasinya bagi manajemen media digital di tingkat lokal.

### ABSTRACT

*This study aims to explore and deeply understand the work experience of Generation Z (Gen Z) in the digital workplace, particularly in the local online media environment of bengkuluekspress.com. Generation Z, born between 1997 and 2012, is the first generation to grow up entirely within a digital ecosystem, making how they interpret, navigate, and respond to the digital work environment a compelling and important subject of inquiry. This research employs a qualitative approach using Moustakas's (1994) phenomenological method, which focuses on uncovering the essence of the lived experiences of informants. Data were collected through in-depth interviews, participatory observation, and documentation. Informants consisted of seven Gen Z employees of bengkuluekspress.com selected through purposive sampling. The findings reveal three main themes from Gen Z's work experiences: (1) rapid adaptation to digital technology as the primary capital, (2) work flexibility as a highly valued yet challenging principle, and (3) the search for meaning and professional identity amid the pressures of digital information speed. These findings contribute significantly to understanding the dynamics of the digital generation workforce and their implications for local digital media management.*

## PENDAHULUAN

Dunia kerja saat ini tengah mengalami transformasi yang belum pernah terjadi sebelumnya, didorong oleh perkembangan teknologi digital yang bergerak dengan sangat cepat. Perubahan ini tidak hanya memengaruhi cara organisasi beroperasi, tetapi juga mengubah secara fundamental bagaimana individu memaknai dan menjalani pengalaman kerja mereka. Di tengah arus perubahan ini, muncul

kelompok angkatan kerja baru yang dikenal sebagai Generasi Z, yaitu mereka yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012 dan tumbuh sepenuhnya dalam era digital.

Generasi Z merupakan generasi pertama yang tidak pernah mengenal dunia tanpa internet, media sosial, dan teknologi pintar. Berbeda dengan generasi sebelumnya yang harus beradaptasi dengan perubahan digital, Gen Z telah menginternalisasi teknologi sebagai bagian tidak terpisahkan dari identitas dan kehidupan mereka sejak dini. Karakteristik ini membawa implikasi yang signifikan terhadap cara mereka memasuki, memaknai, dan menjalani dunia kerja, khususnya di lingkungan yang sarat dengan teknologi digital. Industri media online merupakan salah satu sektor yang paling awal dan paling intensif mengalami transformasi digital. Di Kota Bengkulu, *bengkuluekspress.com* hadir sebagai salah satu media online lokal terkemuka yang menjadi wadah bagi banyak profesional muda dari kalangan Gen Z untuk memulai dan mengembangkan karir mereka. Sebagai media digital, *bengkuluekspress.com* menuntut karyawannya untuk memiliki kompetensi digital yang tinggi, kemampuan beradaptasi yang cepat, dan ketahanan mental dalam menghadapi tekanan kecepatan penyebaran informasi.

Namun demikian, meskipun Gen Z dikenal sebagai generasi yang melek digital, pengalaman kerja mereka di lingkungan media online tidak selalu berjalan mulus. Berbagai tantangan seperti tekanan tenggat waktu yang ketat, overload informasi, dilema antara kecepatan dan akurasi berita, serta persoalan keseimbangan kehidupan kerja menjadi bagian dari keseharian yang harus mereka hadapi. Pengalaman-pengalaman ini, baik yang menyenangkan maupun yang menantang, membentuk persepsi, sikap, dan identitas profesional Gen Z dalam dunia kerja digital. Kajian mendalam mengenai pengalaman kerja Gen Z di media online lokal seperti *bengkuluekspress.com* masih sangat terbatas dalam literatur akademik Indonesia, khususnya yang menggunakan pendekatan fenomenologis. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengali secara mendalam esensi pengalaman kerja Gen Z di lingkungan kerja digital media lokal Bengkulu.

