

PENGARUH *TECHNOSTRESS* TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA

Abstract

Roni Hermanto*
 Universitas Negeri Padang
 Departemen Pariwisata
ronihermanto1203@gmail.com

Nadia wulansari, S.E, M.M
 Universitas Negeri Padang
 Departemen Pariwisata

Abstract. *Technostress is a phenomenon that arises due to the expansion of technology use, where there is an increase in computerization and digitalization every year. The purpose of this study is to determine and analyze the effect of technostress on work productivity. Data were collected using a questionnaire. The type of research used is descriptive with quantitative data. The data obtained from this study were analyzed and interpreted in accordance with the objectives of this study. This study evaluated phenomena related to technostress in 83 respondents. The results showed that the relationship between technostress and productivity had a significant effect with F count 5.902, meaning that the Technostress variable (X) had a positive and significant effect on the Work Productivity variable (Y).*

Keywords: *technostress, productivity, techno overload, techno invasion, ICT*

PENDAHULUAN

Technostress adalah kondisi psikofisiologis yang ditandai dengan tingginya kadar hormon sensitif terhadap stres, serta gejala kognitif, seperti konsentrasi buruk, mudah tersinggung, dan gangguan memori. Mirip dengan jenis stres lainnya, *technostress* tampaknya ditandai dengan aktivasi poros kelenjar hipotalamus-hipofisis-adrenal, yang menyebabkan peningkatan kadar kortisol plasma. Faktor-faktor, peristiwa dan keadaan yang menyebabkan terjadinya *technostress* disebut 'techno-stressors', sedangkan anteseden adalah faktor yang dapat mempengaruhi dan memperkuat efek stressor pada individu. Di sisi lain, moderator (atau inhibitor) dapat memitigasi atau menghambat (Arnetz & Wiholm, 1997).

TIK telah memberikan dampak yang signifikan imbalan bagi organisasi selama empat dekade terakhir dalam hal pengurangan biaya operasional, efisiensi proses yang lebih besar, alternatif strategis baru, dan kemungkinan inovasi. selain memberikan manfaat bisnis yang nyata, TIK juga dapat menimbulkan reaksi negatif pada individu dan mengharuskan mereka melakukan penyesuaian dalam berbagai cara. Hal ini dapat menimbulkan dampak psikologis seperti rasa tidak aman terhadap TIK, dan dapat menurunkan kepercayaan diri serta kenyamanan secara keseluruhan dalam penggunaannya (Lee, 2016).

meluasnya penggunaan TIK modern sering kali menghasilkan "konektivitas" yang hampir konstan melalui email, Internet, dan telepon. Individu merasa bahwa karena mereka selalu terhubung, mereka "siap dipanggil." Hal ini membuat mereka percaya bahwa mereka telah kehilangan kendali atas waktu dan ruang, sehingga menimbulkan perasaan stres. Sebagai contoh lain, pengguna TIK secara teratur dibanjiri informasi dari berbagai sumber. Informasi

tersebut sering kali melebihi kemampuan mereka untuk memprosesnya secara efektif. Hal ini, ditambah dengan meningkatnya tingkat kompleksitas TIK yang terus berubah, menciptakan perasaan tidak mampu mengatasinya dan berujung pada stres. Oleh karena itu, *technostress* adalah salah satu dampak dari upaya dan perjuangan individu dalam menghadapi perkembangan TIK yang terus berkembang serta perubahan kebutuhan kognitif dan sosial terkait penggunaannya. Dampaknya semakin nyata dalam beberapa tahun terakhir seiring dengan pesatnya perkembangan TIK di tempat kerja. (Nastjuk dkk, 2024)

Technostress yang berhubungan dengan pekerjaan telah dipelajari secara lebih luas karena dampaknya terhadap produktivitas dan bisnis. Terdapat bukti bahwa informasi yang berlebihan dari penggunaan telepon seluler dapat meningkatkan emosi negatif, seperti kemarahan dan kecemasan pada pengguna, sementara kegunaan perangkat telepon seluler melemahkan efek ini.

