

PENGLIBATAN IBUBAPA DALAM PENGGUNAAN TEKNOLOGI DIGITAL DAN INTERNET KANAK-KANAK DAN REMAJA

Nor Hamizah bt Ab Razakⁱ, Norhafisah Abd Rahmanⁱⁱ & Amnah Zanariah Abd Razak

ⁱ (Penulis Korespondan) Pensyarah Kanan, Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan.
norhamizah@usim.edu.my*

ⁱⁱ Pensyarah Kanan, Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan. norhafisah@usim.edu.my

ⁱⁱⁱ Pensyarah Kanan, Kolej Genius Insan. amnahz@usim.edu.my

Abstrak

Perkembangan teknologi digital dan internet menyediakan faedah dan juga cabaran yang hebat bukan sahaja kepada kanak-kanak dan remaja, malah juga kepada ibubapa. Sungguhpun kemudahan teknologi ini menyumbang kepada kemajuan diri, namun pada masa yang sama menjejaskan perkembangan asas kanak-kanak dan remaja. Perkara ini memberi tekanan dan cabaran kepada ibubapa dalam mendidik anak-anak apatah lagi ibubapa dilahirkan dalam zaman yang berbeza dengan anak-anak mereka. Melihat kepada peranan ibubapa sebagai agen perubahan yang paling hampir dengan anak-anak, maka kajian konseptual ini memfokuskan perbincangan mengenai peranan yang perlu difahami dan dipraktikkan oleh ibubapa. Antaranya adalah gaya keibubapaan yang sesuai, mediasi ibubapa, penerapan resiliens, literasi digital serta penerapan nilai agama. Implikasi kajian dan cadangan turut dibincangkan

Kata Kunci: Teknologi digital, internet, ibu bapa, kanak-kanak dan remaja.

PENDAHULUAN

Internet adalah alat komunikasi yang telah mempercepatkan, memudahkan perhubungan dan capaian maklumat secara meluas yang mula diperkembangkan sekitar 1991 melalui JARING (Joint Advanced Integrated Networking). Tinjauan Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (SKMM, 2020) mendapati antara aktiviti utama penggunaan internet ialah komunikasi teks, media sosial, menonton video, panggilan atau komunikasi video dan carian informasi. Kemajuan teknologi yang sentiasa berkembang dengan pengeluaran berterusan peranti baharu telah meningkatkan lagi penggunaan internet dari tahun ke tahun. Walau bagaimanapun, sejak kemunculan wabak COVID-19 sekitar 2020, penggunaan internet kian meningkat dengan mendadak yang bukan sahaja melibatkan individu dewasa malah juga kanak-kanak dan remaja.

Rentetan pandemik COVID-19 yang melanda seluruh dunia, amnya dan Malaysia khususnya telah memangkin kepada penggunaan teknologi moden dan digital dalam segala aspek kehidupan. Pelaksanaan perintah kawalan pergerakan

(PKP) telah menghalang kanak-kanak dan remaja daripada berinteraksi, bersosial, keluar rumah serta bermain bersama rakan. Semasa tempoh ini juga, sistem pembelajaran telah dialihkan kepada dalam talian. Perkara ini secara tidak langsung mempengaruhi gaya hidup dan kehidupan seharian kanak-kanak dan remaja. Golongan muda ini dilihat sebagai kelompok yang kurang matang dalam membuat pertimbangan diri yang baik untuk menguruskan masa, kawalan sendiri, tekanan emosi dan keadaan diri mereka sehingga menyebabkan mereka terjerumus dalam kancah ketagihan internet. Selain itu, kebergantungan masyarakat terhadap teknologi juga telah mengundang kepada gangguan terhadap perkembangan individu khususnya kanak-kanak dan remaja.

Oleh itu, golongan kanak-kanak dan remaja perlu dibimbing. Bimbingan anak-anak terhadap penggunaan teknologi digital dan internet memerlukan penglibatan dan merupakan peranan ibu bapa secara mutlak. Ibumama adalah pendidik yang mencorak bagaimana interaksi anak-anak ketika berhadapan dengan dunia digital sejak diawal usia. Walau bagaimanapun, ibumama memiliki pengalaman membesar yang berbeza dengan anak-anak masa kini, maka ianya meletakkan satu cabaran kepada ibu bapa untuk memberi bimbingan yang berkesan kepada anak-anak. Justeru, kajian ini akan memberi pendedahan kepada ibumama khususnya tentang perkara-perkara yang perlu difahami dan dipraktikkan dalam memastikan anak-anak selamat ketika beraktiviti bersama skrin.

KAJIAN LITERATUR

Memahami Peluang dan Risiko Teknologi Digital

Tidak dinafikan pendedahan teknologi digital bukanlah aktiviti yang pasif malah dapat menyediakan ruang pendidikan kepada kanak-kanak dan remaja dengan memproses secara aktif setiap bahan atau kandungan yang diterima. Pada usia kanak-kanak dan remaja, mereka memiliki keupayaan yang luar biasa untuk menyerap segala yang dipelajari dan mengadunkan ke dalam pemikiran, tingkah laku dan emosi mereka. Oleh itu, kandungan media atau sumber internet yang positif diperlukan sebagai satu daripada medium pembelajaran bagi kanak-kanak dan remaja. Kajian oleh Hsin, Li dan Tsai (2014) telah menemukan kesan positif pendedahan media teknologi dalam merangsang perkembangan kanak-kanak dan remaja. Begitu juga kajian meta analisis oleh Higgins, Xiao & Katsipataki (2012) yang mendapati bahawa pendedahan terhadap media digital menyumbang kepada pencapaian akademik yang baik dalam kalangan kanak-kanak dan remaja. Namun, dalam masa yang sama kanak-kanak dan remaja perlu dipersiapkan dengan maklumat berkaitan risiko yang bakal mereka temui.

