

EMAGAZINE TELKOMSIGMA

INSIGHT

EDISI 01 - 2023



UNLOCK YOUR BUSINESS POTENTIAL

Editorial Executive Messages



Ahmad Zaki Nasruddin
CEO Telkomsigma

“Unlock Your Business Potential Through Driving Transformation”

Salam Digital!!!

Saat ini, transformasi digital telah mengakseleasi berbagai sektor industri untuk mengadopsi layanan digital agar tetap relevan dan adaptif dalam menghadapi tantangan global. Adopsi layanan digital dapat membuka potensi bisnis yang lebih besar, sehingga dapat membantu bisnis perusahaan untuk memperluas pangsa pasarnya, bahkan mengakses pasar global.

Dengan adanya teknologi seperti data *analytics* dan *artificial intelligent* (AI) perusahaan dapat memahami kebutuhan pelanggan serta memberikan solusi yang tepat. Sehingga dapat memberikan *customer experience* yang lebih baik dan memenangkan persaingan industri yang semakin kompetitif.

Kendati demikian, seiring dengan tren perkembangan bisnis dan transformasi digital yang terus dilakukan berbagai sektor industri di Indonesia, Telkomsigma terus bertransformasi agar tetap relevan sebagai perusahaan penyedia layanan ICT terdepan. Telkomsigma menjadi bagian dari *Five Bold Moves Telkom Group* dan ditunjuk untuk menjadi *The Leader Digital IT Services Company* melalui tiga pilar utama bisnis portofolio *IT Services*, *Cloud* dan *Cyber Security*.

Kami menyadari, bahwa untuk membuka peluang dan potensi bisnis yang lebih besar, para pelaku bisnis dituntut untuk adaptif, mengintegrasikan strategi perusahaan dengan teknologi digital yang dapat membantu bisnis operasional lebih efektif dan efisien. Mengingat saat ini teknologi digital merupakan pendorong utama transformasi dalam dunia bisnis. Salah satunya melalui adopsi solusi berbasis *cloud*, menerapkan teknologi otomatisasi dan kecerdasan buatan (AI), meningkatkan sistem keamanan serta memanfaatkan analitik data untuk membuat keputusan yang tepat bagi bisnis.

Sebagai upaya, dalam mewujudkan akselerasi transformasi digital, Telkomsigma terus meningkatkan kapasitas dan kapabilitas layanan produk dan menjalin kerjasama strategis dengan global *player*. Agar kami dapat senantiasa memenuhi kebutuhan pasar dan menjadi mitra pilihan dalam perjalanan transformasi digital di berbagai sektor bisnis.

Salam Solid, Speed, Smart!
Firming The Foundation of Transformation,
WIN DIGITAL - Take Your Lead!
#GakNyerah #AyoBerubah #BringITon



GARUDA

Cyber Security

You run it, we SECURE it

trusted · IT · company
telkomsigma
by Telkom Indonesia

What's CYBER SECURITY Definition?

Cyber security or cyberspace security is the preservation of the confidentiality, integrity, and availability of information in cyberspace.

CYBER SECURITY SOLUTIONS:



**VULNERABILITY
ASSESSMENT & MANAGEMENT**



**MANAGE
SECURITY SERVICE**



PENTEST



**MANAGE DETECTION
AND RESPONSE**



COMPROMISE ASSESSMENT



CERT



DIGITAL RISK PROTECTION



**INCIDENT RESPONSE &
INCIDENT RESPONSE RETAINER**



EDR



INVESTIGATION

CONTACT US:

Website: www.telkomsigma.co.id

Email: marketing.crm@sigma.co.id

Telkom Landmark Tower Lt. 23
Jl. Jend. Gatot Subroto Kav. 52,
Jakarta 12710 Indonesia



Headline

Jawab Tantangan Siber, Telkomsigma Fokus untuk Bangun Solusi Garuda Cyber Security

Transformasi digital di era industri saat ini menjadi hal yang tidak bisa dihindari. Banyak aspek kehidupan masyarakat yang berhubungan dengan internet membuat risiko serangan siber menjadi meningkat. Maka dari itu penerapan sistem siber yang efektif menjadi sebuah tantangan baru bagi setiap perusahaan.

Telkomsigma sebagai perusahaan teknologi di Indonesia turut berpartisipasi dalam berbagai acara terkait keamanan siber, salah satunya pada *Webinar Cyber Security* yang diselenggarakan oleh Warta Ekonomi secara *live* melalui *virtual conference* membahas *Urgency* Memaksimalkan Efektivitas Keamanan di Ruang Digital. (11/4)

Dedi Haryadi selaku VP *cyber security* Telkomsigma sebagai salah satu speaker pada acara webinar ini menyampaikan materi terkait implementasi *Quad Helix* sebagai upaya memaksimalkan efektivitas keamanan di ruang digital. Menjelaskan bahwa Telkomsigma melalui implementasi Garuda *Cyber security* memberikan *end to end* solusi *system* perlindungan dari ancaman siber. Yang memastikan keamanan dan kedaulatan Indonesia yang berdampak pada ketahanan nasional.