Produktivitas merupakan kemampuan karyawan dalam mencapai tugas tertentu sesuai standar, kelengkapan, biaya dan kecepatan sehingga pemanfaatan sumber daya manusia yang efisien dan efektif dalam sebuah organisasi sangat penting untuk meningkatkan efektivitas dan efisiensi secara keseluruhan (Hanaysha, 2016).

Dengan teknologi yang di pakai saat ini tentu terbagai masalah timbul seperti karyawan yang harus mempelajari dan beradaptasi dengan teknologi terbaru yang sesuai indikator *technostress* dengan *techno uncertainty* dimana kondisi stress akibat perubahan teknologi tanpa henti dan berkembang begitu cepat.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat *technostress* terhadap produktivitas karyawan. Apakah secara praktis terdaat perbedaan yang signifikan antara *technostress* deng produktivitas pekerja. Berdasarkan tujuan tersebut, maka dirumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut: bagaimana *Technostress* di tempat karyawan tersebut? bagaimana Produktivitas kerja di tempat karyawan tersebut?, dan bagaimana pengaruh *Technostress* terhadap Produktivitas kerja.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif dengan data kuantitatif yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang memiliki 83 responden. Tujuan dari pendekatan ini yaitu untuk menggambarkan objek yang akan diteliti yaitu pengaruh *technostress* terhadap produktivitas kerja. Menurut Sugiyono. (Sugiyono, 2019). Penelitian kuantitatif diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif / statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotetesis yang telah ditetapkan. Menurut Sugiyono (2019:48) deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui keberadaan variabel mandiri, baik hanya pada satu variabel atau lebih (variabel yang berdiri sendiri) tanpa membuat perbandingan dan mencari hubungan variabel itu dengan variabel lain. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dianalisis dan di interpretasikan sesuai dengan tujuan dan pertanyaan penelitian yang telah dikemukakan.

HASIL

1. Analisis deskriptif Variabel

a. *Technostress* (X)

variabel *Technostress* (X) dikumpul dengan 15 butir pernyataan yang telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Selanjutnya pertanyaan tersebut disebarakan kepada 83 responden untuk dijawab. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner penelitian tersebut maka dapat diperoleh deskripsi data hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Statistik Variabel *Technostress*
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
<i>Technostress</i>	83	16.00	75.00	4808.00	57.9277	10.75082
Valid N (listwise)	83					

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

diatas dapat dilihat bahwa jumlah responden (N) sebanyak 83 orang diperoleh mean sebesar 57.9277, standar deviation sebesar 10.75082, minimum sebesar 16, maximum sebesar 37 dan total nilai (sum) sebesar 4808.

b. Produktivitas kerja (Y)

Data variabel Produktivitas kerja (Y) dikumpul dengan 12 butir pernyataan yang telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Selanjutnya pertanyaan tersebut disebarakan kepada 83 responden untuk dijawab. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner penelitian tersebut maka dapat diperoleh deskripsi data hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 2. Statistik Variabel Produktivitas Kerja

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation	Variance
Produktivitas	83	48.00	12.00	60.00	4264.00	51.3735	7.06021	49.847
Valid N (listwise)	83							

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa jumlah responden (N) sebanyak 83 orang diperoleh mean sebesar 51.3735, standar deviation sebesar 7.06021, *variance* sebesar 49.847, *range* 48, minimum sebesar 12, maximum sebesar 60 dan total nilai (sum) sebesar 4264.

2. Uji Persyaratan Analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data berdistribusi secara normal atau tidak. Pengujian normalitas penyebaran data variabel *Technostress* terhadap Produktivitas kerja dilakukan dengan uji *kolmogorof Smirnov*.

**Tabel 3. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		83
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.34401564
Most Extreme Differences	Absolute	.122
	Positive	.122
	Negative	-.086
Kolmogorov-Smirnov Z		1.111
Asymp. Sig. (2-tailed)		.169

a. Test distribution is Normal.

