

# 39\_Cyberloafing di tempat kerja\_Merugikan atau menguntungkan\_2016 Psikologi dan Teknologi Informasi

*by* Seger Handoyo

---

**Submission date:** 29-Sep-2019 02:47PM (UTC+0800)

**Submission ID:** 1182093071

**File name:** an\_atau\_menguntungkan\_2016\_Psikologi\_dan\_Teknologi\_Informasi.pdf (5.24M)

**Word count:** 9888

**Character count:** 67444

Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa

2

# Psikologi dan Teknologi Informasi

Review



HIMPUNAN PSIKOLOGI INDONESIA

Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa

2

# Psikologi dan Teknologi Informasi

HIMPUNAN PSIKOLOGI INDONESIA

**Psikologi dan Teknologi Informasi**

(Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa 2)

**ISBN 978-602-96634-4-0**

Editor:

1. J. Seno Aditya Utama
2. Juneman Abraham
3. Tjipto Susana
4. Ilham Nur Alfian
5. A. Supratiknya

**Perpustakaan Nasional RI. Data Katalog dalam Terbitan (KDT)**

Psikologi dan Teknologi Informasi / editor, J. Seno Aditya Utama ... (et. al.).

-- Jakarta: Himpunan Psikologi Indonesia, 2016.

xxx+ 516 ; 17 x 25 cm. -- (Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi Untuk Bangsa 2)

ISBN 978-602-96634-4-0

1. Psikologi Terapan. 2. Teknologi Informasi. I. Seno Aditya Utama, J. II. Seri.

158

Perwajahan sampul; Pius Sigit

Hak cipta dilindungi oleh Undang Undang.

Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penulis atau Penerbit.

Cetakan Pertama, Oktober, 2016

Penerbit:



**HIMPSI**

Himpunan Psikologi Indonesia

Jl. Kebayoran Baru No.85B

Kebayoran Lama, Velbak,

Jakarta 12240 Indonesia

Telp./Fax.: 021-72801625

Website: [himpsi.or.id](http://himpsi.or.id)

Email: [sekretariatpp\\_himpsi@yahoo.co.id](mailto:sekretariatpp_himpsi@yahoo.co.id), [sekretariat.pp@himpsi.or.id](mailto:sekretariat.pp@himpsi.or.id)

## **Hidup Kita di Era Digital:** Sebuah Pengantar

**K**endati sudah menjadi bagian hidup kita selama bertahun-tahun terakhir khususnya sejak dasawarsa 1970-an saat untuk pertama kali fasilitas telepon berhasil diintegrasikan dengan Internet sebagai media komunikasi, dilanjutkan dengan munculnya Usenet groups pada awal dasawarsa 1980-an dan e-mail pada akhir dasawarsa 1980-an, dilanjutkan dengan munculnya World Wide Web untuk pertama kali pada 1991 dan aneka search engines, portals, dan situs-situs e-commerce pada akhir dasawarsa 1990-an, dan lahirnya aneka blogs dan jejaring sosial memasuki dasawarsa 2000-an (Palfrey & Gasser, 2008), namun harus diakui bahwa dampak luar biasa dari kehadiran teknologi informasi dan komunikasi dengan segala bentuk fiturnya itu baru benar-benar kita sadari kemarin bahkan bagi sebagian dari kita mungkin baru hari ini. Kehadiran buku kedua Seri Sumbangan Pemikiran bagi Bangsa HIMPUNAN PSIKOLOGI INDONESIA (HIMPSI) berjudul “Psikologi dan Teknologi Informasi” saat ini kiranya bisa kita jadikan sebagai sejenis bukti, dalam arti bahwa tema tersebut de facto baru menjadi perhatian komunitas Psikologi di Indonesia tahun ini. Selain itu, keluar-biasaan dari dampak yang ditimbulkan oleh teknologi itu pun sepertinya tidak bisa sepenuhnya kita antisipasi sebelumnya, terbukti dari keterkejutan kita pada demam memainkan game atau permainan “Pokemon-Go” yang melanda masyarakat kita dan masyarakat dunia seumumnya sejak permainan itu diunggah ke dunia maya awal bulan Juli 2016 yang lalu.

## Being Digital, Born Digital!

Di tingkat global konon salah satu bacaan perintis yang mengulas peluang sekaligus ancaman dari kehadiran era baru teknologi informasi dan komunikasi ini adalah buku berjudul *Being Digital* karya **Nicholas Negroponte**, seorang dosen sekaligus *founding director* atau kepala sekaligus pendiri *Media Lab* di *Massachusetts Institute of Technology*, Amerika Serikat (Gill, 2015). Buku setebal 243 halaman ini sudah terbit pada tahun 1995 di New York oleh penerbit Alfred A. Knopf. Menurut pengarang, era penyebaran informasi lewat atom berupa koran, buku atau media tradisional lain telah digeser oleh *bit*, yaitu unsur terkecil DNA informasi yang tidak berwarna, tidak memiliki ukuran atau berat dan mampu bergerak dengan kecepatan cahaya berupa *digit* yang secara sederhana bisa dimaknai sebagai bilangan 1 atau 0. Inilah buku yang pertama kali mendeklarasikan akhir dari era analog, digantikan oleh era digital (Song, 2009).

Salah satu ciri penting *bit* adalah sifatnya yang sangat mudah berbaur atau bercampur serta bisa digunakan dan digunakan kembali baik secara bersama-sama maupun secara terpisah. Sebagai contoh, percampuran antara audio atau bunyi, video atau gambar, dan data menghasilkan apa yang kita kenal sebagai multimedia, yang bukan lain adalah perbauran sedemikian rupa antara ribuan bahkan mungkin jutaan *bits*. Itulah inti perkembangan teknologi informasi mutakhir, yaitu perubahan dari atom ke *bits* yang tidak mungkin lagi dibatalkan maupun dibendung. Selain mampu menyalurkan atau menyebarkan informasi dalam jumlah luar biasa besar dalam suatu ketika jenis komunikasi digital atau berbasis digit ini juga berdampak mengubah cara kita menghayati waktu dan ruang serta cara kita menjalin relasi dengan orang lain khususnya berkat kehadiran mesin pintar yang bernama komputer. Keberadaan kita di lokasi tertentu menjadi tidak terlalu penting sesudah digantikan oleh alamat *e-mail*, sebaliknya berbagai lokasi geografis lain di seantero bumi dapat dengan mudah dan cepat kita hadirkan di hadapan kita secara *virtual* melalui komputer. Bahkan komputer akan berkembang sedemikian rupa sehingga mampu hadir menyerupai manusia. Akibatnya, dalam waktu tidak lama di masa mendatang, kita akan lebih banyak berkomunikasi dengan komputer ketimbang dengan orang lain untuk memenuhi aneka kebutuhan kita. Tentu saja Negroponte sejak dini

sudah mengingatkan, bahwa selain menawarkan aneka bentuk kemudahan dan kenyamanan setiap teknologi sekaligus juga memiliki sisi gelap tak terkecuali teknologi digital.

**John Palfrey**, seorang pakar media dan direktur pusat kajian internet dan masyarakat di Universitas Harvard, dan **Urs Gasser**, rekan John di pusat kajian yang sama sekaligus guru besar di Sekolah Hukum Universitas Harvard, melalui buku yang mereka tulis bersama berjudul *Born Digital: Understanding the First Generation of Digital Natives* (Basic Books, 2008), termasuk para tokoh perintis yang mencoba memaparkan manfaat sekaligus mudarat dari kehadiran teknologi informasi sebagaimana sudah disinggung oleh Negroponte. Menurut kedua pengarang, ada 12 (dua belas) wilayah perkara yang harus dihadapi sebagai tantangan baru sebagai dampak kehadiran teknologi digital sosial khususnya oleh generasi yang lahir sesudah dasawarsa 1980-an dan yang mereka sebut sebagai *Digital Natives* atau generasi yang lahir di era digital.

*Pertama*, perkara *identitas*. Sebagai generasi yang lebih banyak menghabiskan waktu terhubung dengan teman-teman secara *online*, mereka berisiko mengalami kesenjangan yang lebar antara identitas personal dan identitas sosial mereka. Kendati mereka bisa mengubah banyak aspek dari identitas personal mereka secara cepat dan mudah sesuai pengalaman pribadi mereka, namun mungkin mereka tidak akan pernah mampu mengubah identitas sosial yang terlanjur pernah mereka unggah dalam media sosial. Akibatnya, generasi digital membentuk dan mengkomunikasikan aneka identitas secara serentak melalui hubungan sosial di dunia nyata dan dunia maya, sehingga identitas mereka lebih merupakan mozaik yang terdiri dari aneka representasi tentang diri mereka yang mudah berubah-ubah dengan akibat lebih lanjut tidak memberikan kepastian rasa aman (Palfrey & Gasser, 2008).

*Kedua*, perkara kontrol atas keterangan pribadi. Khususnya akibat aktivitas *online*-nya yang sangat intens terkait kehidupan pribadinya melalui media sosial, tanpa disadari individu dalam era digital telah merelakan berbagai informasi tentang dirinya terunggah dan boleh jadi akan tersimpan secara abadi dalam dunia maya yang terbuka secara bebas bagi siapa pun yang ingin mengaksesnya. Selanjutnya informasi pribadi itu dapat dimanfaatkan oleh berbagai

pihak entah dengan tujuan baik atau jahat, namun yang pasti adalah demi kepentingan si pemakai dan jarang sekali demi kepentingan orang yang bersangkutan, si pemilik informasi pribadi itu. Di situlah masalahnya, dalam era digital ini keputusan tentang penggunaan informasi pribadi berada di tangan pihak yang memiliki kuasa atas informasi itu dan sangat mungkin penguasa itu justru bukan orang yang bersangkutan (Palfrey & Gasser, 2008).

*Ketiga*, perkara privasi atau kebebasan-keleluasaan pribadi. Privasi adalah situasi saat seseorang merasa sepenuhnya berada seorang diri, bebas dari kehadiran maupun pengamatan oleh orang lain. Privasi sesungguhnya juga merupakan sejenis hak dasar, yaitu hak seseorang untuk merasa bebas dari kemungkinan dicampuri urusannya oleh orang lain. Maka, lazimnya kita hanya rela menyerahkan atau mengkompromikan privasi kita kepada orang atau pihak lain yang kita percaya. Masalah yang berlangsung di dunia maya, kebanyakan orang terutama anak muda generasi digital mengira bahkan berkeyakinan bahwa ruang pribadi mereka di dunia maya itu memiliki tingkat privasi jauh melebihi yang sesungguhnya. Karena melakukan *chat* atau *update* status tengah malam saat semua orang sudah lelap dan di dalam kamar pribadinya, orang mengira bahwa obrolan atau *posting* yang dia unggah di media sosial itu bersifat sangat privat dan aman. Kenyataannya, dunia maya merupakan ruang yang bebas terbuka dan *identity theft* atau pencurian identitas dan kemungkinan penyalahgunaan informasi pribadi untuk tujuan-tujuan yang mungkin sangat merugikan pemiliknya terbuka sangat lebar (Palfrey & Gasser, 2008).

*Keempat*, perkara *safety* atau keamanan. Artinya, aktivitas orang yang intens di dunia maya sesungguhnya menempatkannya dalam posisi rentan untuk mengalami dua jenis gangguan keamanan, yaitu *psychological harm* atau kerusakan psikologis akibat terpapar pada objek audio-visual yang bisa berdampak merusak jiwa khususnya oleh mereka yang belum memiliki kesiapan-kematangan untuk menghadapinya seperti pornografi atau memperoleh pengalaman yang merusak-menyakitkan seperti *cyberbullying* atau pembulian lewat dunia maya, serta *physical harm* atau kerusakan fisik khususnya berupa kemungkinan penganiayaan fisik oleh pelaku yang mengenal

korban dari interaksi di dunia maya (Palfrey & Gasser, 2008).

*Kelima, perkara kreativitas.* Internet telah terbukti memicu dan membuka jalan bagi terjadinya ledakan kreativitas. Namun sebagaimana diingatkan oleh Palfrey dan Gasser (2008), dalam kreativitas perlu dibedakan antara “kreasi” dan “kreatif”. Kreasi meliputi semua jenis konten digital mulai dari sekadar *update* status dalam media sosial sampai sejenis klip video yang dibuat oleh pengguna aktif internet. Sebaliknya “kreatif” menunjuk pada ciri unik, bermanfaat, dan hasil pergulatan serius dari sebuah konten atau produk yang dihasilkan oleh seseorang baik diunggah dalam internet maupun tidak. Kenyataannya kebanyakan generasi digital pengguna aktif internet adalah para “kreator” di dunia maya dalam keseharian mereka. Masalahnya, kreasi mereka itu sering merupakan petikan atau turunan dari hasil kerja kreatif dari orang lain yang sesungguhnya dilindungi oleh hak cipta. Akibatnya, pencurian gagasan atau karya, plagiarisme, bahkan rekayasa konten atau informasi yang bisa berdampak merugikan kredibilitas dan nama baik pencipta yang sesungguhnya merupakan ancaman nyata di tengah riuhnya ledakan kreativitas di dunia maya (Palfrey & Gasser 2008).