“Garuda *Cyber Security* Telkomsigma menjadi solusi dalam memperkuat keamanan digital di berbagai sektor industri, baik itu di perusahaan swasta hingga ke lembaga pemerintahan di Indonesia dengan *campaign One Stop Cyber Security Solution* #YouRunitWeSecureit.”



Webinar ini juga terdapat beberapa pembicara seperti, Kepala Pusat Penelitian dan Pengembangan Aplikasi Informatika dan Informasi Kominfo, Said Mirza, Direktur Teknologi & Operasional Bank DKI, Amirul Wicaksono sebagai dan Direktur Keuangan Operasional dan TI Bank Kalteng, Ahmad Selanorwanda, serta dihadiri lebih dari 500 peserta dari seluruh Indonesia.

Telkomsigma beberkan pentingnya Audit Keamanan Informasi 4.0 dalam Kongres Asosiasi Fungsional Sandiman Indonesia 2023

Sebelumnya, dalam acara Workshop & Kongres II Asosiasi Fungsional Sandiman Indonesia (AFSI) Telkomsigma juga memaparkan Garuda *Cyber Security* kepada seluruh audien yang hadir seperti, Kementerian Dalam Negeri, Kementerian Luar Negeri, Kejaksaan Agung, Kementerian Komunikasi & Informatika, Kementerian Pertahanan, dan Dinas Komunikasi & Informatika di tingkatan kota dan kabupaten dari seluruh Indonesia yang dilaksanakan di Gedung Aula dr. Roebiono Kertopati BSSN (4/4/2023).

Managing Consultant Telkomsigma, Raditya Iryandi yang menjadi salah satu *speaker*, menjabarkan terkait pentingnya Audit Keamanan Informasi 4.0 di era digital saat ini. Audit Keamanan Informasi 4.0 merupakan bagian dari solusi Garuda *Cybersecurity* Telkomsigma untuk melakukan evaluasi terhadap praktik keamanan siber yang ditetapkan oleh organisasi, serta menentukan efektivitas sistem pertahanan yang dibangun terhadap setiap ancaman siber.

Garuda *Cybersecurity* sendiri merupakan salah satu produk dari Telkomsigma yang menjadi *One Stop Solution* dalam menyelesaikan berbagai masalah



keamanan siber untuk berbagai industri di Indonesia. Selaras dengan tema acara yaitu “Meningkatkan Kolaborasi, Sinergi, dan Profesionalisme Sandiman untuk Mewujudkan *E-Government* yang Aman dan Terpercaya”.

Diharapkan melalui acara tersebut, produk dan solusi Telkomsigma dapat terus berkontribusi untuk memperkuat digitalisasi di Indonesia agar tetap aman dan terpercaya.

#DigitalTanpaBatas #UntukIndonesiaLebihBaik #WINDIGITAL





Strategic Highlight

Telkomsigma Menjadi Satu-satunya Anak Usaha BUMN yang Mendapatkan Otorisasi LSP dari Microsoft

Sebagai bagian dari kemitraan strategis PT Telkom Indonesia (Persero) Tbk dengan Microsoft dalam mengakselerasi digitalisasi Indonesia, Telkomsigma kini telah terotorisasi sebagai *Microsoft Licensing Solutions Partner (LSP)*.

Peresmian otorisasi tersebut akan memberdayakan Telkomsigma untuk mendorong transformasi digital di berbagai industri dan segmen di Indonesia, sehingga mampu mengakselerasi perjalanan Indonesia menuju Indonesia Digital 2045.

Sebagai armada digital B2B Telkom Group, Telkomsigma selama satu tahun terakhir telah memperkuat kapabilitas dan kompetensi internal perusahaan sebagai pakar TI bersertifikasi Microsoft.

Otorisasi Telkomsigma sebagai Microsoft LSP kini diharapkan dapat meningkatkan customer engagement di berbagai segmen industri. Demi mencapai tujuan tersebut, Telkomsigma siap memberikan solusi end-to-end dan managed services bagi berbagai solusi Microsoft.

Termasuk di antaranya adalah solusi Modern Workplace, platform komputasi awan Microsoft Azure, pengembangan aplikasi bisnis Microsoft Dynamics 365, solusi keamanan data dan keamanan siber, pengembangan Data & AI, serta modernisasi aplikasi digital.

Selain itu, Telkomsigma juga siap menyediakan layanan hybrid cloud bagi pelanggan yang memerlukan keamanan data tinggi. Secara jangka panjang, otorisasi Telkomsigma sebagai LSP juga diharapkan dapat mengakselerasi ekonomi digital Indonesia, terutama dengan mendorong digitalisasi pelanggan enterprise dan institusi pemerintah yang memerlukan lisensi produk Microsoft melalui "Enterprise Agreement" (EA) dan "Microsoft Products and Services Agreement" (MPSA) dalam berbagai model. Hal ini akan menciptakan nilai tambah bagi seluruh pemangku kepentingan, mengingat optimalisasi teknologi dan dukungan operational excellence yang diberikan bagi bisnis pelanggan.