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai *Asymp Sig* untuk hasil uji normalitas adalah 0,169, dengan nilai signifikansi > 0,05, maka dapat dikatakan bahwa variabel *Technostress* terhadap Produktivitas Kerja berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah dua variable mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Jika nilai *Sig* > 0,05 maka data yang digunakan dapat dijelaskan oleh regresi linier.

Tabel 4. Uji Lineritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Produktivitas	Between Groups	(Combined)	1379.428	21	65.687	6.314	.000
Technostress		Linearity	1065.511	1	1065.511	102.414	.000
		Deviation from Linearity	313.917	20	15.696	1.509	.111
		Within Groups	634.644	61	10.404		
Total			2014.072	82			

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai Deviation from Linearity Sig untuk hasil uji linieritas adalah 0,111, dengan nilai signifikansi $> 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa variabel *Technostress* terhadap Produktivitas kerja mempunyai hubungan yang linear.

c. Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah data pada kelas eksperimen dan kelas kontrol homogen (sama) atau tidak. dasar keputusan data dapat dilakukan dengan membandingkan angka signifikansi nilai Sig. (2-tailed) dengan alpha 0,05 (5%), dengan ketentuan jika nilai Sig. (2-tailed) $< \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak, dan sebaliknya jika nilai Sig. (2-tailed) $> \alpha (0,05)$ maka H_0 diterima.

Tabel 5. Uji homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Technostress			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.635	11	64	.001

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa nilai nilai Sig untuk hasil uji homogenitas adalah 0,001, dengan alpha 0,05 (5%), dengan ketentuan jika nilai Sig. (2-tailed) $< \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak, dan sebaliknya jika nilai Sig. (2-tailed) $> \alpha (0,05)$ maka H_0 diterima. Jadi kesimpulan pada uji homogenitas dengan nilai Sig kurang dari 0,05 maka H_0 ditolak dengan artian terdapat pengaruh *Technostress* terhadap produktivitas kerja.

3. Uji Analisi Statistik

a. Uji Regresi Linier Sederhana

Uji regresi linear sederhana adalah uji hipotesis yang digunakan untuk menguji tingkat keeratan hubungan antara variabel x dengan variabel y.

Tabel 6. Uji regresi Linier sederhana

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Produktivitas Kerja *	Between Groups	(Combined) Linearity	2994.541	26	115.175	5.902	.000
Technostress		Deviation from Linearity	281.722	1	281.722	14.436	.000
		Within Groups	1092.881	56	19.516		
	Total		4087.422	82			

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

Berdasarkan hasil uji regresi linier diatas diperoleh nilai F hitung 5.902 dengan sig. 0,000 $< 0,05$, artinya variabel *Technostress* (X) berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap variabel Produktivitas kerja (Y).

b. Uji Koefisien Determinasi (R²)

(Ghozali, 2011) Uji koefisien determinasi (R²) adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Nilai R² menunjukkan persentase variasi total pada variabel dependen yang dijelaskan oleh model regresi. Berikut hasil uji Koefisien Determinasi (R²).

Tabel 7. Uji koefisien Determinasi (R²)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.338 ^a	.114	.103	6.686

a. Predictors: (Constant), *Technostress*

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai Adjusted R *Square* sebesar 0,114 artinya pengaruh variabel *Technostress* (X) dan terhadap variabel Produktivitas kerja (Y) sebanyak 11,4% sedangkan 88,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

c. Uji Parsial (Uji t)

Uji t ini digunakan untuk menguji koefisien regresi secara parsial dari variabel independen terhadap variabel dependen, yaitu untuk menunjukkan seberapa jauh pengaruh variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen. Pada akhirnya akan diambil suatu kesimpulan H0 ditolak atau diterima.

Tabel 8. Uji parsial (t)
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	41.261	4.198		9.830	.000
Technostress	.175	.072	.263	2.449	.016

a. Dependent Variable: Produktivitas Kerja

Sumber : Hasil Olahan Data SPSS Versi 16.00 (2024)

Berdasarkan table diatas jika nilai *Sig* < 0,05 maka Ha diterima, artinya ada pengaruh signifikan antar variabel bebas yaitu *Technostress* (X) terhadap variabel terikat Produktivitas Kerja (Y).

