

# Ibu bapa perlu kreatif kawal anak guna internet

BH  
15/8/16  
MIS 15

➔ Setiap keluarga perlu tingkat komunikasi dalam kalangan mereka

Oleh **Sophia Ahmad dan Rashiqah Ilmi Abd Rahim**  
bhnews@bh.com.my

► Kuala Lumpur

**G**ejala ketagihan internet dalam kalangan belia negara ini, khususnya remaja masih boleh diatasi menerusi kawalan penggunaan oleh ibu bapa dan keluarga.

Ketua Jabatan Pembangunan Manusia dan Pengajian Keluarga, dari Fakulti Ekologi Manusia Universiti Putra Malaysia (UPM), Dr Zainal Madon, berkata kawalan secara konsisten perlu dilakukan ibu bapa bagi me-

nghadkan penggunaan internet dalam kalangan anak-anak.

Ibu bapa juga katanya, perlu kreatif mempelbagaikan aktiviti bersama anak-anak bagi mengelakkan kebergantungan mereka terhadap teknologi itu.

"Setiap keluarga perlu meningkatkan jumlah komunikasi dan interaksi sesama ahli, selain mewujudkan peraturan khas berkenaan penggunaan internet dalam kalangan mereka.

"Apabila bersama keluarga, perlu ada peraturan khusus untuk mengelakkan masa yang ada hanya dipenuhi dengan melayari internet semata-mata," katanya kepada *BH* ketika dihubungi di sini, semalam.

## Layari internet lebih 8 jam

Beliau mengulas hasil kajian Institut Penyelidikan Pembangunan Belia Malaysia (IYRES) dan Universiti Utara Malaysia (UUM) berhubung penggunaan internet dalam kalangan belia.

Menerusi kajian yang memabitkan 2,007 responden itu, lebih 60 peratus belia berusia 18 hingga 25 tahun dikesan melayari internet lebih lima jam sehari, selain turut menghabiskan masa dengan aplikasi WhatsApp dan Facebook.

Zainal berkata, golongan ketagih internet ini perlu dirawat

segera menerusi kaedah kaunseling secara konsisten bagi memastikan tabiat itu tidak berterusan.

"Pendekatan kognitif tingkah laku juga dilihat sebagai antara kaedah sesuai dalam membasmi gejala berkenaan. Ia dapat membantu mencabar pemikiran individu yang terlalu bergantung kepada internet," katanya.

Pendakwah bebas, Safwan Syafiq, berkata pengetahuan agama yang seimbang perlu wujud dalam diri setiap individu, bagi membezakan antara keperluan dan kemahuan semasa melayari internet.

"Apabila ada pengetahuan agama yang seimbang, mereka dapat membezakan antara keperluan dengan kehendak, sekali gus mengelakkan diri dari melayari perkara yang lagha dan meleakakan.

"Aspek ini tetap memerlukan dukungan pelbagai pihak seperti ibu bapa dan komuniti lain. Peranan ibu bapa amat penting dalam membantu anak mengurangkan kebergantungan kepada internet, begitu juga pihak lain seperti rakan dan media massa, untuk memberi ingatan terhadap keburukan yang dibawa teknologi itu," katanya.



Keratan akhbar  
*BH* semalam.