"Diperkuat dengan infrastruktur IT dan dukungan TelkomGroup, Telkomsigma sebagai pemain B2X yang layanannya mencakup semua model bisnis, berkomitmen untuk menjaga kepercayaan pelanggan. Melalui inovasi, peningkatan kompetensi, penguatan kapabilitas internal, lebih dari 200 praktisi TI bersertifikasi Microsoft, dan kesiapan dukungan TI 24x7, kami siap mendampingi dan memberikan layanan serta solusi kami kepada pelanggan," kata Tanto Suratno, Direktur Bisnis dan Penjualan Telkomsigma.

Linda Dwiyantri, Chief Partnership Officer, Microsoft Indonesia mengatakan, Telkomsigma telah membuat kemajuan signifikan dalam meningkatkan kemampuan layanan digital mereka bersama Microsoft selama satu tahun terakhir.

"Ekspansi kemitraan jangka panjang kami dengan Telkom yang dilakukan melalui otorisasi Telkomsigma sebagai Microsoft Licensing Solutions Partners akan memberdayakan lebih banyak segmen dan industri di Indonesia untuk membangun akselerasi digital mereka. Bersama, kami berupaya membuat teknologi dapat diakses oleh semua orang dan memperkuat ekonomi digital Indonesia."

Kerja sama antara Telkomsigma dan Microsoft juga merupakan respons untuk mewujudkan posisi Telkomsigma sebagai motor penggerak Telkom Group yang memimpin layanan B2B Digital IT Services, dan dalam menjadi mitra transformasi digital pilihan di Indonesia.

Corporate Recognition



Telkomsigma Raih *Best Public Relation* dalam *Indonesia Public Relation Award 2023*

Jakarta - Telkomsigma berhasil mendapatkan penghargaan sebagai “*Best Public Relation in Company Strategy on Optimizing Business Lines to Accelerate Cloud Based Digital Transformation*” untuk kategori *Information, Technology, and Telecommunication* dalam ajang *Indonesia Public Relation Awards (IPRA) 2023* yang diselenggarakan oleh Warta Ekonomi di Thamrin Nine Ballroom, Jakarta pada Jumat (24/2).

Penghargaan tersebut diberikan oleh CEO & Chief Editor Warta Ekonomi Group, Muhamad Ihsan kepada SVP *Strategic Business Development & Control* Telkomsigma, Reine Deborah Elizabeth.

“Kami keluarga besar Telkomsigma Group mengucapkan terima kasih kepada Warta Ekonomi, atas *recognition* dalam gelaran *Indonesia Public Relation Award 2023*. Raihan ini diraih Telkomsigma atas upaya transformasi yang terus dilakukan sepanjang tahun 2022, dengan menjadi perusahaan *B2B Digital IT Services* di lingkup Telkom Group. Langkah tersebut juga diiringi dengan perubahan bisnis kami, yang berfokus menyediakan solusi *Cloud Computing, Digital Services and IT Services*.” Ucap Reine.

Tentunya transformasi yang dilakukan perusahaan juga tak lepas dari berbagai aktivitas *Public Relations* yang secara konsisten kami bangun, sehingga kami dapat tetap relevan hadir di tengah industri dan masyarakat pada umumnya.



Dianugerahi 5 Star Diamond, Telkomsigma Berhasil Mendapatkan 3 Penghargaan dalam DIGITECH Award 2023

Jakarta - Pada gelaran *Digital Technology & Innovation (Digitech) Award 2023*, Telkomsigma berhasil meraih tiga penghargaan yang dianugerahi sebagai 5 Star Diamond untuk kategori *IT Solution Services* yang diselenggarakan oleh Majalah Itech di Ballroom Hotel Mulia Senayan, Jakarta. (30/3)

Kategori penghargaan yang diraih Telkomsigma dalam Digitech Award 2023, yaitu:

1. *The Best Digital Transformation (IT Solution Services)*
2. *The Best IT Human Capital Development (IT Solution Services)*
3. *The Best CEO For Corporate Digital Transformation of The year (Roberto Surya Negara)*

Digitech Award merupakan ajang tahunan melalui proses penjurian yang diikuti lebih dari 300 perusahaan di berbagai industri untuk mengapresiasi kinerja bisnis perusahaan di seluruh Indonesia. Atas dasar strategi bisnis, inovasi, dan organisasi & budaya perusahaan yang dilakukan Telkomsigma di tahun 2022 berhasil terpilih setelah melalui proses penilaian dari para pakar di bidang IT, Insurance, ICT, Riset & Inovasi, Strategic Manajemen, Finance dan Dewan dari berbagai institusi, baik pemerintah maupun profesional.

Diharapkan atas capaian *award* ini, Telkomsigma dapat terus mengembangkan bisnisnya sebagai *leader B2B Digital IT Services* sehingga terus menjadi solusi terpercaya dalam mendukung digitalisasi bisnis perusahaan di berbagai industri di Indonesia.

Product Review

Utamakan *Customer Experience*, *AlphaBITS Next Generation* Siap Layani Perbankan



Geliat transformasi digital dan peta persaingan bisnis yang semakin kompetitif, menuntut para pemain industri multi segmen untuk terus melakukan pengembangan teknologi informasi demi meningkatkan kualitas pelayanan agar lebih efektif dan efisien.