## LANDASAN TEORI

### Generasi Z

Generasi Z, yang sering disebut juga sebagai *iGeneration*, *Post-Millennials*, atau *Zoomers*, didefinisikan sebagai individu yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012 (Dimock, 2019). Generasi ini tumbuh dalam era proliferasi smartphone, media sosial, dan konektivitas internet yang hampir tanpa batas. Berbeda dengan Milenial yang mengalami transisi ke era digital, Gen Z adalah generasi yang lahir ke dalam ekosistem digital yang sudah matang. Twenge (2017) mendeskripsikan Gen Z sebagai generasi yang sangat terhubung secara digital namun paradoksnya juga lebih rentan terhadap masalah kesehatan mental dibandingkan generasi sebelumnya. Penggunaan media sosial yang intens, tekanan untuk selalu terhubung, dan paparan informasi yang tanpa henti berkontribusi pada tingkat kecemasan dan depresi yang lebih tinggi di kalangan Gen Z. Hal ini menjadi salah satu dimensi penting yang perlu dipahami dalam konteks pengalaman kerja mereka. Dalam konteks dunia kerja, Gen Z dikenal memiliki beberapa karakteristik distingtif. Mereka cenderung menginginkan fleksibilitas kerja, kebermaknaan dalam pekerjaan, umpan balik yang cepat dan berkelanjutan, serta peluang pengembangan diri yang nyata. Puiu (2016) mencatat bahwa Gen Z lebih pragmatis dan realistis dibandingkan Milenial, serta memiliki kecenderungan yang lebih kuat terhadap kewirausahaan dan independensi dalam bekerja.

### Dunia Kerja Digital

Dunia kerja digital merujuk pada ekosistem pekerjaan yang dimediasi, diorganisasi, dan dijalankan melalui teknologi digital. Cascio dan Montealegre (2016) mendefinisikan dunia kerja digital sebagai lingkungan kerja di mana teknologi informasi dan komunikasi menjadi infrastruktur utama yang memungkinkan pelaksanaan tugas, koordinasi tim, dan penyampaian hasil kerja. Dalam lingkungan ini, batas-batas tradisional antara waktu kerja dan waktu pribadi, antara kantor fisik dan ruang virtual, semakin kabur. Industri media online merupakan salah satu manifestasi paling nyata dari dunia kerja digital. Karyawan media online dituntut untuk beroperasi dalam ritme yang sangat cepat, menghasilkan konten yang akurat dan menarik dalam waktu yang sangat singkat, serta terus memantau perkembangan informasi secara real-time. Tuntutan ini menciptakan dinamika kerja yang unik dan berbeda dari sektor-sektor lainnya. Singer (2011) mengidentifikasi bahwa jurnalisme digital telah mengubah secara fundamental peran dan identitas profesional jurnalis. Konvergensi media, multitasking, dan tuntutan untuk menjadi *journalist* sekaligus *content creator*, *social media manager*, dan *data analyst* menciptakan beban kerja yang kompleks namun juga membuka peluang kreatif yang lebih luas bagi para profesional media digital.

### **Pengalaman Kerja dalam Perspektif Fenomenologi**

Pengalaman kerja dalam perspektif fenomenologi dipahami sebagai totalitas persepsi, perasaan, pemikiran, dan makna yang dikonstruksi oleh individu dalam menjalani aktivitas pekerjaannya. Husserl (1913/1983), sebagai bapak fenomenologi modern, menekankan bahwa pengalaman hidup (lived experience) harus dipahami dari sudut pandang subjek yang mengalaminya, bukan dari perspektif eksternal yang objektif dan terlepas dari konteks. Van Manen (1990) mengembangkan pendekatan fenomenologi hermeneutik yang secara khusus relevan untuk memahami pengalaman dalam konteks pendidikan dan kerja. Menurut Van Manen, pengalaman hidup memiliki empat dimensi fundamental, yaitu temporalitas (pengalaman waktu), spasialitas (pengalaman ruang), korporealitas (pengalaman tubuh), dan relasionalitas (pengalaman relasi dengan orang lain). Keempat dimensi ini saling berinteraksi dalam membentuk totalitas pengalaman kerja seseorang. Moustakas (1994) mengembangkan metode fenomenologi transendental yang menekankan pentingnya epoche atau bracketing, yaitu proses peneliti menyingkirkan sementara asumsi dan pengalaman pribadinya agar dapat menangkap esensi pengalaman informan secara lebih murni. Pendekatan ini sangat relevan untuk memahami pengalaman kerja Gen Z yang mungkin sangat berbeda dari pengalaman generasi-generasi sebelumnya.