PEMBAHASAN

1. *Technostress*

Berdasarkan hasil pengolahan data dari 83 sampel, dengan menggunakan SPSS versi 16.00, diketahui bahwa variabel *technostress* secara umum menunjukkan kategori Baik dengan nilai sebesar 3,85, dimana pekerja dapat mengelola *technostress* secara efektif dan efisien hal ini penting untuk mengembangkan kebiasaan sehat dalam menggunakan teknologi. *Teknostress* menurut, (Tarafdar et al., 2007) adalah dampak dari stress yang dialami pengguna sebagai hasil dari aplikasi multi tugas, konektivitas yang terus menerus, informasi yang berlebihan, perubahan (upgrading) sistem yang berkali-kali dan akibat dari ketidakpastian, pembelajaran ulang dan dampak ketidakamanan sehubungan dengan pekerjaan yang berkelanjutan, dan masalah teknis yang berhubungan dengan penggunaan TI dalam organisasi. Dengan kata lain *technostress* yang baik itu adalah kemampuan melakukan perubahan dan pembelajaran dalam menghadapi perkembangan teknologi.

2. Produktivitas Kerja

Berdasarkan hasil pengolahan data dari 83 sampel, dengan menggunakan SPSS versi 16.00, diketahui bahwa Produktivitas Kerja umum menunjukkan kategori sangat baik dengan nilai sebesar 4,27 hal ini berarti pekerja masih produktif dalam melakukan pekerjaan. Menurut(Suryani dkk, 2022), produktivitas kerja merupakan perbandingan antara hasil kerja dengan bahan, waktu, dan tenaga yang digunakan dalam memproduksi barang atau jasa dengan menggunakan sumber-sumber yang ada secara efektif dan efisien, tetapi tetap menjaga mutu barang atau jasa yang dihasilkan. Produktivitas yang baik melibatkan pengelolaan waktu, sumber daya manusia, tenaga kerja dan teknologi dengan cara yang efektif dan efisien untuk memberikan layanan terbaik kepada tamu serta memastikan operasional berjalan lancar.

3. Pengaruh *technostress* Terhadap produktivitas kerja

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang digunakan untuk mengetahui pengaruh antara *technostress* Terhadap produktivitas kerja yang dilakukan dengan bantuan SPSS versi 16.00. Dalam penelitian ini hasil persamaan koefisien regresi sebesar 0.175 dengan nilai sig. 0,000 < 0,05. Maka variabel *technostress* (X) secara signifikan

berpengaruh terhadap variabel produktivitas kerja (Y). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hario Jati Setyadi dkk *technostress* memiliki hubungan positif dan berpengaruh signifikan terhadap kinerja (Performance) semakin tinggi tingkat stressnya juga diakibatkan semakin tinggi tingkat kinerjanya (Performance). Hasil penelitian (le Roux & Botha, 2021) menunjukkan bahwa *technostress* tidak mempengaruhi produktivitas. Meskipun terdapat korelasi negatif, namun secara praktis tidak signifikan. Hasil ini berkorelasi dengan (La Torre dkk, 2020), yang mengungkapkan bahwa tidak satu pun dari lima pemicu *stres tekno* yang memiliki pengaruh signifikan terhadap produktivitas yang dilaporkan sendiri. Namun, (Lee dkk, 2016) menemukan bahwa *technostress* yang lebih tinggi menyebabkan tingkat produktivitas yang lebih tinggi dan penurunan kepuasan hidup secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hasil penelitian mengenai pengaruh *Technostress* terhadap Produktivitas kerja dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengolahan data dari 83 sampel diketahui bahwa variabel *technostress* secara umum menunjukkan kategori Baik dengan nilai sebesar 3,85. Hal ini harus dipertahankan atau ditingkatkan untuk mengelola *technostress* secara efektif dan efisien hal ini penting untuk mengembangkan kebiasaan sehat dalam menggunakan teknologi.
2. Dari 83 sampel tersebut didapatkan bahwa Produktivitas Kerja menunjukkan kategori sangat baik dengan nilai sebesar 4,27. Hal ini harus dipertahankan sehingga karyawan tetap produktif dalam melakukan pekerjaan.
3. Berdasarkan hasil penelitian ini diperoleh hubungan antara *Technostress* terhadap produktivitas berpengaruh secara signifikan dengan F hitung 5.902 artinya variabel *Technostress* (X) berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap variabel Produktivitas kerja (Y).