Industri kini bukan hanya melakukan pembaharuan terhadap teknologinya saja, namun kini telah berlomba-lomba untuk meningkatkan *customer experience* pelanggan terhadap layanan yang ditawarkan. Hal ini didasari oleh pergeseran dan ekspektasi perilaku masyarakat sebagai pengguna layanan digital, misalnya saja pada dalam melakukan transaksi keuangan. Masyarakat kini lebih menyukai pembayaran *non tunai* melalui berbagai aplikasi pembayaran.

Tentu ini menjadi tantangan tersendiri bagi Perbankan, Penerapan IT bagi perbankan menjadi penting melihat efektivitas kinerja dan produktivitas yang didapat melalui penggunaan solusi IT yang tepat sehingga bank dapat memenuhi tuntutan layanan digital serta memberikan inovasi dan peningkatan *customers experience* yang diperoleh nasabah. Hal ini sesuai dengan kebijakan pemerintah dengan Peraturan OJK NOMOR 12/POJK.03/2018 tentang Penyelenggaraan Layanan Perbankan Digital.

Untuk mencapai hal tersebut, *platform digital banking* yang adaptif terhadap dinamika layanan nasabah serta memiliki sistem integrasi yang cepat sangat dibutuhkan oleh bank. Fleksibilitas *core banking system* yang mengacu kepada regulasi Bank Indonesia juga penting karena akan membantu perbankan dalam melakukan ekspansi bisnis dan mudah dalam melakukan integrasi dengan sistem lainnya yang dimiliki oleh bank.

Telkomsigma sebagai perusahaan yang bergerak dalam layanan *Digital IT Services*, terus berkomitmen dalam mendigitalisasikan berbagai sektor bisnis, salah satunya sektor perbankan.

Melalui **AlphaBITS Next Generation (NG)** sebagai digital banking platform, Telkomsigma mampu mendukung perbankan

untuk memenuhi kebutuhan operasional perbankan secara fleksibel. *Platform* ini dapat terintegrasi dengan *surrounding application bank*, unit bisnis, pelanggan, dan fungsi *back-office* yang menggunakan IT *platform*.

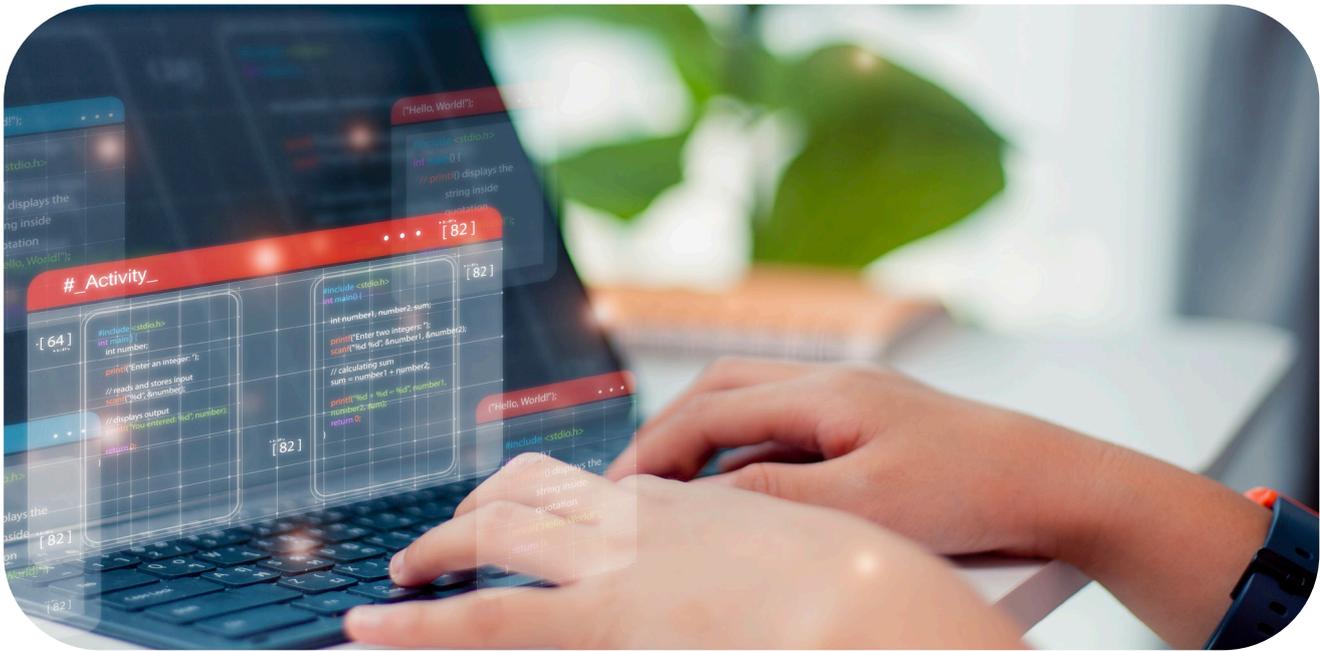
Didukung dengan sistem biometrik, AlphaBITS NG juga menjamin keamanan transaksi dan data nasabah melalui teknologi *Artificial Intelligence* yang tentu menjadi *added-value* bagi bank dalam memberikan *good customer experience* kepada nasabah.