## **METODE PENELITIAN**

### **Metode Analisis**

Analisis data dalam penelitian fenomenologi ini mengikuti langkah-langkah yang dikemukakan oleh Moustakas (1994), yang dikenal sebagai Modification of the Van Kaam Method, dengan tahapan sebagai berikut: Pertama, Epoche. Peneliti melakukan proses bracketing, yaitu menyingkirkan sementara pengalaman, asumsi, dan prasangka pribadi terhadap fenomena yang diteliti. Hal ini dilakukan agar peneliti dapat mendekati data dengan pikiran yang terbuka dan tidak terkontaminasi oleh bias personal. Kedua, Deskripsi Fenomenologis. Peneliti membuat deskripsi rinci dan mendalam tentang pengalaman masing-masing informan berdasarkan transkrip wawancara dan catatan observasi. Deskripsi ini berupaya untuk merepresentasikan pengalaman informan sebagaimana adanya, tanpa interpretasi berlebihan dari peneliti. Ketiga, Reduksi Fenomenologis dan Variasi Imajinatif. Peneliti mengidentifikasi pernyataan-pernyataan bermakna (significant statements) dari setiap deskripsi, kemudian mengelompokkannya ke dalam tema-tema. Selanjutnya, peneliti menggunakan variasi imajinatif untuk mengeksplorasi berbagai kemungkinan makna dari setiap tema yang teridentifikasi. Keempat, Sintesis Esensi Makna. Peneliti mengintegrasikan deskripsi tekstural (apa yang dialami) dan deskripsi struktural (bagaimana pengalaman itu dialami) untuk menghasilkan deskripsi esensi pengalaman secara keseluruhan yang merepresentasikan pengalaman kolektif para informan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **Adaptasi Cepat sebagai Modal Utama**

Seluruh informan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa kemampuan beradaptasi secara cepat terhadap perubahan teknologi dan tuntutan platform digital merupakan modal paling fundamental dalam menjalani pekerjaan di *bengkuluekspress.com*. Pengalaman ini menggambarkan bagaimana Gen Z menghadapi dunia kerja digital bukan sebagai sebuah tantangan asing, melainkan sebagai perpanjangan alamiah dari kehidupan digital yang sudah mereka jalani sejak kecil. Salah satu informan, seorang reporter digital berusia 23 tahun, menggambarkan pengalamannya: "Waktu pertama masuk, saya tidak terlalu kaget dengan sistemnya. Yang lebih butuh waktu adalah memahami ritme kerja medianya. Teknologinya sendiri terasa familiar, tapi cara menggunakannya untuk kepentingan jurnalistik itu yang perlu dipelajari lebih dalam."

Adaptasi yang dimaksud oleh para informan tidak hanya mencakup penguasaan alat atau platform digital, tetapi juga melibatkan penyesuaian pola pikir, ritme kerja, dan cara berkomunikasi. Informan lain, seorang manajer media sosial berusia 25 tahun, menjelaskan: "Di sini kamu harus bisa berpikir seperti algoritma. Kamu harus tahu kapan konten akan dibaca, apa yang sedang trending, bagaimana cara judul yang membuat orang mau klik. Itu semua perlu proses adaptasi yang tidak instan, meskipun kita sudah terbiasa pakai media sosial sejak SMP." Menariknya, beberapa informan mengidentifikasi adanya gap antara penggunaan teknologi digital dalam konteks personal dan profesional. Mereka merasakan bahwa meskipun secara teknis mereka sudah familiar dengan berbagai platform digital, penggunaan dalam konteks kerja memerlukan dimensi tambahan berupa akuntabilitas, akurasi, dan konsistensi yang tidak selalu mereka temukan dalam penggunaan personal.

### **Fleksibilitas Kerja antara Kebebasan dan Tekanan**

Tema kedua yang muncul secara konsisten dari pengalaman informan adalah ambivalensi terhadap fleksibilitas kerja. Di satu sisi, fleksibilitas dalam hal waktu dan tempat kerja merupakan salah satu aspek yang paling dihargai oleh para informan Gen Z di *bengkuluekspres.com*. Di sisi lain, fleksibilitas tersebut juga menghadirkan tantangan berupa sulitnya memisahkan antara waktu kerja dan waktu pribadi.

Seorang editor konten berusia 24 tahun mengungkapkan pengalamannya dengan penuh ambivalensi: "Yang saya suka dari kerja di media online itu kebebasannya. Saya bisa kerja dari mana saja, jam kerja tidak terlalu kaku. Tapi yang susahnya, notifikasi itu tidak pernah berhenti. Tengah malam pun bisa ada breaking news yang harus segera ditangani. Rasanya seperti tidak pernah benar-benar off." Pengalaman selalu terhubung ini dirasakan oleh hampir semua informan sebagai salah satu tantangan terbesar dalam bekerja di media digital. Konsep *always-on* yang menjadi karakteristik dunia kerja digital menciptakan apa yang oleh beberapa informan disebut sebagai 'kelelahan digital', yaitu kelelahan yang bukan semata fisik tetapi juga mental, yang muncul dari paparan terus-menerus terhadap informasi, notifikasi, dan tuntutan respons cepat. Meskipun demikian, para informan juga mengidentifikasi sisi positif dari fleksibilitas kerja ini. Beberapa informan menyebutkan bahwa fleksibilitas waktu dan tempat kerja memungkinkan mereka untuk lebih kreatif, lebih produktif pada jam-jam tertentu yang sesuai dengan ritme biologis mereka, dan memiliki otonomi yang lebih besar dalam menentukan cara menyelesaikan pekerjaan.