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, U. N. U., Amin, S. M., & Ismail, W. K. W. (2009). The impact of *technostress* on organizational commitment among Malaysian academic librarians. *Singapore Journal of Library and Information Management*, 38(103), 103–123.
- Hanaysha, J. (2016). Improving employee productivity through work engagement: Evidence from higher education sector. *Management Science Letters*, 6(1), 61–70.
- Hardjana, A., Tinjauan, R., Harjana, A., Pengajar, S., Ilmu, F., Universitas, A., Atma, K., & Jakarta, J. (2013). Iklim Organisasi: Lingkungan Kerja Manusiawi. *Jurnal ILMU KOMUNIKASI*, 3. <https://doi.org/10.24002/jik.v3i1.238>
- Khotimah, S., Hudiyani, A., & Handoko, H. (2019). Pengaruh disiplin kerja terhadap produktivitas kerja karyawan pt. Sumber adinusa lestari kabupaten lamandau. *Magenta*, 6(2), 53–61.
- Kusnendi, K. (2003). *Economics of human and nature resources*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Muchdarsyah, S. (2003). *Produktivitas apa dan Bagaimana*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Nyima, Y., & Hopping, K. A. (2019). Tibetan lake expansion from a pastoral perspective: local observations and coping strategies for a changing environment. *Society & Natural Resources*, 32(9), 965–982.
- Putri, R., & Idris, I. (2020). Pengaruh Teknologi Informasi dan Komunikasi Terhadap Pasar Tenaga Kerja dan Pertumbuhan Ekonomi di Indonesia. *Jurnal Kajian Ekonomi Dan Pembangunan*, 2(4), 15–20.
- Salahuddin, I. (n.d.). *The Role of Integrated Healthcare Center in Giving Service to Community of Cot Teugoh, Pidie Sub-District, Pidie Regency*.
- Salfadri, S., Begawati, N., & Andri, A. T. (2023). PENGARUH GAYA KEPEMIMPINAN DAN KOMITMEN KARYAWAN TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN PADA PT. KUNANGO JANTAN. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 1153–1165.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Suharti, L., & Susanto, A. (2014). The impact of workload and technology competence on *technostress* and performance of employees. *Indian Journal of Commerce and Management Studies*, 5(2), 1–7.
- Sulastiyono, A. (2007). *Teknik dan Prosedur Divisi kamar pada bidang Hotel*. Bandung: Alfabeta.
- Tarafdar, M., Tu, Q., Ragu-Nathan, B. S., & Ragu-Nathan, T. S. (2007). The Impact of *Technostress* on Role Stress and Productivity. *Journal of Management Information Systems*, 24(1), 301–328. <https://doi.org/10.2753/MIS0742-1222240109>
- TRIMULYA, MESA. (2019). MESA. PENGARUH KOMPETISI DALAM KEGIATAN BELAJAR TERHADAP MOTIVASI BERPRESTASI SISWA (Survey Pada Siswa SMA Kelas XII IPS di SMAN 1 Manonjaya Pada Mata Pelajaran Ekonomi). Universitas Siliwangi.

Ungku, U. N., Salmiah, A., Amin, M., Khairuzzaman, W., & Ismail, W. (2009). The Impact of *Technostress* on Organisational Commitment among Malaysian Academic Librarians. In Ungku Norulkamar • Impact of *Technostress* Singapore Journal of Library & Information Management • (Vol. 38).

Yang, H., Goh, T., & Sormin, P. (2022). Computer Anxiety and Computer Attitude in Increasing Staffs' Interest in Using the System through Perceived Usefulness and Perceived Ease of Use. *Quantitative Economics and Management Studies*, 3, 298–309. <https://doi.org/10.35877/454RI.qems923>