Telkomsigma sebagai *Leading Digital IT Services*, telah lebih dari 30 tahun dalam memberikan layanan dan solusi perbankan, dimana sistem layanan **AlphaBITS NG** memiliki *compliance* yang sangat baik terhadap regulasi atau kebijakan pemerintah, serta dapat terus mengikuti perubahan atau dinamika regulasi perbankan Indonesia.

AlphaBITS NG juga mampu memaksimalkan operasional perbankan agar lebih modern dan efisien, yang diantaranya meliputi Sistem Perbankan Konvensional dan Syariah, Pelaporan Operasional dan Regulator, Sistem *Treasury*, Sistem Originasi Pinjaman, dan Sistem Pembiayaan

Hingga saat ini, Telkomsigma telah melayani lebih dari 80 klien perbankan, sebagai *partner digitalisasi bisnis*, Telkomsigma akan terus melakukan pengembangan teknologi ICT yang mampu memenuhi kebutuhan berbagai segmen industri nasional secara spesifik.



Mengenal ChatGPT : Masa Depan Interaksi Manusia & Kecerdasan Buatan

Dengan meningkatnya perkembangan teknologi yang semakin canggih tentunya semakin sulit dipisahkan dari kehidupan manusia. Perkembangan ini didasarkan dari inovasi dan kreativitas manusia yang ditandai dengan munculnya kecerdasan buatan atau AI (Artificial Intelligence).

Pentingnya kecerdasan buatan dalam interaksi manusia tidak dapat dianggap sepele. Dengan adanya AI yang mampu merespons dan memahami kebutuhan individu, kita dapat mengoptimalkan pengalaman pengguna dalam berbagai sektor, seperti layanan pelanggan, kesehatan, transportasi, dan pendidikan. Selain itu, kecerdasan buatan juga dapat mempercepat penyebaran informasi yang relevan dan membantu pengambilan keputusan yang lebih baik.

Semakin berkembangnya kecerdasan buatan, kita memasuki era dimana komputer bukan hanya alat yang digunakan, tetapi mitra yang bisa diajak berinteraksi. Namun, dengan segala potensi yang dimiliki kecerdasan buatan, banyak pertimbangan mengenai implikasi sosial dan etis yang terkait dengan interaksi manusia dan AI.

Open AI, perusahaan yang dipimpin oleh Sam Altman adalah sosok institusi pengembang alat percakapan kecerdasan buatan dengan nama ChatGpt. Pertumbuhan ChatGpt adalah pencapaian luar biasa yang dapat mencapai 1 juta pelanggan kurang lebih 5 hari setelah peluncurannya pada November 2022.

Munculnya ChatGpt membuat dunia ramai memperbincangkan teknologi kecerdasan buatan atau *Artificial Intelligence*. juga mendukung 94 bahasa lain, termasuk bahasa Indonesia, Jawa, Perancis, Rusia, Italia, Portugis, hingga bahasa Arab.



GPT-1, versi pertama ChatGpt dirilis **pada tahun 2018** mampu menghasilkan teks mirip buatan manusia, tetapi memiliki beberapa keterbatasan, seperti kecenderungan untuk mengulang dirinya sendiri dan kurangnya koherensi dalam bagian yang lebih panjang.



Pada 2019, OpenAI merilis GPT-2, versi model yang lebih bertenaga. GPT-2 dilatih pada korpus data teks yang lebih besar, dan memiliki 1,5 miliar parameter. GPT-2 mampu menghasilkan teks yang lebih meyakinkan, dan mampu menghasilkan seluruh paragraf teks yang koheren dan benar secara tata bahasa.



Tahun 2020, OpenAI merilis GPT-3, versi model terbaru dan tercanggih. GPT-3 memiliki 175 miliar parameter, menjadikannya salah satu model bahasa terbesar yang pernah ada. GPT-3 mampu menghasilkan teks yang hampir tidak dapat dibedakan dari teks yang ditulis oleh manusia, dan dapat melakukan berbagai tugas bahasa, seperti penerjemahan, peringkasan, dan menjawab pertanyaan.

Salah satu fitur GPT-3 yang paling mengesankan adalah kemampuannya untuk bercakap-cakap dengan manusia dengan cara yang alami. Hal ini menyebabkan pengembangan sejumlah chatbot dan agen percakapan yang menggunakan GPT-3 sebagai model bahasa dasarnya. Chatbot ini dapat digunakan untuk berbagai keperluan, seperti dukungan pelanggan, asisten pribadi, dan bahkan terapi.

bermanfaat. GPT-4 dapat memecahkan masalah yang sulit dengan akurasi yang lebih tinggi, berkat pengetahuan umum yang lebih luas dan kemampuan pemecahan masalah.

Secara keseluruhan, ChatGPT OpenAI merupakan terobosan besar dalam pemrosesan bahasa alami dan memiliki potensi untuk merevolusi cara kita sebagai manusia berinteraksi dengan mesin.