*Keenam, perkara pembajakan karya.* Sebagaimana sudah disinggung, kreasi generasi muda digital di dunia maya lazimnya berupa “remix”, yaitu potongan-potongan files digital yang diambil dari karya-karya pencipta karya seni yang sesungguhnya kemudian digabung-gabungkan sedemikian rupa sehingga menghasilkan sebuah file audio-visual baru yang didaku sebagai hasil kreativitasnya, telah menimbulkan keprihatinan serius terhadap maraknya praktik pembajakan karya di kalangan generasi digital. Praktik pengunduhan secara tidak semestinya terhadap konten atau materi berbayar di Internet khususnya berupa karya seni musik kemudian dibagikan secara bebas kepada sesama pengguna Internet, juga menambah seriusnya perkara pembajakan karya melalui dunia maya. Kiranya tidak salah ketika Palfrey dan Gasser (2008) menyatakan bahwa di balik maraknya kreativitas generasi digital sebagai arus atas dunia media digital kita, kita tidak boleh menutup mata terhadap arus bawah pelanggaran hukum yang kian menjadi praktik keseharian kita.

*Ketujuh, perkara kualitas.* Terbukanya kesempatan yang luas dan mudah bagi seseorang untuk mengunggah informasi apa saja di dunia maya di satu sisi memang memberdayakan orang yang ingin membagikan informasi yang benar tentang apa saja namun di sisi lain juga memudahkan orang yang ingin memberikan informasi yang sesat tentang hal yang sama. Kualitas informasi yang kita peroleh dari dunia maya menjadi pertarungan besar di era digital. Kita dituntut jeli dalam membedakan *hoax* atau informasi yang sengaja dibuat untuk menyesatkan orang dan kebenaran. Tentu, kita tidak boleh serta merta menyatakan bahwa informasi yang diperoleh secara *online* kurang berkualitas dibandingkan informasi yang kita peroleh dari media cetak seperti ensiklopedia atau buku referensi lain. Persoalannya, informasi yang disajikan dalam media cetak lazim melalui proses review dan editing yang dilakukan secara cukup ketat, sementara di dunia maya setiap orang dengan leluasa bisa mem-*posting* apa saja dan kapan saja tanpa perlu berkonsultasi dengan orang lain (Palfrey & Gasser, 2008).

*Kedelapan, perkara overload* atau kelebihan atau bahkan ledakan beban. Jumlah informasi yang tersedia di dunia maya luar biasa banyak, sementara kemampuan orang untuk memroses informasi yang diterimanya memiliki batas. Akibatnya, terjadi kesenjangan yang luar biasa besar antara pertumbuhan jumlah dan jenis informasi di dunia maya dan kemampuan orang untuk memperhatikan dan memroses informasi yang diterimanya. Akibatnya, jika orang tidak mampu membatasi diri dalam penggunaan internet sebagaimana lazim terjadi di kalangan generasi digital, maka ancaman gangguan tingkah laku seperti kecanduan Internet, sindrom kejenuhan informasi, dan beban kelebihan informasi yang membuat orang kesulitan membuat aneka keputusan menjadi sesuatu yang nyata (Palfrey & Gasser, 2008).

*Kesembilan, perkara agresivitas dan kekerasan.* Banyak materi di dunia maya yang digemari oleh generasi digital berisi konten kekerasan. Sebagaimana kita tahu, anak-anak mulai meniru orang lain dalam rangka belajar mengembangkn aneka bentuk tingkah laku sosial maupun lawannya, antisosial. Media yang menyajikan adegan-adegan kekerasan sebagaimana bisa ditemukan dalam banyak jenis *games* atau permainan di internet secara efektif mengajarkan kepada anak-anak cara bertindak dengan agresif. Di pihak lain, menyaksikan

kekerasan di layar komputer atau gadget merupakan pengalaman yang mengasikkan bagi kebanyakan anak. Lebih parah lagi, saat menyaksikan dan memainkan *games* yang bertema kekerasan, anak-anak itu bukan lagi berperan sekadar sebagai pengamat melainkan larut berubah menjadi partisipan aktif dalam dunia fantasi yang penuh dengan kekerasan. Alhasil, melalui internet generasi digital tidak hanya meniru melainkan belajar memerankan dan menginternalisasikan agresivitas dan kekerasan (Palfrey & Gasser, 2008).

*Kesepuluh*, perkara *inovasi* khususnya di bidang bisnis. Salah satu sisi positif penting dari era digital adalah lahirnya banyak orang muda yang melakukan inovasi atau pembaruan dalam menjalankan berbagai bisnis dengan memanfaatkan Internet. Dunia maya menyediakan sarana yang jauh lebih murah dan jauh lebih mudah untuk memulai dan menjalankan bisnis. Salah satu contoh perintis bisnis digital asal Indonesia adalah *Bellany Benedetto Budiman*, seorang desainer yang bermukim di Jakarta. Dia mulai merintis *Neuro-Design* sebuah studio desain yang antara lain menawarkan jasa desain dan produksi melalui Internet pada tahun 1998 saat masih berusia 16 tahun. Menyaksikan munculnya tokoh-tokoh inovator bisnis muda lain di banyak tempat di dunia, Palfrey dan Gasser (2008) sampai pada kesimpulan bahwa era *gerontokrasi* di mana kepemimpinan dalam organisasi bisnis maupun organisasi lain berada di tangan generasi tua atau lanjut usia benar-benar telah berakhir!

*Kesebelas*, perkara *belajar*. Kehadiran Internet dengan menyajikan ragam dan jumlah informasi yang seperti tanpa batas jelas-jelas telah mengubah cara belajar generasi digital. Konon proses belajar generasi digital melalui media Internet meliputi tiga tahap: (a) tahap *grazing* atau menjelajah, ibarat seekor mamalia yang menjelajah dan menikmati tetumbuhan di sana-sini di padang rumput informasi yang sangat luas; (b) tahap *deep-dive*, yaitu mendalami salah satu informasi atau isu yang menarik perhatian dan minatnya; dan (c) tahap mencari umpan balik dengan cara menulis *posting* dalam blog pribadi, menuliskan komentar pada blog orang lain, atau menuliskan pesan dalam milis terkait hal yang sedang didalaminya. Namun pengalaman baru belajar dengan media Internet itu sekaligus membawa sejumlah bahaya. Pertama, pembelajar generasi digital cenderung melakukan *multitask*, yaitu melakukan sejumlah kegiatan

sekaligus dalam saat bersamaan. Akibatnya, mereka cenderung kurang menaruh perhatian pada tugas pokok yang sedang dihadapi. Kedua, rentang perhatian mereka cenderung memendek. Mereka tidak menyukai sekaligus tidak mampu memusatkan perhatian pada materi yang panjang. Ketiga, munculnya budaya *copy-and-paste* dalam mengerjakan tugas-tugas yang jelas bertentangan dengan prinsip-prinsip etis yang ditanamkan dalam pendidikan (Palfrey & Gasser, 2008).

*Keduabelas* dan terakhir, perkara *aktivisme* atau partisipasi aktif dalam dunia politik. Kehadiran Internet melahirkan cara baru partisipasi dalam dunia politik dengan dua cara. Pertama, Internet memaksa lembaga-lembaga pemerintahan transparan terkait aneka kebijakan dan tindakan mereka. Kedua, Internet membuka jalan bagi warga negara biasa untuk ikut ambil bagian dalam menentukan bagaimana berbagai peristiwa publik diperbincangkan, dipahami, dan direkam dalam ingatan kolektif. Ringkas kata, Internet menyediakan sarana untuk memberdayakan warga masyarakat biasa memiliki tingkat partisipasi yang lebih besar, lebih langsung, dan lebih personal dalam aneka proses politik formal. Dalam perubahan penting itu dan di berbagai tempat di dunia, generasi muda digital menempati posisi terdepan (Palfrey & Gasser, 2008).

## **Situasi Terkini, di Dunia dan di Tanah Air**

Bagaimana situasi terkini dunia digital baik di tingkat global maupun khususnya di Tanah Air? Penggunaan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) semakin meluas dan tidaklah mungkin dibendung. Pengguna Internet di seluruh dunia misalnya, kini mencapai 3 milyar (40% populasi dunia) dan dua per tiganya berasal dari negara-negara berkembang (ITU, 2014). Data lain memperlihatkan bahwa pelanggan telepon seluler dunia telah mencapai 7 milyar dan lebih dari setengahnya adalah pelanggan yang bermukim di wilayah Asia-Pasifik (ITU, 2014). Kondisi ini merefleksikan kondisi di Indonesia. Pada tahun 2012 pengguna internet di Indonesia mencapai 24,23% dari jumlah penduduk dan meningkat menjadi 34.9% di tahun 2014 (APJII, 2014). Sebanyak 85% dari jumlah pengguna itu mengakses Internet melalui telepon selular (APJII, 2014). Sayang, ada persoalan

terkait pemerataan akses, biaya layanan, dan kualitas konektivitas. Riset APJII (2014) menunjukkan tidak meratanya sebaran pengguna internet dengan wilayah Indonesia bagian Barat sebagai pengguna internet terbesar (78,5%). Terkait biaya, data Bappenas (2014) menyebutkan tingginya biaya penyediaan layanan Internet per bulan dibandingkan rerata pengeluaran rumah tangga per bulan di kalangan masyarakat Indonesia. Kecepatan unduh (*download*) melalui jaringan Internet di Indonesia juga termasuk rendah dibandingkan di negara-negara Asia lain (Bappenas, 2014).

Menanggapi situasi itu, Pemerintah melakukan beberapa upaya, salah satunya melalui Rencana Pitalebar Indonesia (RPI) 2014-2019 yang tertuang dalam Peraturan Presiden Nomor 96 Tahun 2014. RPI didefinisikan sebagai “akses Internet dengan jaminan konektivitas selalu tersambung, terjamin ketahanan dan keamanan informasinya serta memiliki kemampuan *triple-play* dengan kecepatan minimal 2 Mbps untuk akses tetap (*fixed*) dan 1 Mbps untuk akses bergerak (*mobile*)” (Bappenas, 2014, h. 6). Terlepas dari definisi yang mungkin terlalu teknis untuk dipahami oleh komunitas Psikologi, inti semangatnya adalah menyediakan jaringan koneksi Internet di seluruh Indonesia secara handal dan aman. Dengan demikian diharapkan akan “..mendukung pertumbuhan pembangunan nasional dan daya saing Indonesia di tingkat global, serta peningkatan kualitas hidup masyarakat Indonesia” (Bappenas, 2014, h. 6).

Upaya yang ditempuh Pemerintah merupakan berita gembira, sebab kita akan memiliki kesempatan semakin luas untuk mengetahui dan terlibat menggunakan beragam manfaat teknologi informasi dan komunikasi untuk kemajuan kualitas hidup bersama kita. Kita akan semakin cepat mengetahui peristiwa-peristiwa terkini dunia. Kita akan memiliki semakin banyak sumber informasi untuk memuaskan berbagai keingintahuan kita. Ketersediaan informasi yang mutakhir dan mudah diakses akan sangat bermanfaat bagi upaya peningkatan kesejahteraan kehidupan bersama kita, seperti peningkatan kualitas pendidikan, kesehatan, keamanan dan sebagainya. Kita pun memiliki medium komunikasi yang semakin beragam untuk terhubung dengan orang lain, di manapun dan kapanpun. Kita juga dapat semakin melibatkan diri dalam memperbincangkan beragam isu dan mengembangkan minat, serta memperoleh ruang yang semakin

luas untuk mengungkapkan diri dan memperjuangkan kepentingan kita. Teknologi informasi dan komunikasi benar-benar menciptakan sebuah dunia baru yang semakin mengintegrasikan dunia yang semula berjarak, termasuk mengintegrasikan dunia nyata dan dunia maya.