Terdapat 3 jenis risiko yang penting untuk para ibu bapa ketahui dan disampaikan kepada anak-anak. Pertama adalah risiko kandungan yang merujuk kepada pendedahan pengguna kepada kandungan berbahaya. Kandungan media yang menyebarkan sumber negatif seperti keganasan, pemahaman seks yang salah, lucuk dan sebagainya secara tidak langsung mengganggu perkembangan kanak-kanak dan remaja yang akan ditunjukkan melalui tingkah laku dan sahsiah. Terdapat kajian mendapati sumber keganasan yang diterima adalah pemangkin dalam meningkatkan tingkah laku agresif dalam kalangan kanak-kanak dan remaja (Azizi, Gooch & Halimah, 2014). Tingkah laku agresif ini kemudiannya diadaptasikan oleh mereka ke dalam persekitaran perhubungan sosial dalam kehidupan mereka.

Risiko hubungan merujuk kepada aktiviti dan komunikasi pengguna dengan individu yang dikenali atau tidak dikenali yang membawa kepada potensi ancaman. Kanak-kanak dan remaja boleh terdedah kepada komunikasi berisiko seperti perbualan dengan orang yang tidak dikenali, orang dewasa yang berorientasikan seksual atau kenalan yang mempengaruhi kanak-kanak dan remaja untuk terlibat dalam tingkah laku yang tidak sihat dan berbahaya. Terdapat pelbagai bahaya yang mengintai dalam talian yang boleh menjejaskan kanak-kanak bawah umur dalam beberapa cara yang berbeza. Internet telah meluaskan cara orang muda berkomunikasi dan berinteraksi dengan rakan sebaya mereka. Golongan muda menggunakan laman media sosial yang popular untuk terus berhubung dengan rakan mereka dan untuk bertemu orang baharu. Malah di laman sosial yang ditujukan kepada kanak-kanak dan remaja, selalunya terdapat pemangsa dalam talian dewasa yang ingin berinteraksi dengan kanak-kanak. Dalam kes yang paling serius, ini boleh membawa kepada pertemuan kehidupan sebenar.

Risiko tingkahlaku pula merujuk kepada kanak-kanak bertindak sendiri untuk menyumbang kepada kandungan atau hubungan berisiko. Contoh risiko tingkah laku ialah buli siber, menyalahgunakan kata laluan orang dan menyamar sebagai orang dalam talian, membuat pembelian tanpa kebenaran menggunakan butiran kewangan orang lain, terlibat dalam aktiviti haram seperti memuat turun atau menggodam, dan juga mencipta kandungan yang mendedahkan maklumat tentang orang lain. Tingkah laku risiko yang sentiasa berkait rapat dengan kanak-kanak dan remaja ialah pembuli siber (Anderson et al. 2017). Buli siber bermaksud amalan komunikasi yang bertujuan untuk mengancam, mengganggu atau apa-apa jenis penghinaan berterusan yang dilakukan melalui media elektronik seperti laman media sosial, telefon pintar, e-mel, mesej teks, sembang atau permainan di internet melalui individu atau kumpulan. Gejala buli sudah tentu meninggalkan kesan buruk kepada mangsa. Malah, pembuli

siber didapati lebih agresif daripada pembuli fizikal kerana mereka boleh merahsiakan identiti sebenar mereka.

Kesan penggunaan internet kepada kanak-kanak dan remaja

Penggunaan internet serta teknologi digital dalam kalangan kanak-kanak dan remaja sememangnya tidak dapat dielakkan lagi. Terdapat banyak kesan positif dan negatif telah ditemui oleh penyelidik khususnya dalam bidang pendidikan dan psikologi. Perbincangan ini memfokuskan kepada kesan negatif penggunaan internet yang dijelaskan berdasarkan perkembangan kanak-kanak dan remaja iaitu fizikal, kognitif, sosial dan emosi.

Fizikal

Penggunaan internet yang keterlaluan memberi kesan yang negatif terhadap perkembangan fizikal kanak-kanak dan remaja. Antara isu yang seringkali dibincangkan oleh pakar kesihatan seluruh dunia adalah isu berkaitan obesiti dalam kalangan kanak-kanak dan remaja (Norruzeyati et al. 2021). Hidayatul Akmal (2014) menjelaskan, faktor penggunaan internet menyumbang kepada masalah obesiti kerana aktiviti bersama skrin bukan sahaja menggantikan malah dapat 'melenyapkan' aktiviti fizikal kanak-kanak dan remaja. Selain itu, kanak-kanak dan remaja juga lebih cenderung untuk menjadi tidak produktif dengan hanya duduk atau berbaring berjam lamanya bersama gajet, Tingkah laku ini juga dapat menurunkan kadar metabolisme kerana telah melemahkan pembakaran kalori dalam badan.