Pada tahun 2023, OpenAI merilis GPT-4, sistem tercanggih, yang menghasilkan respons yang lebih aman dan

Berikut adalah penjelasan beberapa implementasi ChatGpt dalam berbagai sektor industri



Layanan Pelanggan

ChatGPT dapat digunakan dalam layanan pelanggan untuk menyediakan dukungan dan jawaban atas pertanyaan yang diajukan oleh pelanggan. Dalam lingkup ini, ChatGPT memberikan respons cepat dan akurat kepada pelanggan, mengarahkan pelanggan ke informasi yang relevan, atau membantu dalam menyelesaikan masalah umum. Hal ini membantu meningkatkan kepuasan pelanggan, menghemat waktu dan sumber daya.



Pendidikan

Implementasi ChatGPT dalam pendidikan bisa beragam. Dalam lingkungan pembelajaran online, ChatGPT dapat berfungsi sebagai tutor virtual yang membantu siswa dalam menjawab pertanyaan, memberikan penjelasan konsep, atau memberikan umpan balik terhadap pekerjaan siswa secara *real-time*. ChatGPT juga dapat digunakan dalam pengembangan kursus *online* untuk memberikan materi pembelajaran yang interaktif dan responsif. Selain itu, ChatGPT dapat membantu guru dalam merancang kurikulum atau menyusun bahan ajar.



Dukungan Teknologi

Dalam industri teknologi atau perangkat lunak, ChatGPT digunakan sebagai alat dukungan teknis untuk membantu pengguna dalam menyelesaikan masalah teknis. ChatGPT dapat memberikan panduan langkah-demi-langkah, menawarkan pemecahan masalah umum, atau menjawab pertanyaan teknis yang kompleks. Hal ini membantu dalam mengurangi waktu respons tim dukungan teknis, meningkatkan efisiensi, dan memberikan layanan yang lebih baik kepada pengguna.



Layanan Kesehatan

Dalam sektor layanan kesehatan, ChatGPT dapat digunakan untuk memberikan informasi medis kepada pasien dan membantu menjawab pertanyaan umum tentang penyakit dan kondisi kesehatan, memberikan saran mengenai gaya hidup sehat, atau memberikan nasihat mengenai tindakan pertama saat menghadapi kondisi medis tertentu. Namun, penting untuk dicatat bahwa ChatGPT tidak dapat menggantikan profesional medis dan hanya dapat memberikan informasi umum.



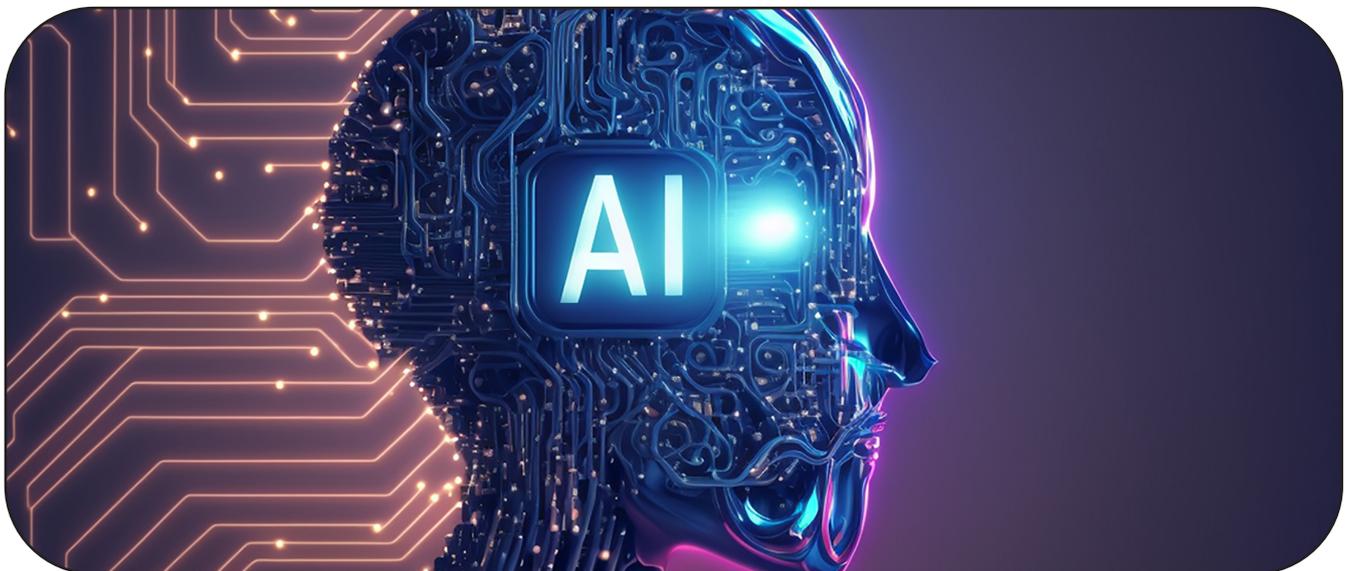
Keuangan & Perbankan

ChatGPT dapat digunakan dalam industri keuangan untuk memberikan bantuan pelanggan dalam hal transaksi perbankan, informasi akun, dan saran investasi. ChatGPT dapat memproses permintaan pelanggan, memberikan informasi yang relevan, dan memberikan rekomendasi produk keuangan berdasarkan profil pelanggan.