Namun tetap harus kita sadari, teknologi informasi dan komunikasi pada dasarnya tetaplah teknologi. Kendati memberikan manfaat bagi kehidupan kita, teknologi tidak pernah netral. Selain mempromosikan nilai-nilai instrumental seperti efisiensi, keamanan, keandalan, dan kemudahan, teknologi seharusnya juga mempromosikan nilai-nilai sosial-moral-politis substantif seperti kebebasan, keadilan, pencerahan, privasi, dan otonomi. Namun yang terakhir itu tidak akan terjadi secara otomatis, melainkan harus secara aktif diperjuangkan dalam desain atau perancangannya (Flanagan, Howe & Nissenbaum, 2008). Selain itu, relasi antara manusia dan teknologi juga dimediasi oleh beragam dimensi yang menyertainya, seperti: sejarah, budaya, komunitas, pembagian tugas, dan peran (Rückriem, 2009). Artinya, relasi antara manusia dan teknologi informasi dan komunikasi tidak lagi memadai bila hanya dipandang sebagai relasi yang impersonal dan eksklusif. Para pengguna adalah pribadi-pribadi yang saat memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi melibatkan persepsi, ingatan-ingatan, kebutuhan-kebutuhan, nilai-nilai, sikap, motif, motivasi, kepribadian, pengetahuan, emosi, keterampilan dan pemaknaan-pemaknaan yang bersifat personal dan sosial. Atribut-atribut psikologis itu kemudian dibingkai dalam kontradiksi-kontradiksi eksistensial psikologis manusia, antara kita-kami (Hassan, 2014), kehidupan-kematian, kebebasan-ketidakebebasan, isolasi-keterhubungan dan keberartian-ketidakeberartian (Yalom, 1980). Teknologi informasi dan komunikasi kemudian menjadi medan interaksi dinamis antara atribut-atribut dan kontradiksi-kontradiksi eksistensial psikologis tersebut. Situasi itu ada kalanya menyebabkan potensi-potensi keunggulan diri dan masyarakat menjadi tumpul dan mandek, namun di kala lain juga mampu menstimulasi munculnya potensi-potensi yang masih terpendam. Pada tarikan-tarikan inilah Psikologi baik sebagai praktik maupun sebagai ilmu akan mampu berperan memberikan sumbangsih keterampilan dan pemikiran untuk menyelaraskan berbagai atribut dan kontradiksi tersebut,

sehingga teknologi informasi dan komunikasi dapat dijadikan alat sekaligus medium pengembangan pribadi dan masyarakat.

Saat ini Indonesia berada pada periode bonus demografi karena jumlah penduduk usia produktif (15-65 tahun) melebihi jumlah penduduk nonproduktif (BPS, 2013). Jumlah penduduk usia produktif di Indonesia diproyeksikan meningkat dari 66,5 % pada tahun 2010, menjadi 68,1% pada tahun 2028 sampai 2031 (BPS, 2013). Dalam konteks teknologi informasi dan komunikasi, hampir setengah (49%) pengguna Internet di Indonesia saat ini berasal dari kelompok usia muda antara 18-25 tahun (APJII, 2014). Sebanyak 60% pengguna Internet dari kategori usia tersebut mengakses internet dari telepon selular (APJII, 2014). Data ini menunjukkan bahwa kini dan di masa mendatang masyarakat Indonesia dapat dengan mudah menjadi subjek sekaligus objek pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi baik secara positif atau negatif. Bila kita sepakat bahwa momentum bonus demografi harus dimanfaatkan demi kemajuan Indonesia, maka wacana tentang peran Psikologi dalam pemanfaatan teknologi informasi dan komunikasi di masyarakat sebagaimana diperbincangkan dalam buku ini merupakan sebuah keniscayaan untuk diwujudkan oleh komunitas Psikologi di Indonesia. Sebagai bidang ilmu dan terapan yang bersentuhan erat dengan manusia, Psikologi dapat berkontribusi besar dalam membantu masyarakat memahami seluk-beluk teknologi informasi dan komunikasi serta memanfaatkannya secara optimal bagi kesejahteraan hidup pribadi maupun masyarakat.

## Tentang Buku Ini

Buku ini merupakan buku kedua seri *Sumbangan Pemikiran Psikologi untuk Bangsa* yang diterbitkan oleh organisasi profesi Psikologi di Tanah Air, yaitu Himpunan Psikologi Indonesia atau HIMPSI. Buku ini menyajikan 31 artikel melibatkan 49 penulis dari berbagai institusi baik warga maupun sahabat komunitas Psikologi di Tanah Air. Delapan artikel memaparkan aneka kemudahan atau manfaat yang ditawarkan oleh kehadiran teknologi pada umumnya maupun teknologi informasi khususnya bagi kehidupan kita. Agnes Maria Sumargi menguraikan penggunaan teknologi dalam membantu

orang tua mengatasi tingkah laku bermasalah pada anak. *Diany Ufieta Syafitri, Ardias Nugraheni, Azizah Kartika Nugraheni, Firdaus Ismail Sholeh, dan Rifauddin Tsalitsy* memaparkan penggunaan permainan komputer sebagai media sosialisasi dan internalisasi nilai tertib lalu lintas pada siswa Sekolah Dasar. *Weny Savitry Pandia* mengupas pemanfaatan teknologi dalam pembelajaran anak berkebutuhan khusus. *F.A. Triatmoko* dan *Sri Hartati Reksodiputro-Suradijono* menguraikan pengalaman mereka memanfaatkan teknologi informasi untuk menumbuhkan kemampuan berpikir kritis di kalangan mahasiswa. *Winandi Mardajaya* dan *Arief Fahmie* mengulas pemanfaatan *virtual World 3D* sebagai media pembelajaran dan intervensi dalam praktik kerja profesi bidang Psikologi Industri dan Organisasi. *Arief Fahmie, Muthia Nurrakhmi, dan Jenny Handayani* menguraikan pemanfaatan desain *J-Test* untuk penyusunan profil karir pegawai. *Benedictus Ratri Atmoko* mengupas peran psikologi dalam mewujudkan *human-interface interaction* yang bercorak mutual. *Jeanete Ophilia Papilaya* menguraikan peran media sosial sebagai sarana pemererat budaya *ale rasa beta rasa* di Maluku.

Selanjutnya, lima artikel memaparkan sejumlah dampak negatif atau risiko kehadiran teknologi informasi dalam kehidupan kita. *Subhan El Hafiz* menunjukkan kepada kita bahwa teknologi informasi menciptakan ruang publik baru yang menuntut pengembangan nilai-nilai moral baru. *Ike Herdiana* memaparkan ekses kehadiran teknologi informasi dalam memicu munculnya fenomena perdagangan manusia melalui Internet. *Mirra Noor Milla* mengulas proses radikalasi kelompok teroris di Indonesia melalui media *online*. *Seger Handoyo* mengupas fenomena *cyberloafing* di tempat kerja sebagai dampak penggunaan teknologi informasi. *Josephine Maria Julianti Ratna* mengulas potensi fenomena kekinian yang dilahirkan oleh teknologi informasi dalam memunculkan masalah kejiwaan di kalangan individu yang kecanduan Internet pada umumnya atau media sosial pada khususnya.

Lima artikel berikutnya menguraikan dampak kehadiran teknologi informasi terhadap perubahan gaya hidup dalam sejumlah ruang kehidupan kita. *Elisabeth Santosa* menguraikan perlunya orang tua menyesuaikan pola asuh yang diterapkan pada anak-anak yang lahir dan tumbuh di era digital. *Wiwin Hendriani* mengulas

tentang pentingnya menumbuhkan *online resilience* pada anak melalui pengasuhan yang ramah teknologi informasi. *Erita Yuliasesti* dan *Hayu Lestari* mengulas pengaruh teknologi informasi terhadap pola perilaku belanja di kalangan mahasiswa. *Jony Eko Yulianto* memaparkan potensi problem kepercayaan antara pembeli dan penjual maupun sebaliknya yang melekat pada interaksi termediasi dalam fenomena belanja di Internet. *Hendro Prabowo* dan *Alia Rizki Fauziah* menunjukkan kemudahan dalam usaha berkat kehadiran teknologi informasi dengan membandingkan pengalaman dua pengusaha yang mengembangkan bisnisnya di masa sebelum dan sesudah era digital.

*Lima* artikel selanjutnya mengupas status penelitian Psikologi tentang media sosial serta dampak teknologi informasi terhadap perubahan sosial. *Beatriks Novianti Kiling-Bunga*, *Indra Yohanes Kiling*, dan *Marselino Kharitas Purna Abdi Keraf* meneropong cakupan riset tentang media sosial di Indonesia. *Mahargyantari Purwani Dewi* dan *Hendro Prabowo* mengulas pentingnya menyikapi secara cerdas problem batas transparansi dalam penelitian psikologi yang memanfaatkan Internet agar tidak membuka ruang bagi responden untuk memberikan jawaban yang bias ke arah yang dipandang sepatutnya oleh masyarakat. *Akhmad Junaidi* dan *Weni Endahing Warni* menguraikan perubahan tingkah laku dan peradaban manusia akibat kehadiran *cyberspace* sebagai anak kandung teknologi informasi. *Indro Nugroho* memaparkan peran teknologi informasi sebagai instrumen perubahan sosial. *Inge Hutagalung* mengulas dinamika pemilihan dan penolakan informasi pornografis di kalangan remaja di Daerah Khusus Ibukota Jakarta.

*Empat* artikel berikutnya membahas dampak kehadiran teknologi informasi terhadap pembentukan subjek maupun kemanusiaan kita secara keseluruhan. *Imadduddin Parhani* dan *Yulia Hairina* mengupas peran media sosial dalam menggalang dukungan masyarakat untuk menolong warga yang sedang tertimpa musibah dan membutuhkan pertolongan. *Ira Puspitawati*, *Nilam Widyarini*, dan *Dona Eka Putri* mengulas problem pembentukan *Super-ego* dalam dunia maya. *Rakhman Ardi* membahas anonimitas dan pemenuhan kebutuhan psikososial melalui pengungkapan diri di media sosial. *Penny Handayani* dan *Anissa Azura* mengupas peran teknologi dalam bentuk *assistive devices* dalam membantu kaum disabilitas menemukan

kembali ruang untuk mengaktualisasikan kemanusiaannya, terbebas dari jerat keterbatasan baik fisik maupun nonfisik yang mereka sandang.

*Empat* artikel terakhir membahas teknologi pada umumnya maupun teknologi informasi pada khususnya sebagai tantangan dan peluang dalam pengembangan Psikologi. *Diby Soemantri Priambodo* membahas perlunya profesi Psikologi di Indonesia melakukan perubahan-perubahan agar tidak terpinggirkan dalam persaingan dengan profesi lain dalam menghadapi tantangan baru di era teknologi informasi ini. *Ignatius Ryan Jeffri Dharmawan, Rizki Restuning Tiyas, dan Riska Andari* memaparkan bahaya dari praktik psikologi tradisional seperti membaca kepribadian melalui bentuk wajah, gurat tangan dan sejenisnya yang masih tetap hadir di zaman teknologi informasi ini. *Clara Moningka* mengulas tentang pentingnya Psikologi mampu mengintegrasikan diri dengan kemajuan teknologi informasi, khususnya di tengah dunia komunikasi yang semakin termediasi oleh komputer. Terakhir, *Raymond Godwin* memaparkan pentingnya upaya menerapkan prinsip-prinsip dan teori-teori psikologi dalam memodifikasi tingkah laku ke arah yang baik melalui psikoteknologi.

## **Akhirul Kalam**

Mengakhiri pengantar ini, Tim Editor ingin mengucapkan terima kasih kepada sejumlah pihak yang dengan satu dan lain cara mendorong dan membantu kelahiran buku ini. *Pertama*, kepada Pengurus Pusat HIMPSI atas fasilitasi yang disediakan praktis dalam seluruh tahap penyiapan buku ini hingga kemunculannya. *Kedua*, kepada seluruh penulis yang telah mengirimkan karya tulisnya untuk dimuat dalam buku ini. Kepada satu atau dua penulis yang artikelnya terpaksa belum bisa dimuat, diharapkan tetap bersemangat mengirimkan tulisan pada seri buku berikutnya. *Ketiga* dan terakhir, kepada Prof. Dr. Phil. Hana Panggabean, Psikolog. Sebagai Ketua Kompartemen *Sumbangan Pemikiran Psikologi untuk Bangsa* dalam Kepengurusan Pusat *Himpunan Psikologi Indonesia* yang membidangi antara lain penerbitan buku tematik tahunan HIMPSI, beliau adalah yang memegang tongkat komando atas penerbitan buku ini. Karena alasan kesehatan akhirnya beliau tidak bisa terus terlibat dalam kegiatan ini. Semoga

kemunculan buku ini menjadi penghiburan dan pendorong semangat bagi kesembuhan beliau. Akhir kata, kepada seluruh sidang pembaca kami ucapkan selamat menikmati.