Penggunaan peralatan teknologi moden turut memberi impak yang negatif kepada perkembangan saraf motor kanak-kanak. Aktiviti menyentuh skrin tablet, telefon bimbit atau gajet yang terlalu kerap menyebabkan kemahiran motor halus, iaitu pergerakan jari mereka kurang berkembang. Menurut Shima Dyana & Siti Marziah, (2018) penggunaan gajet tanpa wayar secara berlebihan mampu melumpuhkan sistem imunisasi kanak-kanak akibat terdedah kepada radiasi yang tinggi. Perkara ini akan memberi kesan kepada perkembangan fizikal mereka apabila meningkat usia remaja.

Selain itu, penggunaan gajet tanpa kawalan juga boleh mengganggu rutin tidur kanak-kanak dan remaja. Kanak-kanak memerlukan waktu tidur sekurang-kurangnya 12 jam sehari untuk memastikan mereka membesar dengan sihat, manakala remaja memerlukan minimum 8 jam sehari. Penggunaan teknologi digital dan internet boleh menyebabkan kanak-kanak dan remaja terlalu sibuk tanpa menghiraukan waktu tidur mereka. Karow (2014) dalam kajiannya mendapati bahawa 75% kanak-kanak berumur 9-10 kurang tidur kerana aktiviti penggunaan media. Kekurangan waktu tidur boleh mengganggu tumbesaran kanak-kanak dan menjejaskan perkembangan fizikal mereka sehingga remaja. Selain itu, aplikasi

teknologi digital dilaporkan mengancam kesihatan mata apabila terdedah kepada skrin untuk tempoh yang lama. Keletihan mata termasuk gejala seperti ketidakselesaan mata, penglihatan kabur, sakit kepala, kekeringan air mata, kemerahan, tidak dapat menumpukan perhatian serta sakit leher dan bahu (Rosenfield 2011).

Kognitif

Tahap keintelektualan golongan kanak-kanak dan remaja akan menentukan maju mundurnya sesebuah negara pada masa hadapan. Negara yang mewarisi golongan generasi muda berpendidikan rendah akan menghadapi masalah untuk membangunkan negara di mata dunia. Justeru, banyak kajian telah dijalankan dari masa ke masa untuk mengkaji sejauh mana faktor penggunaan teknologi moden seperti media sosial, gajet dan sebagainya mempengaruhi kemerosotan pencapaian akademik pelajar masa kini. Menurut Ramírez (2021), pelajar masa kini lebih gemar mengisi masa bersama skrin berjam lamanya. Menurut beliau lagi, sekiranya tidak dikawal dengan baik ia akan menjadi masalah besar kepada sistem pendidikan.

Amat malang sekali apabila pelajar sekolah yang sepatutnya berada di sekolah untuk mengikuti pembelajaran sanggup ponteng sekolah semata-mata untuk aktiviti bersama digital seperti permainan video *game*. Apabila mereka tidak hadir ke sekolah, mereka akan tercicir daripada mengikuti pelajaran dan menyebabkan prestasi pencapaian akademik juga terjejas. Hal ini menunjukkan bahawa penggunaan teknologi moden seperti internet secara tidak sihat mampu memberi kesan kepada pencapaian akademik pelajar sekolah yang terdiri daripada kanak-kanak dan remaja.

Menurut Christakis (2011), pada usia 0-2 tahun, saiz otak kanak-kanak akan membesar tiga kali ganda dan terus berkembang hingga berusia 21 tahun. Pada 5 tahun pertama dalam hidup kanak-kanak, otaknya berkembang dengan sangat pesat. Perkembangan awal otak ditentukan oleh jumlah rangsangannya terhadap alam sekitar. Walau bagaimanapun, pendedahan keterlaluan kepada teknologi moden seperti telefon bimbit, internet, televisyen atau iPad memberi implikasi yang negatif terhadap rangsangan otak seorang kanak-kanak. Menurut Small (2008), gangguan rangsangan kepada otak yang sedang berkembang memberi kesan kepada kefungsiannya, melemahkan tahap fokus, kognitif yang lembap, pembelajaran terjejas, peningkatan kepada perlakuan mengikut emosi dan kurang kebolehan untuk mengawal diri. Oleh itu, pendedahan kanak-kanak terhadap teknologi moden mengganggu perkembangan otak dan tumbesaran otaknya serta menjejaskan perkembangan akademik.

Sosial

Interaksi sosial memainkan peranan penting dalam kehidupan individu. Kepentingan interaksi adalah sebagai medium dan perkongsian maklumat antara sesama manusia

selain bertindak sebagai wadah kepada proses pergaulan dan pendidikan yang dilalui oleh seorang kanak-kanak dan remaja sehinggalah ke alam dewasa. Menurut Shima Dyana & Siti Marziah (2018), antara keburukan teknologi internet untuk kanak-kanak dan remaja ialah menghalang perkembangan interpersonal iaitu perhubungan sesama manusia dan menyebabkan kurangnya komunikasi dengan orang sekeliling. Keasyikan melayari internet dan menggunakan gajet serta pelbagai lagi sumber teknologi moden menyebabkan kanak-kanak dan remaja kurang berinteraksi dengan orang lain.

