

Penggunaan skrin terlalu lama tingkat potensi kemurungan kanak-kanak

Faida Rahim

September 1, 2023 09:00 MYT



Kandungan skrin seperti aksi ganas dan jenayah perlu dielakkan kerana pada peringkat umur kanak-kanak, mereka lebih mudah meniru aksi berkenaan dan ianya sudah tentu mempengaruhi perkembangan moral. - Gambar hiasan

KUALA LUMPUR: Penggunaan skrin terlalu lama dalam kalangan kanak-kanak menyebabkan sikap kurang bergaul, sukar menyesuaikan diri dan bertindak lebih agresif seperti gemar membaling alat permainan, memukul dan pemarkah.

Pengarah Pusat Sejahtera Jabatan Hal Ehwal Pelajar & Alumni Universiti Malaysia Pahang, Dr Noradilah Md Nordin memaklumkan penggunaan skrin dalam tempoh panjang dalam kalangan kanak-kanak meningkatkan potensi gangguan emosi seperti tekanan dan kemurungan.

“Kanak-kanak terdedah kepada penggunaan skrin yang lama kerana proses pembelajaran di pusat jagaan beralih dalam talian bagi memastikan yuran terus dibayar ibu bapa ketika tempoh pandemik.

“Majoriti besar ibu bapa bekerja dari rumah juga terpaksa memberikan anak-anak peralatan digital seperti telefon pintar dan menonton rancangan di televisyen terutamanya YouTube untuk mencari peluang menyiapkan kerja pejabat.

“Di peringkat awal perkembangan, kanak-kanak bertingkah-laku mengikut keperluan atau kehendak sendiri tanpa sedar sama ada tingkah laku itu mendatangkan keburukan atau kebaikan. Perkembangan yang tidak sihat akan berterusan sehingga ke peringkat umur seterusnya sekiranya tidak dipantau dan tiada didikan khusus untuk mereka,” katanya kepada *Astro AWANI*.



Kredit: Astro AWANI

Tambahnya, kandungan skrin seperti aksi ganas dan jenayah perlu dielakkan kerana pada peringkat umur kanak-kanak mereka lebih mudah untuk meniru aksi berkenaan dan ianya sudah tentu mempengaruhi perkembangan moral.

Bagi mengekang masalah tersebut, ibu bapa boleh menggunakan pilihan kawalan digital (parental control) dalam aplikasi digunakan.



Kredit: Astro AWANI

Dalam pada itu, Pensyarah Kanan Universiti Teknologi MARA, Dr. Fatin Aliana Mohd Radzi memberitahu bagi membantu memastikan perkembangan sosial dan emosi yang sihat, kanak-kanak perlu dilatih untuk meluahkan sesuatu dengan baik dan antaranya melalui proses pergaulan dengan rakan sebaya.

Antara contoh aktiviti dengan rakan sebaya yang boleh dilakukan adalah bermain masak-masak, origami, sorok-sorok, melukis, bermain tanah liat, puzzle dan blok binaan.

“Aktiviti tersebut bukan sahaja mengurangkan penggunaan skrin tetapi membantu meningkatkan kemahiran bahasa, kemahiran motor halus, kawalan sendiri dan seterusnya mengawal tingkah laku agresif.

“Malah, permainan tersebut mampu merangsang minda dan menjadi lebih kreatif. Aktiviti riadah di hujung minggu seperti bermain bola dan berbasikal bersama anak-anak pula amat digalakkan dan ianya membantu meningkatkan kecergasan fizikal dan mengurangkan kebarangkalian masalah obesiti,” katanya.

Tambahnya, mengikuti perkembangan teknologi dalam kehidupan masa kini tidak boleh dinafikan tetapi ibu-bapa boleh mengawal bagaimana ia digunakan demi kesejahteraan bersama.

[#Kanak-kanak](#) [#telefon pintar](#) [#Universiti Malaysia Pahang](#) [#Dr Noradilah Md Nordin](#)