Yogyakarta, 26 September 2016

**Tim Editor**

J. Seno Aditya Utama

Juneman Abraham

Tjipto Susana

Ilham Nur Alfian

A. Supratiknya

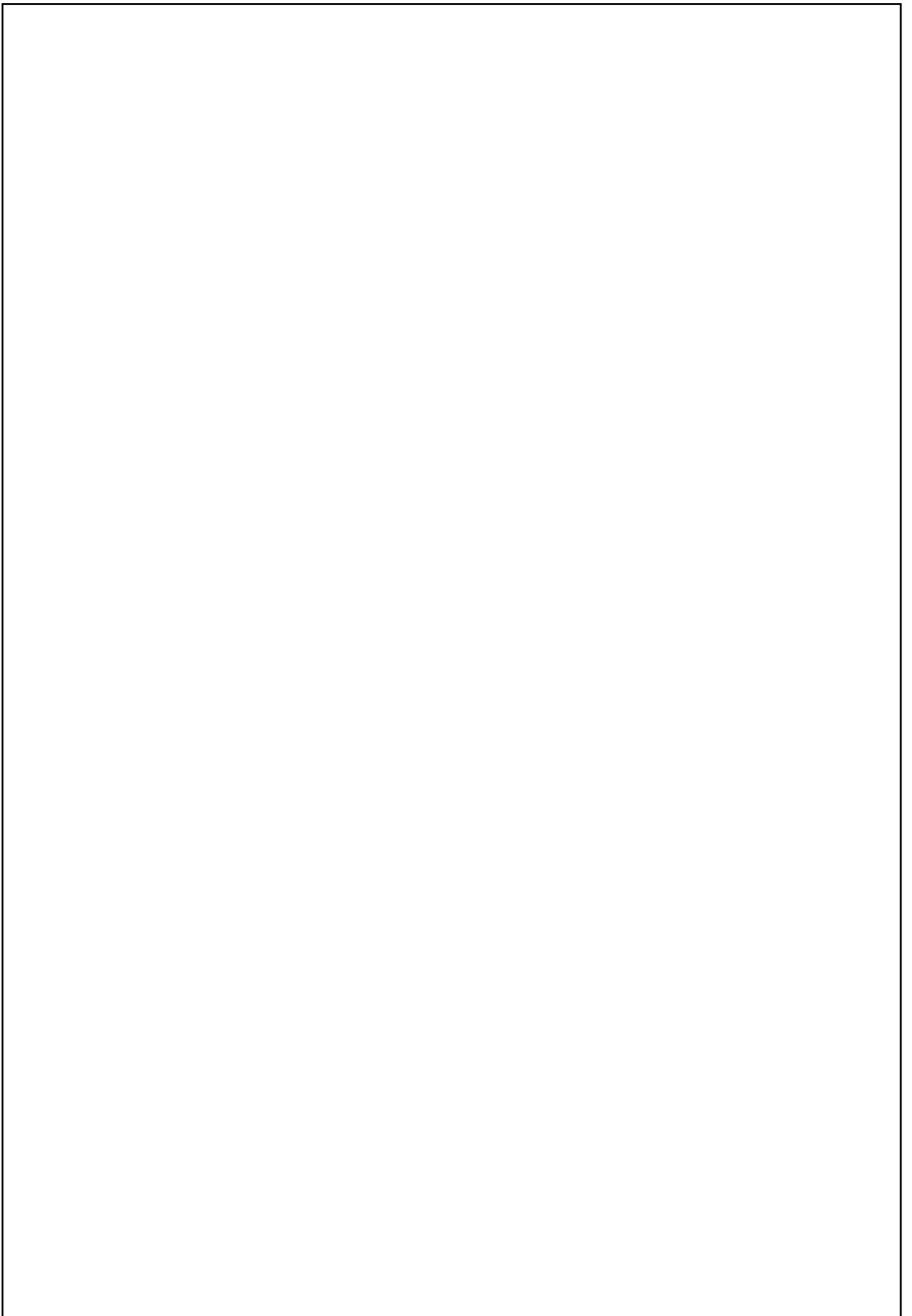
## Daftar Acuan

- APJII. (2014). *Profil pengguna internet Indonesia 2014*. Jakarta: Pengarang.
- Bappenas. (2014). *Rencana pitalebar Indonesia 2014–2019*. Jakarta: Pengarang.
- “Bio John Palfrey”. (2015). Diunduh dari <https://jpalfrey.andover.edu/top/bio/>
- BPS. (2013). *Proyeksi penduduk Indonesia 2010-2035*. Jakarta: Pengarang.
- Flanagan, M., Howe, D.C & Nissenbaum, H. (2008). *Embodying values in technology: Theory and practice*. Dalam Jeroen van den Hoven & John Weckert (Eds.), *Information technology and moral philosophy* (h. 322-353). NY: Cambridge University Press.
- Gill, D.W. (2015). *Being digital by Nicholas Negroponte*. New York: Alfred A. Knopf, 1995. Diunduh dari [www.gordonconwell.edu/ockenga/faith-work/documents/NegroponteN.Being.Digital.pdf](http://www.gordonconwell.edu/ockenga/faith-work/documents/NegroponteN.Being.Digital.pdf)
- Hassan, F. (2014). *Psikologi-kita & eksistensialisme*. Depok: Komunitas Bambu.
- ITU. (2014). *The world in 2014. ICT facts and figures*. Diunduh dari <http://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Documents/facts/ICTFactsFigures2014-e.pdf>
- Kemristek. (2006). *Indonesia 2005-2025. Buku putih: Penelitian, pengembangan dan penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi bidang teknologi informasi dan komunikasi tahun 2005-2025*. Jakarta: Pengarang.
- Palfrey, J., & Gasser, U. (2008). *Born digital. Understanding the first generation of digital natives*. New York: Basic Books.
- Rückriem, G. (2009). *Digital technology and mediation: A challenge to activity theory*. Dalam A. Sannino, H. Daniels, & K.D. Gutiérrez (Eds.), *Learning and expanding with activity theory* (h. 88–111). NY: Cambridge University Press.

Song, F. (2009, Spring). Palfrey, John, and Urs Gasser. *Born digital: Understanding the first generation of digital natives*. New York: Basic, 2008. *The Hedgehog Review*, 61-64.

“Urs Gasser”. (2015). Diunduh dari <https://cyber.law.harvard.edu/people/ugasser>.

Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. NY: Basic Book.



## Sambutan Ketua Umum HIMPSI

**S**etelah terbit tahun lalu buku pertama *Seri Sumbangan Pemikiran Psikologi untuk Bangsa* Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI) berjudul “Revolusi Mental: Makna dan realisasi,” kehadiran buku kedua berjudul “Psikologi dan Teknologi Informasi,” sungguh sangat menggembirakan dan membanggakan. Buku ini merupakan salah satu perwujudan kiprah HIMPSI berkarya untuk bangsa Indonesia.

Sebagai sebuah kumpulan pemikiran untuk bangsa, artikel-artikel yang ditampilkan dalam buku ini penuh dengan gagasan, hasil telaah literatur, dan hasil riset yang sangat menarik untuk merespon persoalan bangsa yang terkait dengan penggunaan teknologi informasi. Dikupas dengan mendalam berbagai persoalan penggunaan teknologi informasi di bidang pendidikan, kesehatan, sosial, dan organisasi. Dipergunakan dengan baik berbagai konsep, teori, dan riset Psikologi untuk menjelaskan perilaku dan berbagai persoalan terkait teknologi informasi. Kita dapat belajar dari buku ini bagaimana tantangan, peluang, dan persoalan penggunaan teknologi informasi.

Carl Jung menyatakan bahwa teknologi adalah netral. Bagaimana kita menggunakan teknologi menentukan apakah teknologi akan menjadi positif atau negatif. Pada sisi positif, kita mengetahui bahwa teknologi memberikan peluang untuk belajar apapun dengan sangat mudah, mempermudah membuat jaringan sosial dan jaringan bisnis, meningkatkan produktivitas kerja dan organisasi, serta dapat membantu memantau kondisi kesehatan kita, serta masih banyak keuntungan lainnya. Pada sisi negatif, kita juga mengetahui berbagai dampak buruk yang telah ditimbulkan karena penggunaan teknologi informasi. Sebut saja antara lain, kecanduan permainan internet, kejahatan dunia maya, kejahatan seksual akibat terstimulasi pornografi di internet, dan sebagainya.

Pengetahuan Psikologi terkait dengan teknologi informasi berkembang seiring dengan perkembangan teknologi dalam dua puluh tahun terakhir ini. Para ahli Psikologi selain menggunakan teknologi sebagai metode meningkatkan kesejahteraan psikologis dan juga alat bantu untuk melakukan kegiatan profesionalnya, juga berusaha untuk memahami bagaimana teknologi mempunyai dampak terhadap perilaku dan hubungan antar orang. Topik-topik yang terkait dengan perihal tersebut selanjutnya semakin berkembang, sehingga sampai pada kelahiran cabang baru dalam Psikologi, yaitu Psikologi Dunia Maya (*Cyberpsychology*).

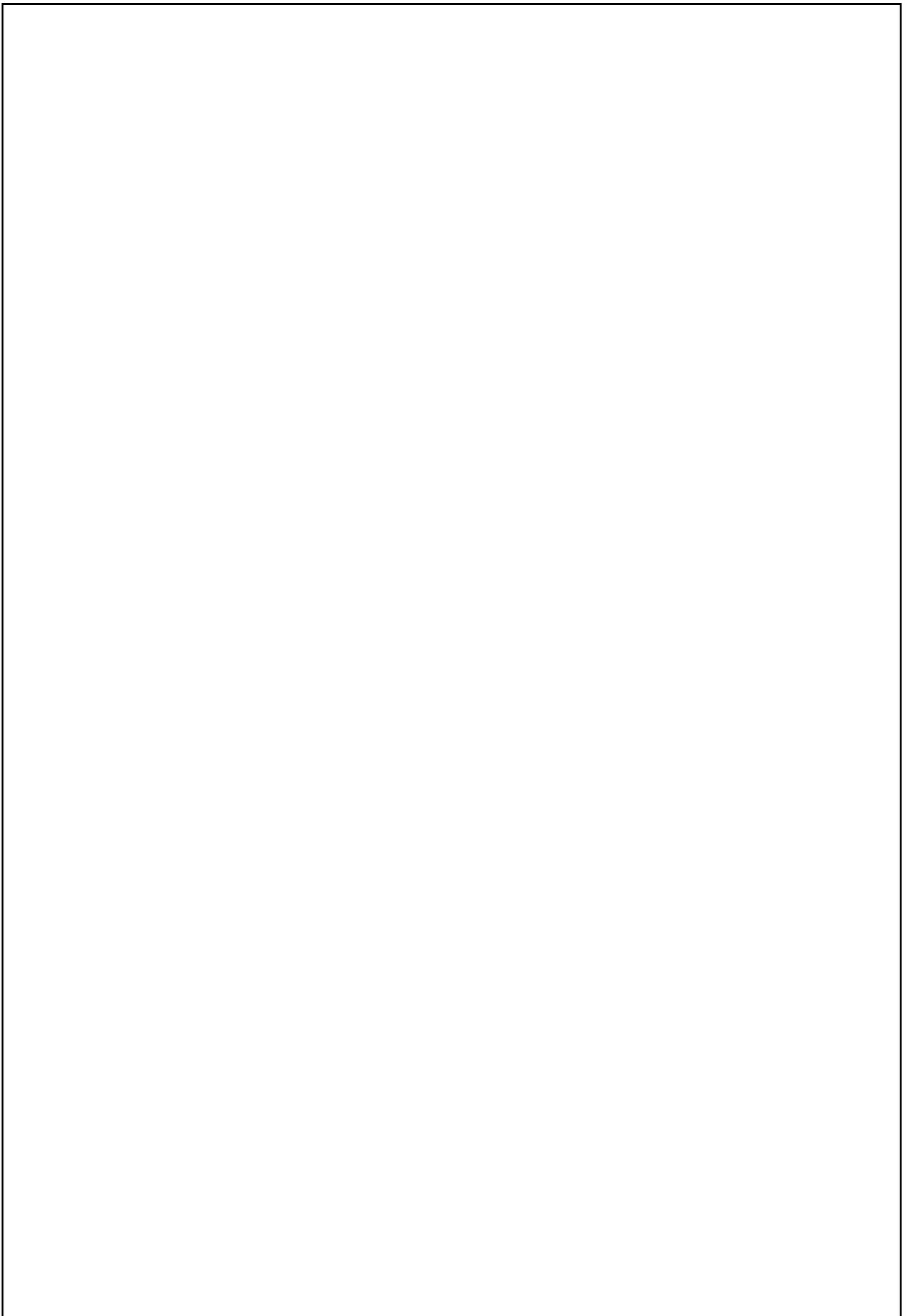
Psikologi Dunia Maya mencoba menjelaskan bagaimana manusia berinteraksi dengan orang lain menggunakan teknologi, bagaimana perilaku manusia dipengaruhi oleh teknologi, bagaimana teknologi dapat dikembangkan untuk mendapatkan kecocokan terbaik dengan kebutuhan manusia, dan bagaimana kondisi psikologis manusia dapat dipengaruhi oleh teknologi. Penelitian dalam Psikologi Dunia Maya didorong oleh perkembangan World Wide Web, dan juga secara khusus kehadiran media sosial. Psikologi Dunia Maya meneliti juga tentang permainan *online* dan *offline*, kecerdasan artifisial, dan sebagainya. Artikel-artikel dalam buku ini membahas persoalan-persoalan yang dikaji oleh Psikologi Dunia Maya tersebut.