### **Pencarian Makna dan Identitas Profesional**

Tema ketiga yang muncul dari analisis data adalah pengalaman Gen Z dalam mencari dan membangun makna serta identitas profesional di tengah dinamika dunia kerja digital yang serba cepat. Berbeda dari stereotip yang sering menggambarkan Gen Z sebagai generasi yang hanya mementingkan gaji dan instan, para informan dalam penelitian ini justru mengungkapkan kerinduan yang mendalam terhadap pekerjaan yang bermakna dan memberikan dampak nyata. Seorang reporter berusia 22 tahun mengungkapkan: "Saya kerja di sini bukan semata-mata karena gajinya. Saya merasa apa yang saya tulis bisa membuat perbedaan bagi masyarakat Bengkulu. Ada kepuasan tersendiri ketika liputan saya membuat kebijakan berubah atau membuat masyarakat lebih sadar akan suatu isu."

Namun, perjalanan menuju pemaknaan ini tidak selalu mudah. Tekanan untuk menghasilkan konten dalam jumlah banyak dan waktu yang singkat sering kali berbenturan dengan keinginan untuk menghasilkan karya jurnalistik yang mendalam dan berkualitas. Beberapa informan mengungkapkan dilema antara memenuhi tuntutan kuantitas konten demi trafik website dan keinginan untuk menghasilkan tulisan yang benar-benar bermakna. Proses pembentukan identitas profesional juga menjadi bagian penting dari pengalaman informan. Para informan menggambarkan bagaimana mereka secara bertahap menemukan gaya jurnalistik mereka sendiri, membangun jaringan narasumber, dan mengembangkan kepekaan editorial yang tidak bisa diperoleh hanya dari pendidikan formal. Pengalaman kerja di media digital memberikan ruang bagi mereka untuk bereksperimen, belajar dari kesalahan, dan secara organik membentuk identitas mereka sebagai profesional media.

### **Kolaborasi dan Komunitas Digital**

Tema keempat yang muncul, meskipun tidak sekuat tiga tema sebelumnya, adalah pengalaman Gen Z dalam membangun kolaborasi dan komunitas di lingkungan kerja digital. Para informan menggambarkan bagaimana kerja di redaksi digital menciptakan dinamika tim yang unik, di mana batas-batas hierarki menjadi lebih cair dan komunikasi berlangsung secara lebih egaliter dibandingkan model organisasi tradisional. Seorang desainer grafis berusia 26 tahun menceritakan: "Di sini semua orang bisa langsung berinteraksi tanpa perlu formalitas berlebihan. Kalau saya punya ide untuk packaging konten, saya bisa langsung ngobrol dengan reporter-nya. Tidak perlu lewat banyak jalur birokrasi. Itu yang membuat saya merasa nyaman bekerja di lingkungan seperti ini." Meskipun demikian, beberapa informan juga mengidentifikasi tantangan dalam kolaborasi di lingkungan kerja digital, khususnya terkait koordinasi jarak jauh dan potensi miskomunikasi yang timbul akibat ketergantungan pada komunikasi berbasis teks melalui aplikasi pesan instan. Kebutuhan akan interaksi tatap muka yang bermakna juga muncul sebagai salah satu aspek yang dirasakan kurang terpenuhi dalam ekosistem kerja digital.