Travel & Pariwisata

Dalam sektor travel dan pariwisata, ChatGPT dapat digunakan sebagai asisten virtual untuk membantu penggunaannya dalam merencanakan perjalanan, memberikan informasi tentang tujuan wisata, mengatur reservasi hotel dan tiket.

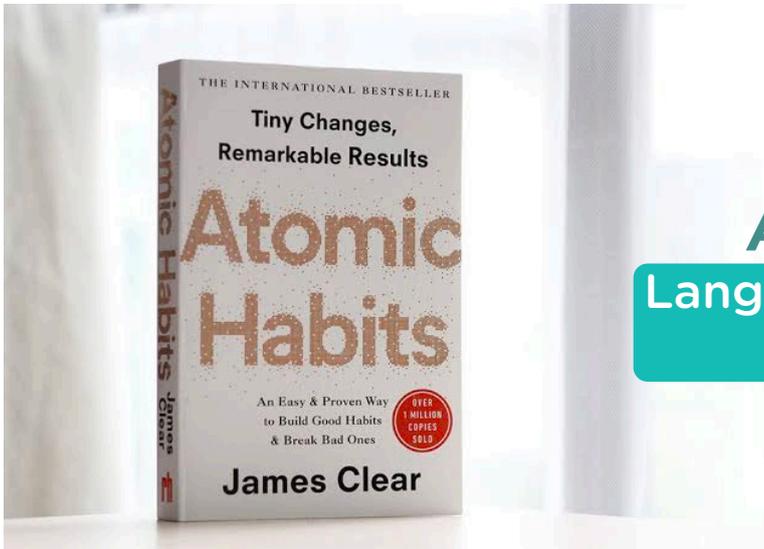


Namun, penting untuk diingat bahwa meskipun ChatGPT dapat menjadi alat yang berguna dalam berbagai implementasi industri, penggunaan manusia yang terlatih juga tetap diperlukan.

ChatGPT masih memiliki keterbatasan dalam pemahaman konteks yang lebih luas, kecenderungan untuk memberikan jawaban yang tidak dapat diverifikasi, dan kemungkinan menghasilkan respons yang tidak tepat

atau tidak etis. Oleh karena itu, penggunaan ChatGPT harus selalu dilakukan dengan pengawasan dan penilaian manusia yang cermat.

Manusia perlu terus beradaptasi dengan perkembangan AI dan memanfaatkannya secara bertanggung jawab untuk mencapai kemajuan yang berkelanjutan dan memberikan manfaat yang signifikan bagi masyarakat.



Atomic Habits : Langkah Kecil Membangun Perubahan Besar

Hampir semua orang di dunia ini memiliki tujuan untuk membangun resolusi yang diharapkan dapat mengubah gaya hidupnya menjadi lebih baik. Hal tersebut sebenarnya berangkat dari proses bagaimana kita mengidentifikasi kebiasaan sehari-hari.

Berbicara mengenai kebiasaan, tidak lepas dari lingkungan dan hal yang sering dilakukan seseorang secara berulang sampai pada akhirnya menjadi kebiasaan yang melekat pada karakter atau identitas seseorang tersebut. Dan bagaimana kita di masa yang akan datang itu dapat ditentukan oleh kebiasaan yang kita lakukan hari ini.

Faktanya, niat baik tersebut tidak mudah untuk diaplikasikan. Namun, dengan menerapkan metode dalam buku *Atomic Habits* karya penulis James Clear, kita semua dapat membangun kebiasaan baik. Buku ini menguraikan strategi yang dapat membantu kita mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan baik serta mencapai potensi pribadi yang lebih besar.

Atomic Habits merupakan istilah yang terinspirasi dari atom-atom yang merupakan senyawa kimia berukuran kecil, namun mampu membentuk suatu senyawa yang berukuran lebih besar dengan fungsi baru. Buku ini membahas mengenai kekuatan perubahan kecil yang berkelanjutan untuk mencapai pertumbuhan pribadi dan profesional yang signifikan. Kebiasaan ini juga dapat menjadi sumber pengetahuan

dan referensi kita dalam membangun kebiasaan baik dalam kehidupan sehari-hari.

Nah, dengan konsep tersebut, atomic habits dijelaskan sebagai rangkaian proses membangun kebiasaan-kebiasaan secara konsisten untuk memperoleh 1% self-improvement setiap harinya dan secara bertahap, membentuk perubahan hidup yang besar. Karena kebiasaan yang sukses dibangun melalui tindakan kecil yang konsisten dan diulang seiring waktu.

Self improvement merupakan internalisasi diri seseorang yang bertujuan untuk membawa diri seseorang tersebut menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya. Untuk menjadi pribadi yang lebih baik membutuhkan proses yang panjang.

Sebagai contoh, apabila kita secara konsisten menabung sejumlah uang bernilai kecil, maka kita akan memperoleh hasil yang sangat besar di kemudian hari, bukan? Begitu juga ketika kamu hendak melakukan perubahan sikap dan karakter ke arah yang lebih baik.

