



PROFESOR DR ZAFIR KHAN MOHAMED MAKBUL

Timbalan Dekan
Fakulti Ekonomi dan Pengurusan
Universiti Kebangsaan Malaysia

Si comel manja meronong tajam iPad di tangannya tanpa berkedip mata dan tidak menghiraukan suasana di sekelilingnya. Si ibu tersenyum sendiri menatap gajet di tangan. Si bapa pula menatap sesuatu di telefon pintarnya sambil tersengih.

Suasana sunyi sepi seperti di sebuah perpustakaan, namun hakikatnya mereka sedang berada di sebuah restoran untuk makan malam.

Di suatu sudut yang lain, sebuah keluarga besar baru masuk ke restoran. Setelah semua duduk dan selesai memesan makanan, masing-masing mula mengeluarkan gajet. Di hujung meja yang sama, seorang nenek tua turut bersama keluarga tersebut. Dia terkulak kulat melayan perasaan sendiri dan melihat telatah anak cucunya serta semua orang yang lebih senang berinteraksi dengan besi keluli.

Anda pernah menonton atau berada dalam situasi sebegini? Kedua-dua kejadian ini berlaku di hadapan mata kepala penulis sendiri semasa penulis sekeluarga keluar makan malam di sebuah restoran di ibu kota. Inilah virus masa kini yang menular dan menguasai kita. Bukan sahaja di restoran, virus ini menjadi wabak yang cepat menular di segenap ceruk rantau, tidak kira di kota mahupun desa, di warung kopi, pusat beli-belah, atau rumah ibadat.

Kegiatan apakah yang sedang berlaku? Semua orang kini tidak bercakap sesama sendiri. Ibu bapa tidak lagi menghiraukan anak-anak, dek kesibukan berwasap, berFB dan sebagainya. Anak-anak kecil juga tidak lagi merengek menuntut perhatian ibu bapa kerana mereka sudah ada teman dalam gajet di tangan.

Kedua-dua ini meresahkan penulis. Semua



Besi keluli jadi teman bicara

golongan, kecil, tua dan muda seperti seorang yang dilahirkan kembar dengan sebuah gajet. Inilah hakikat yang terpaksa kita telan, yang mana menunjukkan betapa eratnya hubungan manusia dengan teknologi.

KETAGIHAN GAJET

Anak-anak yang baru meningkat remaja merupakan antara pengguna tegar gajet pintar. Mereka lebih sanggup berkunung di bilik masing-masing melayan pelbagai aplikasi media sosial seperti WhatsApp, YouTube, Twitter, WeChat, Snapchat, Facebook Messenger, LINE dan Instagram.

Jika mereka bersedih, ada besi keluli sebagai peneman. Jika mereka gembira, besi keluli ini yang terlebih dahulu mengetahuinya. Pendek kata, besi keluli ini menjadi teman belajar, tidur, makan, bermain sehinggalah bertindak sebagai kaunselor.

Anak-anak kecil tidak ketinggalan dalam hal ini. Ada yang telah cekap menggunakan telefon pintar pada usia 3 tahun. Keadaan sebegini ada kalanya menjadi kebanggaan kepada ibu-bapa mereka. Si ibu dan bapa juga berasa gembira dapat melakukan tugas di rumah dengan aman tanpa gangguan anak-anak. Kanak-kanak dan remaja pula memang suka bersendirian dengan gajet dan ia boleh menyebabkan mereka lupa kepada masalah yang dihadapi. Ibu dan bapa harus tahu

bahawa gajet dan peranti pintar ini adalah seperti bom jangka yang akan membunuh anak-anak anda suatu hari nanti! Selain itu wabak ketagihan gajet ini juga bakal mencetus pelbagai masalah kesihatan lain.

Kajian menunjukkan bahawa kebergantungan yang tinggi terhadap gajet boleh menyebabkan kesakitan mata seperti mata merah, berair dan keupayaan penglihatan yang semakin merosot di samping impak lain yang lebih menakutkan seperti kemurungan, kelesuan, sukar bertutur dan masalah psikologi.

Selain itu, penggunaan gajet dan internet dalam kalangan kanak-kanak dan remaja tanpa pemantauan mengundang jenayah siber dan meruntuhkan institusi kekeluargaan.

Kajian menunjukkan simptom stres juga boleh terhasil akibat kemajuan teknologi. Laporan Kesihatan Mental Remaja di Malaysia dalam Kajian Kesihatan dan Morbiditi Kebangsaan (KKMK) 2017 menunjukkan bahawa:

INFO

- 1 Kecenderungan remaja alami simptom stres mencapai **9.6%**
- 2 Rumusan:
remaja stres bersekolah di bandar - **10.3%**
remaja perempuan - **10.3%**
pelajar tingkatan 1 - **11%**
remaja keluarga berpisah - **14.9%**
- 3 Sebanyak **28.8%** responden pula berasa amat terasing dan suka menyendiri untuk tempoh 12 bulan kebelakangan.
- 4 Stres bawa aktiviti tidak sihat seperti:
merokok (**13.7%**)
menggambil minuman beralkohol (**17.4%**)
menggunakan marijuana (**26.8%**)
terlibat aktiviti seksual (**17.2%**).

MEROSAKKAN GENERASI PEWARIS

Dapatan kajian selain itu menunjukkan 19.1% simptom stres dalam kalangan remaja amat dirasai dalam kalangan mangsa buli, didera secara seksual dan dilayan menggunakan kata-kata kasar. Laporan Kesihatan Mental Remaja dalam KKMK 2017 juga menunjukkan peningkatan kepada isu kemurungan dan kebimbangan berpunca daripada stres. Statistik KKMK 2017 ini amat membimbangkan semua pihak dan pengaruh gajet sebagai strategi daya tindak menangani stres bakal meributkan lagi keadaan.

Virus ketagihan kepada gajet dalam kalangan kanak-kanak dan remaja ini amat merusuhkan. Jika ia tidak ditangani mulai sekarang, ia akan merosakkan mereka yang merupakan generasi pewaris masa hadapan. Namun begitu, melankan diri daripada gajet dan teknologi tidak akan menyekat wabak ini daripada merebak. Apa tidaknya, hampir kesemua aktiviti pengajaran dan pembelajaran serta persekitaran kehidupan masa kini memerlukan gajet.

Sebenarnya, penggunaan dan kebergantungan kepada teknologi perlu selari dengan kekuatan dan kelemahan diri. Penggunaan teknologi memerlukan kebijaksanaan dan pengetahuan. Ia dapat dijayakan melalui pendidikan berterusan. Persediaan mental dan detusan kesedaran ini perlu hadir dalam diri setiap individu bagi berdepan dengan cabaran teknologi pengkomputeran dan automasi. Kekuatan mental amat-amat diperlukan untuk menghasilkan kesejahteraan emosi dan seterusnya mencapai kualiti kehidupan yang diharapkan.

Gajet menjadikan manusia hilang rasa kemanusiaan, sifat santun dan rasa hormat. Kalau sayangkan anak-anak, jangan biarkan mereka terus sendir mendakap besi keluli di alam maya. Ayuh kembalikan mereka ke alam nyata dan penuhi hari-hari mereka dengan kegembiraan, kasih sayang dan hormat-menghormati.



Anak-anak kecil juga tidak lagi merengek menuntut perhatian ibu bapa kerana mereka sudah ada teman dalam gajet di tangan