Umumnya, kanak-kanak dan remaja mengembangkan kemahiran komunikasi dan sosial melalui hubungan mereka dengan penjaga dan orang dewasa serta rakan sebaya yang lain. Mereka memerlukan penglibatan secara bersemuka untuk memahami dan menggunakan komunikasi lisan dan bukan lisan, mengembangkan empati dan banyak lagi. Tambahan lagi, penggunaan teknologi yang berlebihan berpotensi untuk mewujudkan pemutusan hubungan sosial antara golongan muda dan golongan yang lebih tua seterusnya memberi kesan negatif kepada perkembangan kemahiran sosial dan perhubungan (Al Mazmi, Aslam dan Rajan 2013). Begitu juga Small dan Vorgan (2008) menyatakan bahawa kanak-kanak yang menghabiskan terlalu banyak masa dengan teknologi akan mengurangkan interaksi dan mengganggu kemahiran komunikasi mereka. Ini kerana kanak-kanak dan remaja menghabiskan masa menggunakan peralatan teknologi moden bersendirian tanpa penglibatan individu lain. Akibatnya, aktiviti komunikasi dan interaksi sosial mereka dengan orang sekeliling menjadi sangat terhad. Walhal, kemahiran berkomunikasi pada peringkat umur kanak-kanak dan remaja amat penting untuk mengembangkan kemahiran sosial mereka seperti memerhati, mendengar berkomunikasi serta membina hubungan dengan orang lain.

Selain itu, pengaruh teknologi moden dalam kalangan kanak-kanak dan remaja turut memberi kesan negatif terhadap komunikasi dan perhubungan sosial mereka dengan ibubapa dan keluarga. Dahulu, interaksi ibubapa dan anak secara tradisinya berlaku secara bersemuka, namun kini pelbagai saluran komunikasi teknologi moden telah mengambil alih corak interaksi sesama ahli keluarga. Kanak-kanak dan remaja masa kini kurang berkomunikasi dengan ibubapa dan orang yang lebih tua kerana sibuk melayari internet, bermain game dan sebagainya. Mereka juga lebih selesa berinteraksi dengan ahli keluarga melalui medium teknologi moden. Kepantasan teknologi moden dalam bidang komunikasi telah melebarkan jurang interaksi antara kanak-kanak dan remaja dengan ahli keluarga mereka, khususnya ibu bapa menyebabkan tiada rangsangan perbualan antara orang dewasa dan kanak-kanak. Ini sangat bertentangan dengan nilai kekeluargaan dalam masyarakat, kerana interaktiviti teknologi tidak dapat menggantikan interaksi manusia. Kenyataan ini juga bertepatan dengan kajian Mariani (2011), di mana beliau mendapati tumpuan yang berpanjangan kepada internet hanya menyebabkan kanak-kanak lebih gemar menyendiri. Kanak-kanak yang terbiasa bermain sendiri dengan alatan teknologi

moden dan kurang terdedah kepada interaksi sosial dalam masyarakat ini mungkin menghadapi masalah dengan pertuturan atau *oral motor*.

Emosi

Penggunaan teknologi internet oleh kanak-kanak dan remaja telah terbukti memberi kesan kepada pengurusan emosi. Kanak-kanak dan remaja yang menghabiskan sebahagian besar masa mereka dalam dunia maya secara beransur-ansur akan menjauhi dunia realiti dan cenderung bergantung kepada internet secara total. Akibatnya, apabila mereka tidak dapat berada dalam talian, mereka mula mengalami keresahan, kesedihan dan kemurungan. Di samping itu, kesan lain penggunaan internet yang berlebihan meningkatkan perasaan kesunyian. Kanak-kanak dan remaja yang sering menghabiskan masa di alam maya sering mengasingkan diri dan kurang berkomunikasi dalam kehidupan sebenar.

Disamping itu, kanak-kanak dan remaja yang terlalu bergantung kepada teknologi digital dan internet sering berasa terasing dan tidak selamat. Ini kerana, emosi yang diluahkan oleh individu dalam media sosial, cara mereka meluahkan emosi di media sosial, dan pengalaman emosi semasa melayari media sosial mempengaruhi pengurusan emosi seseorang individu (Panger 2017). Begitu juga, terlalu banyak membaca berita dan melihat perkara negatif dalam media sosial boleh menyebabkan kebimbangan dan tekanan. Selain itu, terlalu banyak membandingkan diri dengan orang lain melalui media sosial juga boleh menimbulkan rasa tidak puas hati dan mengurangkan keyakinan diri. Oleh itu, adalah penting untuk kanak-kanak dan remaja mencari aktiviti fizikal yang menyeronokkan, mengimbangi masa antara dunia maya dan dunia nyata. Penggunaan internet yang sihat membantu mengurangkan kesan negatif terhadap emosi seseorang dan meningkatkan kualiti hidup mereka.

PERBINCANGAN

Tidak dinafikan, peranan sebagai ibubapa apatah lagi pada era digital ini merupakan cabaran yang amat hebat. Ini adalah kerana ibubapa yang dilahirkan sebelum milenium tidak dibesarkan dalam suasana ledakan teknologi yang pesat sepertimana anak-anak hari ini. Namun, alasan itu bukan menjadi penghalang kepada ibubapa untuk mengurus penggunaan teknologi dan melaksana strategi intervensi yang berkesan bagi mengelakkan berlakunya kesan-kesan negatif terhadap anak-anak mereka. Ibubapa perlu menjalankan tanggungjawab mereka untuk memastikan kesejahteraan dan keselamatan anak-anak mereka terjamin.