Penghargaan saya sampaikan pada para penulis yang sebagian besar adalah dosen-dosen dari 20 (dua puluh) universitas di Indonesia dan sebagian lagi para praktisi. Terimakasih yang sebesar-besarnya juga saya sampaikan untuk pengurus Kompartemen 4 HIMPSI dan tim editor yang telah bekerja keras untuk merealisasikan buku ini, yaitu J. Seno Aditya Utama, Tjipto Susana, Juneman Abraham, Ilham Nuralfian, dan A. Supratiknya,. Terimakasih juga saya sampaikan kepada semua pihak yang ikut berperan dalam penerbitan buku ini. Harapan saya agar kontribusi HIMPSI melalui buku ini dapat membantu berbagai pihak seperti pemerintah, para pendidik, para orang tua, dan semuanya untuk (1) melakukan promosi penggunaan teknologi informasi secara positif, (2) melakukan prevensi dampak negatifnya, (3) menggunakan buku ini sebagai referensi dalam proses pembelajaran dan juga riset topik Psikologi dan Teknologi Informasi, dan (4) menstimulasi terselenggaranya diskusi yang bermanfaat

untuk pengembangan pengetahuan Psikologi Dunia Maya yang dapat diterapkan untuk mengatasi persoalan bangsa.

HIMPSI Berkarya untuk Bangsa  
Jakarta, 10 Oktober 2016  
Pada Hari Kesehatan Mental Sedunia

**Dr. Seger Handoyo, Psikolog**  
**Ketua Umum**





**KEPALA STAF KEPRESIDENAN  
REPUBLIK INDONESIA**

***Executive Note* Kepala Staf Kepresidenan  
untuk Buku “Psikologi dan Teknologi Informasi”**

Saat ini perkembangan teknologi informasi dan komunikasi sudah sampai pada Era Revolusi Digital. Kondisi ini membuat pemanfaatan teknologi digital menjadi tuntutan wajib dalam kehidupan masyarakat, baik untuk komunikasi, pemenuhan tuntutan pekerjaan, pendidikan maupun pemanfaatan dalam kehidupan sehari-hari.

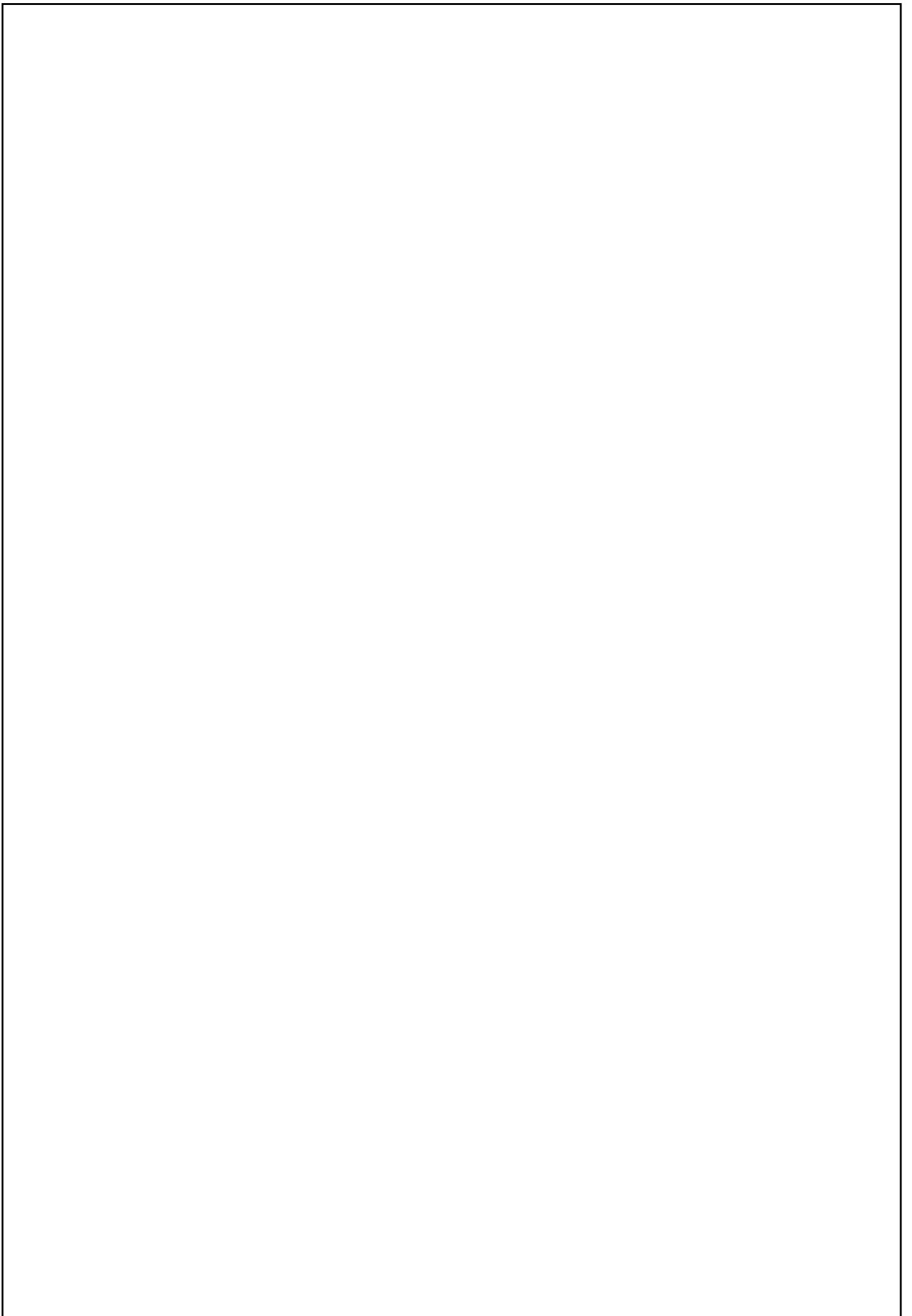
Selain memberikan manfaat, pemakaian teknologi digital ini terkadang juga menimbulkan permasalahan diantaranya kesenjangan kebudayaan antar generasi (*generation gap*). Cepatnya perkembangan teknologi, membuat kalangan orang tua terkadang menjadi tertinggal dan gagap menghadapi perkembangan produk-produk teknologi terbaru, sementara itu anak-anak muda semakin cepat menjadi konsumen produk digital yang dipasarkan, yang jika tidak dikelola sering kali menimbulkan ketergantungan pada pemakaiannya. Tidak hanya itu, akses berlebih pada teknologi informasi dan komunikasi di era digital ini, jika tidak dikelola juga dapat menimbulkan meluasnya perilaku pornografi, kekerasan, hingga terorisme.

Selamat kami ucapkan atas terbitnya buku kedua yang berjudul “Psikologi dan Teknologi Informasi” ini. Terima kasih untuk sumbangan dari semua penulis. Selain merupakan sumbangan penting untuk para psikolog, pendidik dan orang tua, buku ini juga penting dibaca oleh para pembuat kebijakan di pemerintahan sehubungan dengan mulai timbulnya gejala gangguan mental dan tingkah laku pada masyarakat sebagai salah satu efek negatif dari akses pada teknologi informasi dan komunikasi yang berkembang sangat pesat dewasa ini.

Jakarta, 24 Oktober 2016

Kepala Staf Kepresidenan,

Teten Masduki



## Daftar Isi

<b>Hidup Kita di Era Digital: Sebuah Pengantar .....</b>	<b>iii</b>
<b>Sambutan Ketua Umum HIMPSI.....</b>	<b>xxi</b>
<b>Executive Note Kepala Staf Kepresidenan .....</b>	<b>xxv</b>
<b>Daftar Isi .....</b>	<b>xxvii</b>
<b>1. Penggunaan Teknologi dalam Intervensi Keluarga</b> <i>Agnes Maria Sumargi.....</i>	<b>1</b>
<b>2. Permainan Komputer sebagai Media Edukasi dan Internalisasi Nilai Tertib Lalu Lintas pada Anak: Tantangan dan Peluang</b> <i>Diany Ufieta Syafitri, Ardias Nugraheni, Azizah Kartika Nugraheni, Firdaus Ismail Sholeh, &amp; Rifauddin Tsalitsy .....</i>	<b>17</b>
<b>3. Teknologi dalam Pembelajaran pada Anak Berkebutuhan Khusus</b> <i>Weny Savitry S. Pandia .....</i>	<b>35</b>
<b>4. Diskusi Online dan Berpikir Kritis di Pendidikan Tinggi</b> <i>F.A. Triatmoko H.S. &amp; Sri Hartati S. Reksodiputro-Suradijono .....</i>	<b>51</b>
<b>5. Virtual World 3D dalam Praktek Kerja Profesi Psikologi bidang Psikologi Industri dan Organisasi</b> <i>Winandi Mardajaya &amp; Arief Fahmie .....</i>	<b>69</b>
<b>6. Desain J-test untuk Penyusunan Profil Karir Berbasis Web</b> <i>Arief Fahmie, Muthia Nurrahmi, &amp; Jenny Handayani.....</i>	<b>81</b>
<b>7. Usability: Psikologi dan Human-Interface Interaction yang Mutual.</b> <i>Ratri Atmoko Benedictus.....</i>	<b>93</b>

<b>8. Media Sosial dan Budaya “Ale Rasa Beta Rasa” di Maluku</b>	
<i>Jeanete Ophilia Papilaya</i> .....	109
<b>9. Moralitas di Internet: Kegagalan akan Ruang Publik Baru</b>	
<i>Subhan El Hafiz</i> .....	119
<b>10. Media Sosial dan <i>Human Trafficking</i>: Sebuah Ulasan</b>	
<i>Ike Herdiana</i> .....	127
<b>11. Radikalisasi Online Kelompok Teroris di Indonesia</b>	
<i>Mirra Noor Milla</i> .....	145
<b>12. Cyberloafing di Tempat Kerja: Merugikan atau Menguntungkan?</b>	
<i>Seger Handoyo</i> .....	163
<b>13. Fenomena Kekinian dan Potensi Masalah Kejiwaan</b>	
<i>Josephine Maria Julianti Ratna</i> .....	181
<b>14. Pola Asuh Efektif untuk Anak di Era Digital</b>	
<i>Elizabeth T. Santosa</i> .....	199
<b>15. Menumbuhkan Online Resilience pada Anak: Tantangan dalam Pengasuhan di Era Teknologi Digital</b>	
<i>Wiwini Hendriani</i> .....	213
<b>16. Online Shopping pada Mahasiswa: Belanja di Persimpangan Jalan</b>	
<i>Erita Yuliasesti Diahsari &amp; Hayu Lestari</i> .....	227
<b>17. Kepercayaan Konsumen terhadap Pusat Perbelanjaan Digital di Indonesia</b>	
<i>Jony Eko Yulianto</i> .....	239
<b>18. Kisah Wirausaha Muda di Era Digital</b>	
<i>Hendro Prabowo &amp; Alia Rizki Fauziah</i> .....	259
<b>19. Meneropong Penelitian Media Sosial di Indonesia: Tinjauan Cakupan</b>	
<i>Beatriks Novianti Kiling-Bunga, Indra Yohanes Kiling &amp; Marselino Kharitas Purna Abdi Keraf</i> .....	273
<b>20. Kepatutan Sosial Penelitian Mahasiswa Psikologi Generasi Digital</b>	
<i>Mahargyantari Purwani Dewi &amp; Hendro Prabowo</i> .....	291

<b>21. Memori Alam, Memori Cyber, Pikiran, Perilaku, dan Kualitas Peradaban Manusia</b> <i>Akhmad Junaidi &amp; Weni Endahing Warni</i> .....	299
<b>22. Mengelola Aspirasi Sosial-Digital Masyarakat Indonesia sebagai Instrumen Perubahan Sosial</b> <i>Indro Adinugroho</i> .....	315
<b>23. Dinamika Pemilihan dan Penolakan Informasi Pornografi di Kalangan Remaja DKI Jakarta</b> <i>Inge Hutagalung</i> .....	331
<b>24. Sisi Kemanusiaan Media Sosial</b> <i>Imadduddin Parhani &amp; Yulia Hairina</i> .....	351
<b>25. Di Mana Superego dalam Dunia Maya?</b> <i>Ira Puspitawati, M.M. Nilam Widyaningrum, &amp; Dona Eka Putri.</i>	367
<b>26. Anonimitas dan Pemenuhan Kebutuhan Psikososial melalui Pengungkapan Diri di Media Sosial</b> <i>Rahkman Ardi</i> .....	379
<b>27. Inklusi dan Aksesibilitas: Jalan untuk Kembali Menjadi Manusia Seutuhnya</b> <i>Penny Handayani &amp; Anissa Azura</i> .....	401
<b>28. “Serapan Teknologi Informasi” dan Tantangan Profesi Psikologi: Catatan Kecil Seorang Praktisi</b> <i>Dibyo Soemantri Priambodo</i> .....	417
<b>29. Psikologi Abal-Abal di Era Digital</b> <i>Ignatius Ryan Jeffri Dharmawan, Rizki Restuning Tiyas, &amp; Riska Andari</i> .....	431
<b>30. Integrasi Psikologi dan Teknologi Informasi</b> <i>Clara Moningka</i> .....	445
<b>31. Psikoteknologi dan Perkembangan Psikologi Indonesia</b> <i>Raymond Godwin</i> .....	459
<b>Indeks</b> .....	<b>471</b>
<b>Tentang Penulis</b> .....	<b>487</b>

## 12

# **Cyberloafing di Tempat Kerja: Merugikan atau Menguntungkan?**

Seger Handoyo

**B**erdasarkan laporan *Social Media Agency, We Are Social* (2016), saat ini pengguna internet di Indonesia mencapai lebih dari 88 juta orang dari 259 juta penduduk. Internet sudah menjadi bagian hidup sehari-hari sebagian penduduk Indonesia. Bahkan ketika harus memilih antara aliran air Perusahaan Daerah Air Minum (PDAM) mati seharian dan aliran listrik Perusahaan Listrik Negara (PLN) mati setengah hari dengan akibat tidak dapat melakukan akses internet, beberapa orang ternyata memilih yang pertama. Pada banyak perusahaan, ketika listrik mati sebagian besar aktivitas karyawan terganggu karena pekerjaannya sudah sangat tergantung pada ketersediaan akses internet. Internet sudah menjadi bagian dari pekerjaan sebagian karyawan di Indonesia. Beberapa tahun belakangan ini perusahaan-perusahaan di Indonesia telah menggunakan internet untuk menggerakkan bisnis mereka. Bahkan universitas-universitas di Indonesia pun sudah berpacu menggunakan sistem informasi berbasis jaringan luas atau internet untuk pengolahan data kemahasiswaan, keuangan, sarana prasarana, serta untuk kepentingan pembelajaran.

