



Profesor Madya Dr. Zafir Khan bin Mohamed Makhbul

Timbalan Dekan
Fakulti Ekonomi dan Pengurusan
Universiti Kebangsaan Malaysia

Aduan kesakitan mata adalah paling popular dalam kalangan pengguna teknologi komunikasi dan ICT.



Teknostres

dalam Industri 4.0

Dari dalam rahim ibu sehinggalah ke usia emas, semua orang pastinya akan berhadapan dengan perubahan arus teknologi. Kebergantungan umat manusia kepada kecanggihan teknologi komputer telah lama berlaku. Di mana-mana sahaja tidak kira di desa atau di bandar, anak kecil, kanak-kanak, remaja, orang dewasa dan warga tua sukar memisahkan diri dengan gajet seperti komputer, tablet, komputer riba, dan yang terkini telefon pintar. Inilah hakikat yang terpaksa kita telan, yang menunjukkan betapa eratnya hubungan manusia dengan teknologi. Kehadiran Revolusi Perindustrian ke-4 (Industri 4.0) yang bakal membawa bersama perkembangan teknologi pengkomputeran dan automasi baharu bukan sahaja akan merancakkan lagi perubahan teknologi perkomputeran dan pengautomasian, malah meningkatkan lagi kebergantungan manusia kepadanya.

Tiada siapa yang boleh lari daripada menerima tempas teknologi ini. Kecanggihan saluran komunikasi masa kini tidak dapat dinafikan lagi dengan adanya kemajuan teknologi. Pelbagai bentuk media komunikasi wujud bagai tumbuhnya cendawan selepas hujan. Malangnya kebanyakan media komunikasi ini memberi kesan kepada cara manusia berhubung sesama sendiri. Individu masa kini lebih suka 'bertutur' melalui teknologi komunikasi dan ICT. Bayangkan bentuk komunikasi dan perhubungan sosial manusia yang bakal berlaku apabila kita berhadapan dengan Industri 4.0 nanti. Perkembangan teknologi membawa pembangunan positif dalam pemikiran dan tindakan, namun tidak semua individu boleh menerima dan mengikuti perubahan teknologi dengan hati yang lapang dan terbuka. Sudah pasti ada

dalam kalangan mereka yang sukar menerima perubahan kepada teknologi baru yang mengakibatkan teknofofia.

IMPAK NEGATIF

Teknofofia yang berterusan boleh mengakibatkan teknostres. Perasaan takut, bimbang, kurang yakin dan gusar akibat teknologi ini merupakan impak negatif teknologi ke atas fisiologi, psikologi dan tingkahlaku manusia dan menjadi petanda kepada gejala teknostres.

Teknostres ialah penyakit moden yang disebabkan ketidakupayaan seseorang individu menampung keperluan teknologi komputer dan automasi. Teknostres terjadi kerana ledakan kemajuan teknologi komunikasi dan ICT yang pantas dalam kehidupan manusia.

Terdapat banyak kajian menunjukkan bahawa penggunaan teknologi komunikasi dan ICT mencetuskan teknostres kepada individu dan organisasi. Antara gejala teknostres tersebut ialah kecederaan berkaitan pergelangan tangan, gangguan muskuloskeletal, kelesuan dan kepenatan.

Ia turut memberi kesan kepada penglihatan, yang boleh menyebabkan tekanan fisiologi dan psikologi. Di samping itu, penggunaan gajet berkaitan teknologi komputer dalam tempoh masa yang lama boleh menyebabkan seseorang itu sakit kepala dan sukar memberi tumpuan pada tugas atau aktiviti yang dilakukan.

Kajian juga turut menunjukkan aduan berkaitan dengan kesakitan mata adalah paling popular dalam kalangan pengguna teknologi komunikasi dan ICT. Tanda-tanda kesakitan mata itu adalah seperti mata merah, berair dan keupayaan penglihatan yang semakin merosot.

TINGKAHLAKU MANUSIA

Teknostres boleh meninggalkan kesan mendalam kepada fisiologi, psikologi dan tingkahlaku manusia. Seseorang individu yang mengalami teknostres berpanjangan tanpa memperbaiki keupayaan dirinya mengadaptasi teknologi boleh membawa

kemurungan. Jika tidak ditangani dengan segera, ia akan meninggalkan kesan buruk terhadap kesihatan individu. Psikologi juga turut terganggu akibat teknostres. Impak psikologi berpanjangan memberi kesan ke atas fisiologi seperti sakit jantung, tekanan darah tinggi, kelesuan dan seumpamanya.

Atas dasar inilah, teknostres perlu diminimumkan dalam kehidupan manusia. Melarikan diri daripada

Teknostres ialah penyakit moden yang disebabkan ketidakupayaan seseorang individu menampung keperluan teknologi komputer dan automasi. Teknostres terjadi kerana ledakan kemajuan teknologi komunikasi dan ICT dalam kehidupan manusia.

teknologi tidak akan menyelesaikan masalah ini. Semakin kita menjauhkan diri daripadanya, semakin tinggi stres yang dirasakan. Apa yang perlu dilakukan adalah adaptasi penggunaan dan kebergantungan kepada teknologi mengikut kekuatan dan kelemahan diri.

Adaptasi kesesuaian teknologi ini memerlukan kebijaksanaan dan pengetahuan. Ianya dapat dijayakan melalui pendidikan, latihan dan pembangunan berterusan. Persediaan mental dan cetusan kesedaran ini perlu hadir dalam diri setiap individu bagi berhadapan dengan cabaran teknologi pengkomputeran dan automasi yang dibawa oleh Industri 4.0.

Kekuatan mental amat-amat diperlukan untuk menghasilkan kesejahteraan emosi dan seterusnya mencapai kualiti kehidupan yang diharapkan melalui perkembangan teknologi.



Individu masa kini lebih suka bertutur melalui teknologi komunikasi dan ICT.