Gaya keibubapaan

Ibubapa haruslah bijak mempelajari dan memilih gaya asuhan yang sesuai dan seimbang demi perkembangan positif anak-anak. Ini kerana, proses perkembangan anak-anak saling berkait rapat dalam corak keibubapaan itu sendiri. Memandangkan keluarga dengan pelbagai interaksi di dalamnya adalah tempat pembelajaran utama kanak-kanak, maka ibubapa mempunyai pengaruh yang besar terhadap perkembangan kanak-kanak (Santrock, 2007). Pakar-pakar perkembangan kanak-kanak dan remaja mendapati bahawa masalah tingkah laku yang sering timbul pada anak-anak adalah berpunca daripada gaya keibubapaan yang kurang berkesan. Ibubapa cenderung untuk menerapkan gaya keibubapaan yang boleh menimbulkan masalah dalam keluarga. Sebilangan dari mereka menunjukkan sikap tidak jelas ketika mendidik, tidak konsisten dalam penyampaian kepada anak-anak, kurang mampu membina komunikasi positif, menghasilkan banyak tindak balas reaktif dan emosi, menuntut tetapi hanya sedikit yang memberi contoh bahkan tanpa di sengaja sering menunjukkan contoh tingkah laku tidak baik di hadapan anak. Oleh itu, ibubapa perlulah meneliti dan menilai semula amalan keibubapaan masing-masing.

Umumnya, terdapat pelbagai cara keibubapaan yang diamalkan oleh ibubapa dalam membesarkan anak-anak. Gaya keibubapaan ini juga akan mempengaruhi perkembangan, corak tingkahlaku serta perhubungan interpersonal anak-anak di alam remaja dan juga dewasa kelak. Baumrind (1967) telah mengelaskan gaya keibubapaan kepada tiga jenis iaitu autoritatif, autoritarian dan permisif. Ibubapa yang mengamalkan gaya keibubapaan autoritatif dikaitkan dengan menyediakan pengukuhan dan galakan kepada anak-anak. Di samping itu, teguran dan denda yang sepatutnya turut diberikan kepada anak bagi mengawal disiplin mereka. Ibubapa jenis ini sangat mementingkan perbincangan terbuka terutamanya berkaitan masalah dan juga disiplin anak-anak. Berbeza pula dengan ibubapa yang mengamalkan gaya keibubapaan authoritarian. Kelompok ibubapa ini cenderung untuk mempunyai permintaan yang tinggi tetapi memiliki tanggungjawab yang rendah. Hasilnya, anak-anak akan mudah berfikir negatif, sering memberontak, pendendam, bimbang, cemas, khuatir, pendiam, pemalu, mempunyai konsep sendiri yang rendah dan kurang motivasi untuk berdikari. Sebaliknya, gaya keibubapaan permisif pula adalah merujuk kepada ibubapa yang mempunyai rasantanggungjawab yang tinggi namun mempunyai permintaan yang rendah. Ibubapa jenis ini juga bersikap terlalu lembut (lenient) sehingga tidak wujud tekanan, kawalan atau peraturan terhadap anak-anak mereka.

Justeru, ilmu gaya keibubapaan yang bersesuaian dan seimbang perlu dipelajari, dipraktikkan dan diperkukuhkan oleh ibubapa bagi memainkan peranan dan tanggungjawab mereka dalam membesarkan anak-anak remaja pada masa kini. Walaupun gaya keibubapaan autoritatif dilaporkan sebagai gaya keibubapaan yang efektif dalam membesarkan dan mendidik anak-anak, pendekatan gabungan dan kebersamaan ibu dan bapa perlu dipertimbangkan berdasarkan situasi dan karektor

seseorang anak serta keperluan tahap pembesaran mereka (Kuppens & Ceulemans, 2019)

Mediasi ibubapa

Dalam konteks era digital ini, mediasi ibubapa adalah perkara penting yang perlu difahami dan diamalkan. Mediasi ibubapa adalah strategi yang digunakan oleh ibubapa dalam memantau penggunaan media dan teknologi oleh anak mereka. Strategi ini adalah bertujuan untuk mengurangkan kesan negatif, malah dapat memperkasakan pengetahuan dan mengasah kemahiran apabila menggunakan media teknologi (Haslina et al., 2021). Pendekatan mediasi juga dapat membimbing anak-anak memaksimumkan penggunaan teknologi kepada aktiviti yang positif dan bermanfaat seterusnya meminumkan risiko. Umumnya, terdapat tiga jenis mediasi ibubapa terhadap anak-anak yang boleh digunapakai.

Pertama adalah mediasi aktif yang merujuk kepada ibubapa mengambil peluang dengan berbicara, berbincang, berbual atau berkongsi pengalaman dengan anak-anak mengenai kandungan media yang tersedia. Contohnya ibubapa berkongsi kandungan yang bermanfaat, jenis laman yang tidak sesuai, risiko yang bakal ditemui serta langkah yang perlu dilakukan. Kebiasaannya ibubapa yang risau atau bimbang mengenai pendedahan negatif media terhadap anak-anak akan mengaplikasikan jenis mediasi aktif. Hasilnya, anak-anak berupaya membuat penapisan sendiri dan menggunakan internet dengan selamat.

Jenis yang kedua adalah melalui mediasi sekatan. Pendekatan ini merujuk kepada tindakan ibubapa membuat pengawalan dengan menetapkan peraturan dan garis panduan. Ini bertujuan untuk memantau dan mengehadkan masa penggunaan media oleh anak-anak. Kebiasaannya, penetapan yang dilakukan adalah seperti tempoh masa penggunaan, jenis kandungan dan juga tempoh usia. Pengkaji lepas mendapati bahawa walaupun strategi ini berupaya mengurangkan pendedahan kepada risiko, namun dalam masa yang sama turut mengurangkan kemahiran digital kanak-kanak dan remaja (Haslina et al., 2021).