Tentu saja sudah diketahui bahwa internet memberikan dampak positif bagi perusahaan berupa peningkatan efektivitas dan efisiensi organisasi dengan berbagai cara. *Pertama*, internet mempermudah

komunikasi yang dapat meningkatkan kualitas koordinasi. Koordinasi merupakan kekuatan tersembunyi yang mengikat seluruh fungsi manajemen. Peningkatan kualitas koordinasi dengan demikian akan meningkatkan kualitas fungsi-fungsi manajemen mulai dari perencanaan, pengorganisasian, pengarahan, sampai pengendalian. Peningkatan kualitas fungsi manajemen akan meningkatkan kemampuan organisasi untuk bekerja secara efektif dan efisien. *Kedua*, internet meningkatkan efektivitas dan efisiensi organisasi melalui peluang tersedianya berbagai sistem informasi, seperti sistem informasi keuangan, sistem informasi sumber daya manusia, sistem informasi sarana dan prasarana dan berbagai sistem informasi lainnya. Ketersediaan sistem informasi ini memungkinkan data diolah secara lebih mudah, lebih cepat, serta dikomunikasikan secara lebih cepat dan lebih luas. Kemudahan dan kecepatan pengolahan data telah meningkatkan efisiensi dan efektivitas proses-proses kerja yang terkait dengan data tersebut. Jadi internet merupakan alat sangat ampuh yang telah mengubah cara orang bekerja. Berbagai penelitian telah membuktikan dampak positif internet terhadap perusahaan. Anandarajan, Simmers, dan Igbaria (2000) menunjukkan bahwa internet dapat mengurangi biaya serta mempromosikan produk dan jasa dengan cara yang jauh lebih efisien. Lim (2002) juga mencatat bahwa internet dapat digunakan untuk meningkatkan kinerja bisnis.

Selain memberikan dampak positif, kemudahan akses internet juga memberikan dampak negatif terhadap organisasi. Salah satu persoalan penting terkait dampak negatif internet di tempat kerja adalah *cyberloafing* atau yang oleh Whitty dan Carr (2006) disebut *cyberslacking*. Gejala *loafing* yaitu perilaku menghindari tugas atau melalaikan pekerjaan oleh karyawan telah muncul sejak lama. Bentuknya meliputi antara lain menelpon untuk urusan pribadi, pergi keluar ruangan untuk merokok di jam kerja, pergi ke toilet berlama-lama, atau menggunakan waktu makan siang melebihi jam istirahat. Perkembangan internet memunculkan perilaku lain dengan niat yang sama yang disebut *cyberloafing*.

## Cyberloafing di Tempat Kerja

Di Amerika istilah *cyberloafing* mulai marak dipergunakan pada pertengahan dasawarsa sembilan puluhan (Maxwell, 2013). Secara harfiah, kata *loafing* berarti tindakan menghabiskan waktu untuk menghindari pekerjaan. Berarti secara umum *cyberloafing* adalah tindakan menghabiskan waktu untuk menghindari pekerjaan dengan cara yang berhubungan dengan internet. Secara khusus, *cyberloafing* didefinisikan sebagai tindakan sengaja karyawan menggunakan akses internet perusahaan selama jam kerja untuk mengakses situs serta menerima dan mengirimkan surat elektronik dengan tujuan yang tidak berhubungan dengan pekerjaan (Lim, Teo, & Loo, 2002). Garret dan Danziger (2008) memberikan definisi yang lebih ringkas, yaitu penggunaan pribadi yang tidak sah atas akses internet yang diberikan perusahaan selama jam kerja.

Bock dan Ho (2009) menggunakan istilah *Non-Work Related Computing* (NWRC) untuk menjelaskan penggunaan internet selama jam kerja untuk kepentingan pribadi. Mereka membedakan kegiatan NWRC menjadi dua, yaitu *junk computing* dan *cyberloafing*. *Junk computing* adalah penggunaan sumber daya sistem informasi yang dimiliki oleh organisasi untuk kepentingan pribadi, tidak berhubungan secara langsung dengan kepentingan organisasi. Sedangkan *cyberloafing* mengikuti definisi Blanchard dan Henle (2008) adalah penggunaan email dan internet yang diberikan oleh perusahaan secara sengaja untuk hal yang tidak berhubungan dengan pekerjaan sambil bekerja. *Junk computing* dan *cyberloafing* berkaitan dengan penggunaan sumber daya organisasi untuk kepentingan pribadi. Perbedaannya adalah bahwa *junk computing* memasukkan secara *offline* penggunaan sumber daya organisasi untuk kepentingan pribadi. Sebaliknya *cyberloafing* hanya secara *online*. Istilah lain yang banyak digunakan untuk menjelaskan penggunaan internet yang disediakan oleh organisasi untuk kepentingan pribadi adalah *cyberslacking* dan *Personal Web Use* (PWU). Walaupun berbeda istilah, ketiganya menekankan pada tiga hal, yaitu penggunaan internet secara sengaja, untuk kepentingan pribadi, dan dilakukan selama jam kerja.

Menurut Mahatanankoon, Anandarajan, dan Igbaria (2004), bentuk-bentuk perilaku *cyberloafing* yang umumnya dilakukan oleh karyawan adalah: (1) melakukan pembayaran dan bisnis untuk kepentingan pribadi; (2) mencari dan melihat informasi yang tidak berhubungan dengan pekerjaan; (3) melakukan komunikasi interpersonal yang tidak berhubungan dengan pekerjaan; (4) terlibat dalam permainan interaktif; dan (5) melakukan pengunduhan untuk kepentingan pribadi. Sedangkan bentuk-bentuk perilaku spesifik yang digunakan untuk mengukur perilaku *cyberloafing* meliputi: (1) mengakses situs yang terkait dengan olahraga; (2) mengakses situs yang terkait dengan investasi; (3) mengakses situs yang terkait dengan hiburan; (4) mengakses situs berita umum; (5) mengakses situs yang tidak terkait dengan pekerjaan; (6) mengunduh informasi yang tidak terkait dengan pekerjaan; (7) berbelanja daring untuk kepentingan pribadi; (8) mengakses situs dewasa atau yang menggambarkan perilaku seksual secara vulgar; (9) memeriksa surat elektronik yang tidak terkait dengan pekerjaan; (10) mengirim surat elektronik yang tidak terkait dengan pekerjaan; (11) menerima surat elektronik yang tidak terkait dengan pekerjaan; (12) bermain permainan daring; (13) mengunduh permainan daring; (14) mengobrol dalam ruang obrolan daring; (15) mengobrol melalui *instant messenger*; (16) memposting pesan yang tidak terkait dengan pekerjaan; dan (17) menggunakan internet untuk mendapatkan penghasilan tambahan.

Blanchard dan Henle (2008) menyarankan agar perilaku *cyberloafing* dikategorisasikan menjadi dua, yaitu *cyberloafing* minor dan *cyberloafing* serius. *Cyberloafing* minor adalah perilaku *cyberloafing* yang tidak terlalu merugikan, khususnya karena penggunaan waktu yang tidak lama. Bentuk perilakunya antara lain mengirim atau menerima surat elektronik atau melihat berita utama di koran daring. Sebaliknya, *cyberloafing* serius adalah perilaku *cyberloafing* yang menimbulkan masalah karena penggunaan waktu yang lama, mengurangi produktivitas, dan dapat membuat organisasi terkena persoalan hukum. Bentuk perilakunya antara lain belanja daring, permainan daring, dan mengunduh musik.

Kategorisasi perilaku *cyberloafing* yang lain diajukan oleh Anandarajan, Devine, dan Simmers (2004). Mereka mengkategorisasikannya menjadi tiga kelompok, yaitu *cyberloafing*

mengganggu, seperti melihat situs dewasa dan melakukan permainan daring; *cyberloafing* rekreasional, seperti belanja daring dan berselanjar tanpa tujuan; serta *cyberloafing* pembelajaran pribadi seperti mengunjungi situs kelompok profesional dan mencari berita atau pengetahuan baru.

### **Anteseden dan Prediktor *Cyberloafing***

Ada berbagai faktor penyebab perilaku *cyberloafing* yang sudah diteliti atau dilaporkan dalam berbagai literatur. Salah satu faktor yang banyak disebut adalah persepsi ketidakadilan yang dirasakan karyawan (Blau, Yang, & Ward-Cook, 2004). Karyawan cenderung mengkompensasikan ketidakadilan yang dipersepsinya dengan menghindar melakukan pekerjaannya. Salah satu perilaku menghindar yang dipilih karyawan adalah menggunakan internet untuk kepentingan yang tidak terkait dengan pekerjaannya. Semakin besar ketidakadilan dirasakan, maka semakin banyak pula perilaku *cyberloafing* yang akan terjadi.

Sikap kerja karyawan juga ditunjuk sebagai anteseden terhadap *cyberloafing* (Lieberman, Seidman, McKenna, & Buffardi, 2011). Mereka meneliti keterlibatan kerja sebagai salah satu konstruk sikap kerja karyawan. Karyawan yang mempunyai tingkat keterlibatan tinggi dengan pekerjaannya akan kurang berperilaku menyimpang dalam kerjanya karena lebih terpaku pada pekerjaan, sehingga tidak lagi mempunyai waktu untuk melakukan perilaku yang tidak berhubungan dengan pekerjaannya. Penelitian empiris telah menunjukkan bahwa karyawan yang bosan dengan pekerjaannya lebih sering berperilaku *cyberloafing* (Eastin, Glynn, & Griffiths, 2007). Ketchen, Craighead, dan Buckley (2008) menemukan bahwa karyawan yang memiliki keterlibatan kerja dan minat yang rendah dengan pekerjaannya lebih sering berperilaku yang tidak terkait dengan pekerjaannya pada jam kerja.

Telah diketahui sejak lama bahwa konteks sosial dari tempat kerja mempunyai pengaruh yang besar terhadap perilaku karyawan, termasuk perilaku antisosial di pekerjaannya (Robinson & O'Leary-Kelly, 1998). Salah satu konteks sosial terhadap tempat kerja adalah budaya organisasi atau norma-norma yang berlaku di organisasi.

Karyawan baru akan belajar norma organisasi dari karyawan lain dan atasannya (Morrison, 1993). Dalam lingkungan kerja yang karyawannya banyak terlibat dengan perilaku *cyberloafing*, hal itu akan mendorong karyawan baru untuk juga berperilaku *cyberloafing*. Blanchard dan Henle (2008) telah membuktikan bahwa norma rekan kerja dan atasan yang mendukung *cyberloafing* berkorelasi positif dengan *cyberloafing*. Dalam penelitian D'Abate (2005), para karyawan menyatakan bahwa mereka terlibat dengan penggunaan internet untuk kepentingan pribadi karena norma budaya organisasi di tempat kerja mereka membolehkan perilaku seperti itu. Faktor inilah yang membuat jumlah karyawan berperilaku *cyberloafing* serta frekuensi penggunaan internet untuk kepentingan pribadi di sebuah organisasi semakin lama semakin banyak. Hasil penelitian Lim dan Teo (2005) menunjukkan, karyawan menyatakan bahwa *cyberloafing* tidak salah karena "semua orang juga melakukannya". Teori belajar sosial dari Bandura dapat dipergunakan untuk menjelaskan fenomena tersebut. Bagi seorang karyawan rekan kerja dan atasan menjadi model peran potensial di organisasi dan *cyberloafing* pun dipelajarinya dengan mengimitasi perilaku yang ia dilihat di lingkungan kerja.