## **Pembahasan**

### **Adaptasi Digital sebagai Habitus Generasional**

Temuan mengenai adaptasi cepat Gen Z terhadap teknologi digital sejalan dengan konsep habitus yang dikembangkan oleh Bourdieu (1990). Kemampuan adaptasi digital yang relatif mudah bagi Gen Z bukan semata-mata merupakan kemampuan teknis yang dipelajari, melainkan merupakan habitus atau disposisi yang telah tertanam dalam diri mereka melalui proses sosialisasi digital sejak masa kanak-

kanak. Gen Z tidak hanya menggunakan teknologi; mereka berpikir, merasakan, dan memahami dunia melalui lensa digital. Namun temuan ini juga mengungkap nuansa penting yang sering terlewatkan dalam diskursus tentang kompetensi digital Gen Z, yaitu perbedaan antara literasi digital personal dan literasi digital profesional. Meskipun Gen Z tumbuh sebagai pengguna teknologi yang fasih, penerapan kompetensi tersebut dalam konteks profesional memerlukan lapisan kompetensi tambahan yang tidak datang secara otomatis dari penggunaan sehari-hari. Temuan ini sejalan dengan pandangan Eshet-Alkalai (2004) yang membedakan antara penggunaan teknologi yang superfisial dan literasi digital yang sejati.

### **Paradoks Fleksibilitas dalam Era *Always-On***

Ambivalensi yang dirasakan oleh informan terhadap fleksibilitas kerja mencerminkan apa yang oleh Gregg (2011) disebut sebagai *'work's intimacy'*, yaitu kondisi di mana pekerjaan merasuki dan menyelinap ke dalam seluruh aspek kehidupan personal akibat kemampuan teknologi digital untuk menghapus batas antara ruang publik dan privat, antara waktu kerja dan waktu istirahat. Pengalaman 'tidak pernah benar-benar off' yang diungkapkan oleh para informan merupakan manifestasi dari kondisi ini. Menariknya, meskipun Gen Z dikenal sebagai generasi yang sangat terhubung secara digital, mereka justru menunjukkan kesadaran yang tinggi terhadap dampak negatif dari keterhubungan berlebihan ini. Hal ini konsisten dengan temuan Twenge (2017) yang menunjukkan bahwa Gen Z, meskipun sangat aktif di dunia digital, juga menunjukkan tingkat kecemasan dan burnout yang lebih tinggi dibandingkan generasi sebelumnya pada usia yang sama. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya kebijakan digital wellness dan pengaturan batasan yang sehat dalam manajemen SDM media digital.

### **Makna Kerja dan Identitas dalam Perspektif Fenomenologi**

Pencarian makna dan identitas profesional yang diungkapkan oleh informan mencerminkan konsep authenticity dalam teori eksistensial. Para informan menginginkan pekerjaan yang tidak hanya secara fungsional memenuhi kebutuhan ekonomi, tetapi juga secara eksistensial berkontribusi pada pembentukan identitas dan makna hidupnya. Temuan ini konsisten dengan penelitian Lyons et al. (2015) yang menunjukkan bahwa Gen Z sangat menghargai kebermaknaan pekerjaan dan dampak sosial dari karir mereka. Dari perspektif fenomenologis, proses pencarian makna yang digambarkan oleh informan sejalan dengan konsep intentionality Husserl, yaitu kesadaran selalu terarah pada sesuatu. Dalam konteks kerja, intentionality ini termanifestasi dalam orientasi informan terhadap dampak nyata dari pekerjaan mereka. Bagi para informan, pekerjaan bukan sekadar serangkaian tugas yang harus diselesaikan, melainkan sebuah medium untuk mengaktualisasikan nilai-nilai dan kontribusi mereka kepada masyarakat.

Dilema antara kuantitas dan kualitas konten yang dirasakan oleh informan juga merupakan refleksi dari tegangan yang lebih besar antara logika pasar digital yang mengutamakan trafik dan klik, dengan etika jurnalistik yang mengutamakan kedalaman, akurasi, dan dampak sosial. Tegangan ini bukan semata-mata persoalan individual Gen Z, melainkan merupakan persoalan struktural yang dihadapi oleh seluruh industri media digital di era post-truth.

### **Implikasi bagi Manajemen Media Digital Lokal**

Temuan penelitian ini memiliki beberapa implikasi penting bagi manajemen bengkuluekspress.com dan media digital lokal pada umumnya. Pertama, manajemen perlu merancang program onboarding yang tidak hanya berfokus pada penguasaan teknis platform digital, tetapi juga pada pengembangan literasi digital profesional yang mencakup dimensi etika, akuntabilitas, dan pemikiran kritis jurnalistik. Kedua, kebijakan kerja yang mengakui dan mengelola risiko burnout digital perlu diimplementasikan secara serius. Penetapan batas waktu komunikasi digital yang jelas, promosi budaya istirahat yang sehat, dan program digital wellness merupakan langkah-langkah konkret yang dapat diambil oleh manajemen untuk menjaga kesehatan mental dan produktivitas jangka panjang karyawan Gen Z. Ketiga, penciptaan ruang bagi karyawan Gen Z untuk mengekspresikan kreativitas dan menghasilkan konten yang bermakna, tidak hanya yang berorientasi pada trafik semata, merupakan strategi retensi yang efektif. Gen Z yang merasa pekerjaannya bermakna dan memberikan dampak nyata cenderung lebih loyal dan lebih produktif dalam jangka panjang.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut: Pertama, pengalaman kerja Generasi Z di bengkuluekspress.com ditandai oleh empat tema fenomenologis utama, yaitu: adaptasi cepat sebagai modal generasional, ambivalensi