Strategi mediasi yang ketiga adalah penggunaan bersama. Mediasi ini merujuk kepada ibubapa yang menggunakan internet dan berkongsi aktiviti internet bersama anak-anak. Contohnya, ibubapa akan menghadirkan diri bersama-sama ketika anak-anak melayari internet atau ibubapa menonton filem di Youtube bersama anak-anak serta melayari media sosial bersama. Kebanyakan ibubapa jenis ini cuba memupuk minat sebagaimana anak mereka dalam usaha untuk memasuki dunia anak-anak. Kaedah ini secara tidak langsung membantu ibubapa untuk mengawasi penggunaan internet oleh anak-anak. Ketiga-tiga jenis mediasi ini berupaya mengurangkan risiko anak-anak dan remaja ketika bersama media dan teknologi. Kebanyakan ibubapa mengamalkan strategi berdasarkan kepada kesesuaian masa, usia anak-anak, tingkah laku serta karakter anak masing-masing (Haslina et al., 2021).

Penerapan resilien

Menurut Simuforosa (2013), membangunkan resiliens atas talian dalam kalangan anak-anak melibatkan peranan ibu bapa secara mutlak. Ibu bapa ialah pendidik yang mencorakkan interaksi anak-anak ketika berhadapan dengan dunia digital. Oleh yang demikian, ibubapa sebagai pihak yang paling dekat dan berpengaruh perlu memainkan peranan yang aktif dengan membantu dan membimbing anak-anak ketika berhadapan dengan teknologi digital secara positif. Membantu anak-anak berhadapan dengan teknologi ini bukanlah bermaksud menghalang mereka daripada terdedah dengan media dan teknologi. Hal ini kerana, mengeluarkan anak daripada risiko hanya akan memperluas jarak mereka dengan persekitaran sosial. Sekiranya suatu hari nanti di luar kawalan ibubapa, anak-anak tersebut telah berhubung dengan teknologi atau terdedah dengan kandungan media yang negatif, maka akan timbul rasa ingin tahu yang tinggi dan sukar diuruskan dengan baik.

Penggunaan gajet adalah sangat berkesan untuk meletakkan kanak-kanak dalam situasi bertenang dan senyap. Kebanyakan ibubapa cenderung menyuakan gajet, terutamanya telefon pintar ketika anak-anak mengalami tantrum. Ibubapa juga sering memilih gajet untuk tujuan meleakakan anak-anak dengan aktiviti. Namun, kaedah tersebut sebenarnya merupakan pendekatan tidak sihat yang boleh memberikan kesan buruk kepada anak-anak. Ibubapa seharusnya membimbing anak-anak untuk mengenal pasti dan menguruskan emosi, menghasilkan aktiviti yang membantu menghilangkan kebosanan serta mencari strategi untuk menyalurkan emosi pada tempat yang sesuai.

Menyediakan persekitaran yang positif dalam keluarga membantu proses pembelajaran kanak-kanak untuk menjadi individu yang kuat terhadap segala bentuk cabaran. Umum mengetahui bahawa pembentukan nilai positif dalam kalangan anak-anak adalah bermula dari rumah. Peranan ibubapa bukan setakat sebagai penjaga dan pendidik utama, malah sebagai rangkaian sokongan yang mempengaruhi keseluruhan kehidupan anak-anak. Telah diketahui bahawa anak-anak cenderung untuk memerhati dan meniru pada usia muda. Oleh itu, mereka memerlukan ibu bapa untuk terlibat sama semasa 'waktu layar' mereka. Penglibatan ibu bapa adalah antara amalan yang dilihat berkesan menangani risiko dan menjadi tingkah laku teladan

Seterusnya, ibubapa perlu menjadi agen pembudayaan dengan menonton bersama kanak-kanak agar dapat bersama-sama terlibat dalam dialog secara aktif tentang visual dan kandungan yang ditonton. Secara tidak langsung, ibubapa dapat membentuk selera rancangan yang patut ditonton serta kandungan-kandungan yang sesuai terhadap kanak-kanak seterusnya menjadi agen pembudayaan yang positif dalam perkembangan kanak-kanak. Di samping itu, amalan dan tingkah laku ibu bapa terhadap penggunaan media teknologi turut mempengaruhi tingkah laku anak-anak ketika berhadapan dengan aktiviti bersama skrin. Menurut Bronfenbrenner (1994), kanak-kanak dipengaruhi secara langsung oleh mikrosistem dan juga turut

dipengaruhi secara tidak langsung oleh mesosistem, eksosistem dan makrosistem. Makrosistem adalah merujuk kepada tingkah laku, nilai dan kepercayaan ibu bapa atau persekitaran yang telah memberikan pengajaran kepada kanak-kanak. Hal ini menjelaskan bahawa ekspresi perasaan dan tingkah laku ibu bapa ketika bersama media teknologi turut mempengaruhi pemikiran anak-anak mereka terhadap penggunaan media.