Dari judul buku tersebut, kita dapat mengubah kebiasaan dari hal yang sederhana tapi mendasar (fundamental)". Lantas, bagaimana cara James membentuk kebiasaan baik dalam buku *Atomic Habits*? James menjelaskan bahwa ada 4 langkah sederhana dalam membangun kebiasaan baik yaitu:





**Make it Obvious
(Buat Jadi Terlihat)**

Kita semua perlu tahu, apa saja kebiasaan baik yang ingin diperkuat. Misalnya, ketika kita ingin rutin berolahraga. Buatlah proses atau kebiasaan menjadi lebih jelas. Menurut James, jika kita hanya sekadar niat berolahraga saja tanpa memutuskan waktu dan tempat, maka akan sulit untuk diwujudkan. Oleh karena itu, kamu perlu membuatnya jadi terlihat dan lebih nyata.

Contohnya, sebelum tidur, kita bisa menyiapkan baju olahraga yang akan terlihat jelas di kamar. Kamu bisa menaruh sepatu dan baju olahraga di dalam kamar, sehingga saat kamu bangun tidur, kamu akan langsung melihatnya. Hal ini akan mendorongmu untuk melakukan aksi nyata dan benar-benar memulai kebiasaan berolahraga.



**Make it Attractive
(Buat Jadi Menarik)**

Kita semua perlu tahu, apa saja kebiasaan baik yang ingin diperkuat. Misalnya, ketika kita ingin rutin berolahraga. Buatlah proses atau kebiasaan menjadi lebih jelas. Menurut James, jika kita hanya sekadar niat berolahraga saja tanpa memutuskan waktu dan tempat, maka akan sulit untuk diwujudkan. Oleh karena itu, kamu perlu membuatnya jadi terlihat dan lebih nyata.

Contohnya, sebelum tidur, kita bisa menyiapkan baju olahraga yang akan terlihat jelas di kamar. Kamu bisa menaruh sepatu dan baju olahraga di dalam kamar, sehingga saat kamu bangun tidur, kamu akan langsung melihatnya. Hal ini akan mendorongmu untuk melakukan aksi nyata dan benar-benar memulai kebiasaan berolahraga.



**Make it Easy
(Buat Jadi Mudah)**

Kita semua perlu tahu, apa saja kebiasaan baik yang ingin diperkuat. Misalnya, ketika kita ingin rutin berolahraga. Buatlah proses atau kebiasaan menjadi lebih jelas. Menurut James, jika kita hanya sekadar niat berolahraga saja tanpa memutuskan waktu dan tempat, maka akan sulit untuk diwujudkan. Oleh karena itu, kamu perlu membuatnya jadi terlihat dan lebih nyata.

Contohnya, sebelum tidur, kita bisa menyiapkan baju olahraga yang akan terlihat jelas di kamar. Kamu bisa menaruh sepatu dan baju olahraga di dalam kamar, sehingga saat kamu bangun tidur, kamu akan langsung melihatnya. Hal ini akan mendorongmu untuk melakukan aksi nyata dan benar-benar memulai kebiasaan berolahraga.



**Make it Satisfying
(Buat Jadi Menyenangkan)**

Kita semua perlu tahu, apa saja kebiasaan baik yang ingin diperkuat. Misalnya, ketika kita ingin rutin berolahraga. Buatlah proses atau kebiasaan menjadi lebih jelas. Menurut James, jika kita hanya sekadar niat berolahraga saja tanpa memutuskan waktu dan tempat, maka akan sulit untuk diwujudkan. Oleh karena itu, kamu perlu membuatnya jadi terlihat dan lebih nyata.

Contohnya, sebelum tidur, kita bisa menyiapkan baju olahraga yang akan terlihat jelas di kamar. Kamu bisa menaruh sepatu dan baju olahraga di dalam kamar, sehingga saat kamu bangun tidur, kamu akan langsung melihatnya. Hal ini akan mendorongmu untuk melakukan aksi nyata dan benar-benar memulai kebiasaan berolahraga.

Misal, kamu sedang membentuk kebiasaan baru dengan belajar dan mengambil sebuah learning path di Gamelab. Setiap berhasil menyelesaikan satu kelas, kamu bisa memberi dirimu reward, berupa menonton satu episode serial di Netflix.

Contoh lain, ada pasangan suami istri yang memiliki kebiasaan membeli makanan di luar dan menjadi boros. Maka, mereka memulai kebiasaan baru untuk makan di rumah agar lebih hemat. Nah, *budget* yang tadinya mereka gunakan untuk makan di luar, mereka tabung di rekening berjudul "Liburan ke Bali". Setiap kali mereka melihat jumlah uang yang terkumpul di rekening, mereka merasa puas dan lebih bersemangat.

Itulah penjelasan mengenai cara membangun kebiasaan baik menurut buku *Atomic Habits* karya James Clear. Jika kita ingin membangun kebiasaan baik dalam mengembangkan skill dan mendapatkan karir cemerlang, kita bisa mengikuti tips yang telah disampaikan dalam buku tersebut.

Referensi :

Atomic Habits: An Easy & Proven Way to Build Good Habits & Break Bad Ones

Begini Cara Membentuk Kebiasaan Baik Menurut Buku "Atomic Habits"

INSIGHT

EMAGAZINE TELKOMSIGMA