Kebiasaan karyawan untuk menghindar dari pekerjaan dengan cara lain seperti berlama-lama di toilet, membaca koran, dan menggunakan telepon untuk urusan pribadi yang tidak terkait dengan pekerjaan pada jam kerja mempunyai korelasi dengan *cyberloafing*. Blau, Yang dan Ward-Cook (2006) menemukan bahwa karyawan-karyawan yang sering terlambat masuk kerja atau sering membolos terbukti lebih sering berperilaku *cyberloafing*. Selain itu, sikap karyawan sendiri terhadap *cyberloafing* juga mempunyai pengaruh terhadap *cyberloafing*. Karyawan yang mempunyai sikap bahwa *cyberloafing* tidak bermasalah untuk dilakukan akan cenderung lebih terlibat dalam perilaku tersebut dibandingkan mereka yang mempunyai sikap bahwa *cyberloafing* tidak dapat diterima karena menggunakan jam kerja dan peralatan internet milik perusahaan untuk kepentingan pribadi.

Ambiguitas peran dan konflik peran juga dapat menyebabkan karyawan terlibat dalam perilaku *cyberloafing* (Henle & Blanchard, 2008). Kedua persoalan terkait peran ini akan menimbulkan ketidakpastian. Konflik peran menimbulkan ketidakpastian

karena adanya tuntutan dan harapan yang berbeda-beda dan saling berlawanan. Sementara ambiguitas peran menimbulkan ketidakpastian tentang peran apa yang seharusnya dilakukan oleh karyawan. Ketidakpastian ini mengakibatkan perasaan stres pada diri karyawan. Selanjutnya perilaku *cyberloafing* dipilih sebagai upaya karyawan mengatasi stres yang dialaminya.

Faktor lain yang tidak kalah penting dalam mempengaruhi *cyberloafing* adalah *locus of control*. *Locus of control* didefinisikan sebagai sejauhmana individu meyakini bahwa mereka mempunyai kendali atas situasinya (Rotter, 1996). Orang yang mempunyai *locus of control* eksternal meyakini bahwa kejadian luar lebih mempunyai pengaruh dibandingkan dirinya sendiri. Spector dan Fox (2002) menyatakan bahwa orang yang mempunyai *locus of control* eksternal lebih mungkin untuk melakukan perilaku kerja tidak produktif, termasuk perilaku *cyberloafing*. Levenson (1974) menemukan dua jenis keyakinan yang ada dalam *locus of control* eksternal, yaitu keyakinan bahwa orang lain lebih punya kuasa dan keyakinan akan takdir. Hasil penelitian Blanchard dan Henle (2008) memperkuat temuan Spector dan Fox. Secara lebih detil mereka menemukan bahwa karyawan yang melakukan *cyberloafing* baik minor maupun serius tidak berfikir bahwa orang lain yang menjadi atasan akan menangkap perilaku mereka yang tidak tepat itu. Mereka percaya bahwa bila mereka tertangkap, hal itu adalah persoalan ketidakberuntungan semata.

Kepribadian juga mempunyai korelasi dengan *cyberloafing*. Jia, Jia, dan Karau (2016) meneliti hubungan antara sifat *conscientiousness*, stabilitas emosi, *agreeableness*, ekstroversi, dan keterbukaan terhadap pengalaman dengan *cyberloafing*. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa ekstroversi berkorelasi secara positif dengan *cyberloafing*; *conscientiousness*, stabilitas emosi, dan keterbukaan terhadap pengalaman berkorelasi negatif; sedangkan *agreeableness* tidak mempunyai korelasi dengan *cyberloafing*.

Selain faktor-faktor tersebut di atas, dengan menyandarkan pada literatur tentang perilaku menyimpang Liberman *et al.* (2011) menyimpulkan bahwa karakteristik desain organisasi mempunyai pengaruh terhadap *cyberloafing*. Organisasi dengan struktur non-birokratis membuat lebih rendah kemungkinan terjadinya perilaku menyimpang karena organisasi seperti itu mengembangkan

komunikasi terbuka diantara karyawan. Desain kantor yang terbuka sehingga perilaku karyawan lebih terlihat oleh atasan juga mengurangi kemungkinan perilaku *cyberloafing*.

Perbedaan jenis kelamin juga mempengaruhi perilaku *cyberloafing*. Pria dan wanita mempunyai pandangan yang berbeda tentang *cyberloafing*. Lim dan Chen (2009) menemukan bahwa karyawan pria sering melakukan perilaku *cyberloafing* dan merasa bahwa hal itu mempermudah pekerjaan mereka. Sebaliknya, karyawan wanita menyatakan bahwa mereka tidak sering melakukan perilaku *cyberloafing* dan menilai bahwa perilaku itu mengganggu proses kerja mereka. Pekerja pria berperilaku seperti itu karena pria memang cenderung lebih percaya diri dalam penggunaan internet dan menggunakannya untuk tujuan hiburan. Sebaliknya, wanita kurang percaya diri dan mempunyai sikap negatif terhadap penggunaan internet. Penelitian Jia, Jia, dan Karau (2016) juga menemukan bahwa karyawan pria dan muda cenderung lebih berperilaku *cyberloafing*.

### **Merugikan atau Menguntungkan?**

Banyak peneliti memasukkan *cyberloafing* dalam kategori perilaku menyimpang atau perilaku tidak produktif (Dalal, 2005). Para peneliti tersebut menilai bahwa *cyberloafing* merupakan perilaku buruk dan tidak tepat dilakukan di tempat kerja. Perilaku menyimpang dapat didefinisikan sebagai perilaku yang menyimpang dari norma suatu kelompok yang menjadi referensinya (Warren, 2003). Manajer yang mengadopsi pemikiran ini akan membuat aturan tegas bahwa karyawan seharusnya tidak pernah menggunakan internet untuk kepentingan pribadi pada saat bekerja. Oleh Anandarajan dan Simmers (2005) manajer tipe itu disebut sebagai *cyber-bureaucrats* atau birokrat-maya.

Manajer tipe birokrat maya percaya bahwa *cyberloafing* merupakan sebuah bentuk perilaku kerja tidak produktif. Perilaku tidak produktif dalam bentuk *cyberloafing* ini sangat tidak kentara karena seorang karyawan dapat melakukannya kendati terlihat seperti sedang tekun melakukan pekerjaannya. Perilaku *cyberloafing* dapat dilakukan kapan saja, tidak perlu meninggalkan tempat kerja, bahkan juga tidak perlu menunggu bos sedang tidak ada di tempat. Askew (2012)

menyatakan bahwa *cyberloafing* merupakan bentuk perilaku menarik diri. Perilaku menarik diri didefinisikan sebagai perilaku membatasi waktu kerja kurang dari yang diharapkan oleh organisasi (Spector & Fox, 2002). Tentu saja akibatnya adalah penurunan produktivitas.

Di Amerika Serikat kerugian berupa kehilangan produktivitas akibat perilaku tidak produktif dalam bentuk *cyberloafing* diestimasi senilai 54 sampai 85 juta dolar Amerika (Jia, Jia, & Karau, 2016). Dalam studinya di United Kingdom, Taylor (2007) mencatat kerugian yang lebih besar akibat *cyberloafing*, yaitu sekitar 600 juta dolar Amerika per tahun. Menurut penelitian Lim dan Teo (2005), karyawan kehilangan 30%-40% produktivitas karena mengakses internet untuk kepentingan pribadi. Kerugian lainnya meliputi kehilangan *bandwidth*, terpapar virus komputer, bahkan juga kemungkinan tanggungjawab legal yang harus dipikul oleh perusahaan tempat karyawan bekerja.

Di pihak lain ada beberapa peneliti menyatakan bahwa *cyberloafing* merupakan tindakan yang diperlukan untuk mengurangi kebosanan kerja bahkan dapat mendorong kreativitas, fleksibilitas, persahabatan dan saling percaya antar karyawan ketika melakukan kegiatan bersama, serta mendorong terciptanya lingkungan pembelajaran (Greenfield & Davis, 2002). Beberapa penelitian lain lagi menyimpulkan bahwa *cyberloafing* dapat memberikan sebuah periode pendek untuk beristirahat, terbebas dari kesulitan atau ketidaksenangan, dan meningkatkan produktivitas (Block, 2001). Manajer yang mengambil sikap ini umumnya akan menjadi seorang *cyber-humanist* atau humanis-maya yang percaya bahwa penggunaan internet untuk kepentingan pribadi dapat menyeimbangkan kehidupan karyawan.

Karyawan yang berada dalam situasi tuntutan pekerjaan yang tinggi memerlukan pemulihan untuk mencegah kelelahan (Bakker, Demerouti, & Verbeke, 2004). *Cyberloafing* bisa berperan dalam proses pemulihan ini dan dapat memiliki efek positif pada kesejahteraan karyawan (Oravec, 2002). Dalam hal ini *cyberloafing* dapat berfungsi sebagai sejenis waktu istirahat pendek untuk memutus sementara pekerjaan yang memberikan tekanan psikologis. Anandarajan dan Simmers (2005) menyebut *cyberloafing* berfungsi sebagai “*an office toy*” untuk mengurangi stres kerja dan membangkitkan kreativitas. Karyawan yang mengalihkan secara singkat pikirannya ke hal lain selain pekerjaan yang sedang dikerjakannya akan mendapatkan efek

positif, seperti menghilangkan kebosanan, kelelahan, dan stres. Selain itu, pengalihan singkat itu juga dapat meningkatkan kreativitas dan kesejahteraan, memperbaiki *mood*, serta pada akhirnya membuat karyawan secara keseluruhan menjadi bahagia (Vitak, Crouse, & LaRose, 2011). Hasil penelitian Stanton (2002) menunjukkan bahwa orang-orang yang sering menggunakan internet untuk kepentingan pribadi memiliki kepuasan kerja yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang jarang atau tidak pernah menggunakannya.

Penelitian yang dilakukan Lim dan Chen (2009) memperkuat pendapat bahwa *cyberloafing* dapat berdampak positif bagi individu, namun sekaligus menunjukkan bahwa kegiatan *cyberloafing* yang berbeda dapat memberikan pengaruh yang berbeda pula terhadap perasaan karyawan. Kegiatan mengakses situs memang memberikan perasaan positif, namun kegiatan membuka surat elektronik pribadi ternyata memberikan perasaan negatif. Melakukan akses situs memberikan pelarian sementara dari stres kerja. Pelarian sementara ini menjadi sarana bagi karyawan untuk mengisi kembali energinya, dan dalam proses pengisian kembali itu mereka merasakan afeksi positif. Afeksi positif ini selanjutnya memberikan sumber daya yang diperlukan untuk kembali menyelesaikan pekerjaannya. Sebaliknya, membuka surat elektronik merupakan tugas kognitif. Karyawan membutuhkan sumber daya psikologis untuk membaca dan membalas pesan di surat elektronik. Hal itu mempengaruhi berkurangnya sumber daya psikologis yang seharusnya dipergunakan untuk menyelesaikan pekerjaannya. Alhasil muncullah afeksi negatif.

## **Mengelola Internet di Tempat Kerja**

Keberadaan kebijakan formal dan sanksi terhadap *cyberloafing* dari pihak organisasi seharusnya mengurangi perilaku *cyberloafing* di kalangan karyawan (Jia, Jia, & Karau, 2016). Anandarajan, Devine, dan Simmers (2004) menyatakan bahwa kebijakan dan monitoring terhadap perilaku karyawan termasuk penggunaan internet akan mendorong tingkat kebebasan karyawan serta meminimalkan resiko biaya dan resiko lainnya bagi organisasi. Namun kebijakan yang diambil harus mempertimbangkan berbagai aspek agar menjadi kebijakan yang efektif seperti itu.

Kebijakan tanpa toleransi, yaitu kebijakan organisasi yang tidak membolehkan sama sekali melakukan akses internet bagi kepentingan yang tidak terkait dengan pekerjaan seringkali malah membuat karyawan teralienasi, mengurangi kepuasan kerja dan tidak memberikan nafas untuk kreativitas (Block, 2001; Greengard, 2002). Kebijakan seperti ini akan membangkitkan saling tidak percaya antara manajemen dan karyawan. Sebaliknya, kebijakan yang terlalu longgar dengan membolehkan karyawan melakukan apa pun dapat menimbulkan dampak pelanggaran hukum serta mengurangi produktivitas bagi organisasi (Mirchandani & Motwani, 2003).

Organisasi perlu mengambil kebijakan yang tepat untuk menjaga agar *cyberloafing* serius tidak terjadi, namun tetap memberikan kelonggaran bagi beberapa bentuk perilaku *cyberloafing* minor yang dapat mengurangi stres, menyeimbangkan kehidupan kerja dan keluarga, memunculkan gagasan kreatif, membangun jaringan, dan sebagainya. Blanchard dan Henle (2008) menyarankan agar organisasi mengambil kebijakan sesuai kondisi masing-masing dan menentukan bentuk *cyberloafing* yang diijinkan dan yang dilarang.