Pengetahuan dan literasi digital

Selain daripada mengaplikasikan kemahiran-kemahiran yang bincangkan bersama dengan anak masing-masing, ibubapa juga perlu berpengetahuan luas yang merangkumi ilmu psikologi sehinggalah teknologi. Berpengetahuan luas ini tidak bermaksud para ibubapa perlu berpendidikan tinggi, namun sekadar cukup membekalkan ilmu pengetahuan bagi melengkap keperluan perkembangan anak masing-masing. Mengenali personaliti anak-anak, minat serta sentiasa sedar tentang isu sosial dan emosi anak adalah tunjang kepada penghasilan keluarga yang harmoni. Kanak-kanak yang lahir daripada keluarga yang menyokong ini lebih berdaya tahan dan cenderung untuk memiliki tingkah laku yang baik. Disamping itu, setiap ibubapa perlu memiliki ilmu berkaitan dengan teknologi dan alat peranti terutamanya penggunaan telefon pintar, komputer tablet dan komputer riba untuk membolehkan mereka memantau laman sesawang yang dikunjungi oleh anak-anak. Terdapat beberapa kaedah penyaringan laman sesawang yang perlu diketahui oleh ibubapa contohnya perisian Internet Security and Acceleration, Cybernanny, NetNanny, CyberPatrol, NetFilter Home, Cybersitter dan lain-lain. Perisian-perisian ini dibina untuk menyaring setiap kandungan laman sesawang dengan tepat sekaligus membantu ibubapa mengurus penggunaan teknologi dalam kalangan anak-anak mereka.

Penerapan nilai agama

Setiap agama membincangkan penerapan nilai, kepercayaan dan tanggungjawab ibubapa dalam membesarkan dan mendidik anak. Khususnya dalam agama Islam, peranan dan tanggungjawab sebagai ibubapa amat besar dan dipandang mulia. Contohnya, agama Islam telah menggariskan tanggungjawab yang perlu dilaksanakan oleh ibubapa. Tanggungjawab ibubapa bukanlah terhad kepada penyediaan harta yang berbentuk fizikal, malahan yang paling penting adalah peranan mereka dalam mengasuh, mendidik serta mentarbiah jiwa anak-anak (Siti Atiyah et al., 2019). Adalah menjadi kewajipan ibubapa untuk menerapkan akidah yang kuat dalam diri anak-anak dengan memberi keyakinan bahawa Allah SWT berkuasa untuk memberi ganjaran dan balasan kepada tingkah laku manusia. Apabila keyakinan ini telah terbentuk dalam diri anak-anak, maka anak-anak membina keteguhan dalam diri ketika berhadapan dengan risiko yang terhidang dalam teknologi media.

Selain itu, Islam juga menitikberatkan didikan mengenai kebesaran serta kemuliaan sifat Allah yang Maha Mengetahui dan Maha Melihat apa sahaja yang berlaku di dunia juga pendorong untuk kanak-kanak dan remaja untuk menjauhi tingkah laku negatif. Seterusnya amalan agama yang teramat penting adalah memerintahkan anak-anak agar mendirikan solat, mengajar anak-anak agar berani menyeru melakukan kebaikan dan mencegah kemungkaran serta mendidik anak-anak memiliki kesabaran yang tinggi dalam berhadapan dengan cabaran dan ujian. Penerapan nilai-nilai Islam ini sejak dari kecil secara tidak langsung dapat membina resilien (ketahanan diri) anak-anak untuk berhadapan dengan segala cabaran termasuk cabaran ketika berhadapan dengan risiko, samada risiko luaran atau di dalam talian. Walau bagaimanapun, dalam memberi pendidikan kepada anak-anak ibubapa perlulah meraikan hak anak-anak. Antara kaedah yang ditekankan dalam Islam adalah ibubapa perlu memberi peluang serta mengajak anak-anak untuk berbincang. Contohnya, ketika membicarakan mengenai sesuatu isu atau peraturan-peraturan yang dibuat di rumah, pandangan dan pendapat anak-anak perlu diambil kira dan dipertimbangkan. Interaksi sebegini dapat menanam nilai murni dalam kalangan anak-anak sejak kecil seterusnya merangsang pembentukan resilien.

Implikasi daripada hasil kajian kertas konseptual ini adalah tertumpu kepada perkhidmatan bimbingan dan kaunseling. Para kaunselor perlu melibatkan campur tangan ibubapa terhadap isu yang berkaitan dengan pengaruh digital terutamanya dalam kalangan kanak-kanak dan remaja. Dalam konteks ini juga, perkhidmatan kaunseling keluarga dilihat sebagai perkhidmatan yang sangat bertepatan dan diperlukan dalam menyediakan perkhidmatan yang berkesan. Tambahan pula, perkhidmatan kaunseling keluarga lebih memfokus kepada interaksi secara holistik dalam sesebuah sistem kekeluargaan. Justeru, kemahiran kaunseling khususnya kaunseling keluarga perlu diperkasakan oleh pengamal kaunseling dalam menjamin kesejahteraan terutamanya kanak-kanak dan remaja. Tingkahlaku dan personaliti anak-anak remaja hari ini akan menentukan bagaimana pembawakan mereka pada masa hadapan. Selain itu, implikasi lain adalah terhadap ibubapa. Para ibubapa perlu peka terhadap keperluan anak-anak mereka di era digital dan teknologi moden ini. Ibubapa perlu mempersiapkan diri dengan ilmu digital dalam usaha untuk memahami, mendekati dan mendidik anak-anak. Justeru, adalah dicadangkan kepada pengkaji akan datang untuk menghasilkan satu modul keibubapaan digital sebagai usaha membantu para ibubapa mengasuh serta mendidik anak-anak dalam era digital ini.