terhadap fleksibilitas kerja dalam ekosistem always-on, pencarian makna dan identitas profesional yang autentik, serta dinamika kolaborasi dalam komunitas kerja digital. Keempat tema ini saling berinteraksi dalam membentuk totalitas pengalaman kerja Gen Z di lingkungan media online lokal. Kedua, meskipun Gen Z dikenal sebagai generasi yang melek digital, pengalaman mereka di dunia kerja digital mengungkap adanya gap antara literasi digital personal dan literasi digital profesional. Adaptasi ke lingkungan kerja digital memerlukan pengembangan kompetensi tambahan yang melampaui sekadar penguasaan teknis platform dan aplikasi.

Ketiga, fleksibilitas kerja yang menjadi salah satu keunggulan lingkungan kerja digital juga membawa paradoks berupa kesulitan memisahkan antara waktu kerja dan waktu pribadi, yang berpotensi mengakibatkan kelelahan digital dan burnout jika tidak dikelola dengan baik oleh individu maupun organisasi. Keempat, Gen Z dalam penelitian ini menunjukkan orientasi yang kuat terhadap makna dan dampak sosial dari pekerjaan mereka, bertentangan dengan stereotip yang menggambarkan generasi ini sebagai generasi yang dangkal dan berorientasi instan semata.

## Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian, beberapa saran dapat dikemukakan. Bagi manajemen bengkuluekspres.com, disarankan untuk mengembangkan program pengembangan kompetensi digital profesional yang terstruktur, menerapkan kebijakan digital wellness yang konkret, dan menciptakan ruang bagi karyawan untuk menghasilkan konten yang bermakna. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperluas subjek penelitian ke media online lokal lain di Bengkulu atau melakukan studi komparatif antar generasi untuk mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif. Bagi institusi pendidikan, temuan ini menyarankan perlunya kurikulum yang lebih menekankan pada literasi digital profesional, etika jurnalisisme digital, dan manajemen kesehatan mental di era kerja digital..

## DAFTAR PUSTAKA

- Bourdieu, P. (1990). *The Logic of Practice*. Stanford University Press.
- Bowman, S., & Willis, C. (2003). *We Media: How Audiences are Shaping the Future of News and Information*. The Media Center at the American Press Institute.
- Cascio, W. F., & Montealegre, R. (2016). How technology is changing work and organizations. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 3(1), 349-375.
- Creswell, J. W. (2013). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (3rd ed.). Sage Publications.
- Dimock, M. (2019). *Defining generations: Where Millennials end and Generation Z begins*. Pew Research Center.
- Eshet-Alkalai, Y. (2004). Digital literacy: A conceptual framework for survival skills in the digital era. *Journal of Educational Multimedia and Hypermedia*, 13(1), 93-106.
- Gregg, M. (2011). *Work's Intimacy*. Polity Press.
- Husserl, E. (1983). *Ideas Pertaining to a Pure Phenomenology and to a Phenomenological Philosophy* (F. Kersten, Trans.). Martinus Nijhoff. (Original work published 1913).
- Lyons, S., Urick, M., Kuron, L., & Schweitzer, L. (2015). Generational differences in the workplace: There is complexity beyond the stereotypes. *Industrial and Organizational Psychology*, 8(3), 346-356.
- Moustakas, C. (1994). *Phenomenological Research Methods*. Sage Publications.
- Puiu, S. (2016). Generation Z – A new type of consumers. *Young Economists Journal*, 13(26), 67-78.
- Singer, J. B. (2011). Journalism in a network. In M. Deuze (Ed.), *Managing Media Work* (pp. 103-109). Sage Publications.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Twenge, J. M. (2017). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy – and Completely Unprepared for Adulthood*. Atria Books.
- Van Manen, M. (1990). *Researching Lived Experience: Human Science for an Action Sensitive Pedagogy*. State University of New York Press.