Blanchard dan Henle (2008) menyatakan bahwa mengeluarkan kebijakan berupa pelarangan dan pemberian sanksi terhadap *cyberloafing* dapat tidak mempengaruhi perilaku *cyberloafing* karena karyawan berfikir bahwa perilaku mereka tidak mudah diketahui dan seandainya tertangkap oleh atasan hal itu adalah persoalan nasib semata. Untuk itu, selain mengembangkan dan mensosialisasikan kebijakan tentang penggunaan internet, organisasi juga perlu mengimplementasikan mekanisme penegakan kebijakan tersebut, misal pemanfaatan *software* pemantau yang dapat melacak penggunaan internet dan surat elektronik oleh karyawan serta menentukan jenis penggunaan mana yang tidak tepat. Aktivitas pemantauan ini akan efektif jika diikuti dengan tindakan pendisiplinan khususnya terhadap *cyberloafing* serius untuk memberikan penegasan bahwa tindakan tersebut tidak tepat.

Monitoring yang sangat ketat terhadap penggunaan internet di satu sisi dapat mengurangi penggunaan internet untuk keperluan pribadi namun di sisi lain juga dapat mengurangi tingkat kepuasan kerja karyawan (Urbaczewski & Jessup, 2002). Monitoring yang sangat ketat diikuti dengan pemberian sanksi disiplin yang sangat berat akan

meningkatkan ketakutan pada karyawan. Ketakutan mendapatkan hukuman dapat mengakibatkan perasaan tidak percaya terhadap manajemen atau atasan apabila pemberian hukuman dinilai tidak adil (DeLara, 2007). Dengan demikian, menjadi sangat penting untuk mengembangkan sebuah sistem monitoring dan pendisiplinan yang tepat dan dinilai adil oleh karyawan agar sistem tersebut efektif.

## Penutup

Penggunaan internet di perusahaan dan berbagai organisasi lainnya di Indonesia semakin besar. Oleh karenanya, keberadaan jaringan internet di suatu organisasi sudah menjadi hal biasa bahkan menjadi kebutuhan utama. Perilaku karyawan dalam menggunakan internet yang disediakan oleh organisasi dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu penggunaan internet untuk kepentingan pekerjaan dan penggunaan internet untuk kepentingan pribadi yang tidak terkait dengan pekerjaan. Penggunaan akses internet perusahaan pada kategori kedua inilah yang disebut dengan perilaku *cyberloafing*.

Banyak faktor yang menjadi penyebab perilaku *cyberloafing*, meliputi faktor pribadi individu serta faktor yang berasal dari pekerjaan dan organisasi. Faktor individu yang banyak diteliti meliputi *locus of control*, kepribadian, keterlibatan kerja, serta sikap terhadap *cyberloafing*. Selain itu juga terdapat perbedaan perilaku *cyberloafing* antara pria dan wanita. Faktor yang berasal dari pekerjaan meliputi konflik peran dan ambiguitas peran. Sedangkan faktor yang berasal dari organisasi meliputi ketidakadilan organisasi yang dipersepsikan oleh karyawan, budaya organisasi, dan desain organisasi.

Berdasarkan hasil penelitian terkini, *cyberloafing* selain memberikan dampak negatif terhadap organisasi juga mempunyai dampak positif bagi baik individu maupun organisasi. Oleh karena itu, organisasi perlu membuat kebijakan penggunaan internet di tempat kerja yang tepat, mensosialisasikannya dan menerapkan mekanisme monitoring dan penegakan kebijakan agar dampak negatifnya dapat diminimalisir, dan pada saat yang sama dampak positifnya dapat dinikmati oleh karyawan sebagai individu dan organisasi secara keseluruhan.

## Daftar Acuan

- Anandarajan, M., & Simmers, C.A. (2005). *Developing human capital through personal web use in the workplace: Mapping employee perceptions*. *Communication of the Association for Information System*, 15, 776-791.
- Anandarajan, M., Devine, P., & Simmers, C. (2004). *A multidimensional scaling approach to personal web usage in the workplace*. Dalam M. Anandarajan & C. Simmers (Eds.), *Personal web usage in the workplace: A guide to effective human resource management*. Hershey, PA: Information Science Publishing.
- Anandarajan, M., Simmers, C.A., & Igbaria, M. (2000). *An exploratory investigation of the antecedents and impact of internet usage: An individual perspective*. *Behavior & Information Technology*, 19, 69-85.
- Askew, K.L. (2012). *The relationship between cyberloafing and task performance and an examination of the theory of planned behavior as a model of cyberloafing*. (Unpublished doctoral dissertation). University of South Florida.
- Bakker, A.B., Demerouti, E. & Verbeke, W. (2004). *Using the job demands-resources model to predict burnout and performance*. *Human Resource Management*, 43, 83-104.
- Blanchard, A.L., & Henle, C.A. (2008). *Correlates of different forms of cyberloafing: The role of norms and external locus of control*. *Computers in Human Behavior*, 24, 1067-1084.
- Blau, G., Yang, Y., & Ward-Cook, K. (2004). *Testing a measure of cyberloafing*. *Journal of Allied Health*, 35(1), 9-17.
- Block, W. (2001). *Cyberslacking, business ethics and managerial economics*. *Journal of Business Ethics*, 33, 225-231.
- Bock, G., & Ho, S.L. (2009). *Non-work related computing (NWRC)*. *Communications of the ACM*, 52(4), 124-128.
- D'Abate, C.P. (2005). *Working hard or hardly working: A study of individuals engaging personal business on the job*. *Human Relations*, 58, 109-1032.

- Dalal, R.S. (2005). *A meta-analysis of the relationship between organizational citizenship behavior and counterproductive work behavior*. *Journal of Applied Psychology*, 90, 1241–1255.
- deLara, P.Z.M. (2007). *Relationship between organizational justice and cyberloafing in the workplace: Has 'anomia' a say in the matter?* *CyberPsychology & Behavior*, 10(3), 464-470.
- Eastin, M.S., Glynn, C J., & Griffiths, R.P. (2007). *Psychology of communication technology use in the workplace*. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 436–443.
- Garrett, R.K., & Danziger, J.N. (2008). *On cyberslacking: Workplace status and personal Internet use at work*. *CyberPsychology & Behavior*, 11(3), 287-292.
- Greenfield, D.N., & Davis, R.A. (2002). *Lost in cyberspace: The web @ work*. *CyberPsychology and Behavior*, 5, 347–353.
- Greengard, S. (2002, December). *The high cost of cyberslacking*. *Workforce*, 12, 22–24.
- Henle, C.A., & Blanchard, A.L. (2008). *The interaction of work stressors and organizational sanctions on cyberloafing*. *Journal of Managerial Issues*, 20(3), 383–400.
- Jia, H., Jia, R., & Karau, S. (2016). *Cyberloafing and personality: The impact of the big five traits and workplace situational factors*. *Journal of Leadership & Organizational Studies* 20 (3), 358-365.
- Levenson, H. (1974). *Activism and powerful others: Distinctions within the concept of internal-external control*. *Journal of Personality Assessment*, 38(4), 377-383.
- Lieberman, B., Seidman, G., McKenna, K.Y.A., & Buffardi, L.E. (2011). *Employee job attitudes and organizational characteristics as predictors of cyberloafing*. *Computers in Human Behavior*, 27, 2192–2199.
- Lim, V.K.G. (2002). *The IT way of loafing on the job: Cyberloafing, neutralizing and organizational justice*. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 675–694.

- Lim, V.K.G., & Teo, T.S.H. (2005). *Prevalence, perceived seriousness, justification and regulation of cyberloafing in Singapore: An exploratory study*. *Information and Management*, 42, 1081–1093.
- Lim, V.K.G., Teo, T.S.H., & Loo, G.L. (2002). *How do I loaf here? Let me count the ways*. *Communications of the ACM*, 45, 66–70.
- Lim, V.K.G., & Chen, D,J,Q. (2009). *Cyberloafing at the workplace: Gain or drain on work?* *Behavior & Information Technology*, 25(1), 1-11.
- Mahatanankoon, P., Anandarajan, M., & Igbaria, M. (2004). *Development of a measure of personal web usage in the workplace*. *CyberPsychology & Behavior*, 7(1), 93-104.
- Maxwell, K. (2013). *Macmillan dictionary, BuzzWord: Cyberloafing*. Diakses pada tanggal 15 Mei 2016 dari [www.macmillandictionary.com/buzzword/entries/cyberloafing.html](http://www.macmillandictionary.com/buzzword/entries/cyberloafing.html)
- Mirchandani, D., & Motwani, J. (2003). *Reducing internet abuse in the workplace*. *SAM Advanced Management Journal*, 68, 22–55.
- Morrison, E.W. (1993). *Longitudinal study of the effects of information seeking on newcomer socialization*. *Journal of Applied Psychology*, 78, 173–183.
- Oravec, J.A. (2002). *Constructive approaches to internet recreation in the workplace*. *Communications of the ACM*, 45, 60–63.
- Robinson, S.L., & O’Leary-Kelly, A.M. (1998). *Monkey see, monkey do: The influence of work groups on the antisocial behavior of employees*. *Academy of Management Journal*, 41, 658-672.
- Rotter, J.B. (1966). *Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement*. *Psychological Monograph*, 80(1), Whole No. 609.
- Spector, P.E., & Fox, S.A. (2002). *An emotion-centered model of voluntary work behavior: Some parallels between counterproductive work behavior and organizational citizenship behavior*. *Human Resource Management Review*, 12, 269–272.

- Stanton, J.M. (2002). *Company profile of the frequent internet user. Communications of the ACM*, 45(1), 55-59.
- Taylor, A. (2007, January 4). *Gambling at work "costs employers £300M a year."* *Financial Times*.
- Urbaczewski, A. & Jessup, L.M. (2002). *Does electronic monitoring of employee internet usage work? Magazine Communications of the ACM*, 45(1), 80-83.
- Vitak, J., Crouse, J., & LaRose, R. (2011). *Personal internet use at work: Understanding cyberslacking. Computers in Human Behavior*, 27, 1751-1759.
- Warren, D.E. (2003). *Constructive and destructive deviance in organizations. Academy of Management Review*, 28(4), 622-632.
- Whitty, M.T., & Carr, A.N. (2006). *New rules in workplace: Applying object-relations theory to explain problem internet and email behavior in the workplace: Computers in Human Behavior*, 22, 235-250.

**Seger Handoyo. “Cyberloafing in the Workplace: Harmful or Beneficial?”**

*In Indonesia today the number of internet users has reached more than 88 million of the 259 million of the Indonesian population. The Indonesian companies have also been using the internet to boost their business. Employees' behavior with regard to internet usage can be categorized into two categories, namely that for work related purposes and that for personal non-work related purposes. The use of the company's internet access for non-work related purposes is called cyberloafing or cyberslacking including among others playing games online and using the internet to earn an extra income. Personal factors that cause cyberloafing include locus of control, personality, work engagement, attitudes toward cyberloafing, and gender, while those derived from work and the organization include role conflict and role ambiguity as well as perceived organizational justice, organizational culture, and organizational design. Cyberloafing has both negative and positive impacts for both the individual workers and the organizations. An appropriate internet use policy in the workplace should be implemented to minimize its negative impacts including reduced productivity and violations of the law as well as to boost its positive impacts including reducing stress, balancing work life and family, growing creative ideas, building networks which are beneficial for both the individual employees and the organization as a whole.*

# 39\_Cyberloafing di tempat kerja\_Merugikan atau menguntungkan\_2016 Psikologi dan Teknologi Informasi

---

## ORIGINALITY REPORT

---

**12%**

SIMILARITY INDEX

**12%**

INTERNET SOURCES

**2%**

PUBLICATIONS

**0%**

STUDENT PAPERS

---

## MATCH ALL SOURCES (ONLY SELECTED SOURCE PRINTED)

---

7%

★ himpsi.or.id

Internet Source

---

Exclude quotes      On

Exclude bibliography      On

Exclude matches      < 1%

# 39\_Cyberloafing di tempat kerja\_Merugikan atau menguntungkan\_2016 Psikologi dan Teknologi Informasi

---

## GRADEMARK REPORT

---

FINAL GRADE

**/0**

GENERAL COMMENTS

**Instructor**

---

PAGE 1

---

PAGE 2

---

PAGE 3

---

PAGE 4

---

PAGE 5

---

PAGE 6

---

PAGE 7

---

PAGE 8

---

PAGE 9

---

PAGE 10

---

PAGE 11

---

PAGE 12

---

PAGE 13

---

PAGE 14

---

PAGE 15

---

PAGE 16

---

PAGE 17

---

PAGE 18

---

PAGE 19

---

PAGE 20

---

PAGE 21

---

PAGE 22

---

PAGE 23

---

PAGE 24

---

PAGE 25

---

PAGE 26

---

PAGE 27

---

PAGE 28

---

PAGE 29

---

PAGE 30

---

PAGE 31

---

PAGE 32

---

PAGE 33

---

PAGE 34

---

PAGE 35

---

PAGE 36

---

PAGE 37

---

PAGE 38

---

PAGE 39

---

PAGE 40

---

PAGE 41

---

PAGE 42

---

PAGE 43

---

PAGE 44

---

PAGE 45

---

PAGE 46

---

PAGE 47

---