KESIMPULAN

Secara semulajadi, minda anak-anak remaja sangat mudah dipengaruhi terutamanya apabila terdedah dengan rancangan atau kandungan digital media dan teknologi yang meliputi unsur positif dan juga negatif. Mereka cenderung untuk terikut-ikut. Kandungan digital media dan teknologi seolah-olah menjadi guru yang membentuk

pemikiran dan tingkahlaku kanak-kanak tersebut. Pendedahan terhadap unsur - unsur ini bukanlah aktiviti yang pasif malah, merupakan medan pembelajaran. Anak-anak dan remaja akan memproses dengan aktif kandungan yang diterima. Walau bagaimanapun, oleh kerana kandungan digital media adalah pelbagai dan boleh diakses diujung jari sahaja ditambah pula dengan kemudahan peranti moden, kanak-kanak dan remaja akan terdedah bukan sahaja kepada maklumat positif malah juga maklumat negatif. Oleh itu, mereka perlu dididik untuk memiliki rasa tanggungjawab dan juga ketahanan diri. Didikan ini memerlukan penglibatan dan komitmen ibubapa yang tinggi dalam melaksanakan strategi intervensi seperti penguasaan ilmu keibubapaan, karakter anak generasi kini, teknologi, serta penghayatan amalan agama.

RUJUKAN

- Al Mazmi, M., Aslam, H., & Rajan, A.V. (2013). The influence of technology on childrens health. *International Conference on Technology and Business Management*, March 18- 20, 1226-1235.
- Anderson, E., Steen, E & Stavropoulos, V. (2017). internet use and problematic internet use: a systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *International Journal of Adolescence and Youth* 22 (4), 430-454.
- Azizi, Y., Gooh, M.L., & Halimah, M. (2014). Pengaruh media berunsur agresif dan kesannya terhadap tingkah laku pelajar di sekolah menengah. *National Action Research Conference 2014, Official Conference Proceeding, Melaka*, 25-26 Jun 2014.
- Baumrind, D. 1966. Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior, *Child Development*, 37(4), 887-907.
- Christakis, D.A. (2011). The effects of fast-paced cartoons. *Pediatrics* 128(4), 772-4.
- Haslina Mohamed Hassan, Mohd Azul Mohamad Salleh, Abdul Latiff Ahmad. 2021. Keibubapaan Digital dan Mediasi Ibu Bapa/ibu Bapa Terhadap Penggunaan Internet Remaja di Malaysia. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(8), 121-132.
- Hidayatul Akmal Ahmad. (2014). Makanan penentu perkembangan fizikal dan mental. *Harian Metro*. Retrieved from <http://www1.hmetro.com.my/node/14349>.

- Higgins, S., Xiao, Z., & Katsipataki, M. 2012. The impact of digital technology on learning: a summary for the Education Endowment Foundation. Durham: Education Endowment Foundation and Durham University.
- Hsin, C.T., Li, M.C., & Tsai, C.C. (2014). The influence of young children's use of technology on their learning: a review. *Educational Technology & Society* 17 (4),85–99.
- Karow, E. (2014). Childhood cognitive development & media use. Retrieved from <http://www.oakhall.org/>.
- Kuppens, S., & Ceulemans, E. 2019. Parenting Styles: A Closer Look at a Well-Known Concept. *Journal of child and family studies*, 28(1), 168–181. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1242-x>
- Mariani Md Nor. (2011). "60,000 pelajar kita ketagih FB". *Berita Harian*. Retrieved from http://www.bharian.com.my/bharian/articles/60_000pelajarkitaketagihFB/Article.
- Norruzeyati Che Mohd Nasir, Mohammad Rahim Kamaluddin, Mohd Alif Jasni & Hezzrin Mohd Pauzi. (2021). Lebihan berat badan dan obesiti dalam kalangan. *Jurnal of Sosial Science and Humanity* 18 (6), 161-174.
- Panger, G. T. (2017). Emotion in Social Media. UC Berkeley. Capaian pada 12 Feb 2023 daripada <https://escholarship.org/uc/item/1h97773d>
- Ramírez S, Gana S, Garcés S, Zúñiga T, Araya R, Gaete J. (2021). Use of technology and its association with academic performance and life satisfaction among children and adolescents. *Front Psychiatry* 12,1-12.
- Rosenfield, M. (2011). Computer vision syndrome: a review of ocular causes and potential treatments. *Ophthalmic Physiol Opt* 31,502–515.
- Santrock, J. W. 2004. *Life Span Development*. Ed. ke 9. Boston: McGraw Hill.
- Shima Dyana & Siti Marziah (2018). Kesan penggunaan gajet kepada perkembangan kognitif dan sosial kanak-kanak prasekolah. *Jurnal Wacana Sarjana* 2(4), 1-6.
- Simuforosa, M. (2013). The impact of modern technology on the educational attainment of adolescents. *International Journal of Education and Research*, 1(9).
- Singman, A. (2012). The impact of screen media on children: a eurovision for parliament. *Improving the Quality of Childhood in Europe* 2,88-121.

- Siti Atiyah Ali, Samhani Ismail, Nurfaizatul Aisyah & Abdul Rahman Omar. 2019. Psikologi Pembangunan Kanak-Kanak: Perkaitan Antara Psikologi Pendidikan Barat Dan Psikologi Pendidikan Islam, *Journal of Islamic Educational Research (JIER)*, 4(1), 14-23
- Small, G. & Vorgan, G. (2008). *Surviving the technological alteration of the modern mind*. New York: HarperCollins.
- Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia. (2018, 2020). Diakses pada 17 Jun 2023.