

Awasi trend jelik media sosial, jangan mudah terjebak

February 15, 2022

KUALA LUMPUR: Bermula sebagai jaringan sosial, media sosial kini menjadi sebahagian daripada norma kehidupan masyarakat, baik untuk kegiatan sosial mahupun ekonomi.

Malaysia antara negara yang rakyatnya paling ramai menggunakan medium itu, dan menurut Digital Business Lab.com, setakat Januari 2021, kira-kira 86 peratus rakyat di negara ini menggunakan media sosial, iaitu peningkatan 24 peratus berbanding 2016.

Bukan itu sahaja, penyedia data pasaran dan pengguna Statista pula menunjukkan rakyat Malaysia menghabiskan masa secara purata tiga jam sehari melayari media sosial.

Malah, sikap proaktif netizen Malaysia khususnya dalam mempertahankan kedaulatan negara turut mendapat perhatian dunia, antaranya bersatu melakukan "serangan" ke atas media sosial milik pihak tertentu seperti yang dialami oleh netizen Israel tahun lepas, yang mana rangkap kata "koyak to you too" menjadi sohor kini.

Begitu juga "serangan" netizen Malaysia terhadap sebuah laman sosial pro-Israel pada 2019 sehingga menyebabkan akaun yang mempunyai kira-kira sejuta pengikut itu ditutup.

Sisi gelap media sosial

Namun, di sebalik apa yang digelar sebagai "kuasa membawang netizen Malaysia" itu, media sosial juga mempunyai sisi gelap yang tidak kurang hebatnya dalam mempengaruhi pengguna platform berkenaan, khususnya golongan muda dan remaja.

Taksub dengan budaya "suka" atau "Like" selain ingin mempunyai *follower* yang ramai, pemilik akaun media sosial dilihat tidak teragak-agak mencetuskan trend yang boleh membahayakan kesihatan fizikal dan mental yang kemudian tular dengan pantas dan menjadi ikutan ramai.

Lebih merisaukan, golongan yang mudah terjebak dengan trend begini adalah anak muda dan remaja, yang mana menurut pakar berpunca daripada keinginan mereka untuk diterima oleh rakan sebaya.

"Berdasarkan perspektif psikologi perkembangan manusia, peringkat remaja dan belia adalah satu tempoh kritikal, yang mana mereka mempunyai keinginan yang kuat untuk diterima dalam kelompok sosial termasuk rakan sebaya," jelas pakar psikologi Dr Salina Nen kepada *Bermama*.

Menurut pensyarah kanan di Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia, Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan, Universiti Kebangsaan Malaysia itu, jika remaja disajikan dengan pelbagai trend popular yang walaupun jelas tidak sihat untuk perkembangan mental dan fizikal, kemungkinan besar mereka akan terpengaruh.

"Disebabkan trend itu popular dan ramai yang melakukannya sekalipun jelas bertentangan dengan norma ketimuran, maka mereka juga ingin menjadi sebahagian daripada trend tersebut," kata Dr Salina, menambah perkara berkenaan mudah dibuktikan, iaitu hanya dengan memantau *trending* atau sohor kini.

Menurutnya lagi, kebanyakan belia dan remaja menganggap jumlah tanda "suka" yang diterima pada hantaran media sosial masing-masing sebagai amat penting kerana hal itu adalah simbolik penerimaan dan pengiktirafan kelompok sosial mereka.

Cenderung menjadi ekstrem

Jelas beliau, sebelum wujudnya Internet, pembentukan identiti remaja dan belia adalah berdasarkan interaksi dengan dunia sebenar serta daripada pergaulan dengan ahli keluarga, rakan serta pihak berkuasa.

Namun kewujudan Internet dan media sosial menyebabkan pembentukan jati diri golongan itu turut dipengaruhi oleh masyarakat luar yang mempunyai latar belakang berbeza, katanya.

Dr Salina memetik kajian barat bertajuk *The cyber effect: A Pioneering Cyber Psychologist Explains How Human Behavior Changes Online* pada 2016 yang mendapati tingkah laku individu cenderung menjadi lebih ekstrem di media sosial berbanding ketika di dunia realiti.

"Media sosial adalah lapangan baharu untuk remaja bereksperimen, belajar, bersosial dan mengambil risiko. Sifat alam siber yang pelbagai, malah cenderung bertentangan dengan norma masyarakat sudah pasti akan sedikit-sebanyak memberi pengaruh kepada pembentukan identiti remaja," jelasnya.

Mengulas lanjut, beliau berkata sifat ruang siber yang merentas sempadan, kelompangan autoriti selain membolehkan pengguna melindungi identiti diri, memberi ruang kepada kelakuan ekstrem.

"Kriteria ruang siber boleh menyebabkan seseorang boleh bertindak secara impulsif tanpa memikirkan kesan dan akibatnya. Situasi ini boleh mewujudkan sikap agresif dan tingkah laku berisiko yang lain," ulas beliau.

Dr Salina memberi contoh trend tular *choking game* yang boleh mengundang maut jika tersalah langkah, namun kerana ingin "menjadi sebahagian daripada mereka yang popular", golongan terdedah sanggup mengambil risiko itu.

Perlu cakna

Ujar beliau, bagi memastikan si anak berkembang secara positif, ibu bapa perlu cakna dengan memantau pengaruh alam siber ke atas anak masing-masing.

Ini katanya boleh dilakukan dengan mengawasi penggunaan Internet si anak termasuk menyekat aktiviti alam siber pada waktu tertentu yang boleh membentuk tabiat penggunaan Internet yang lebih sihat, mencegah ketagihan sosial media dan mengawal kandungan laman web yang dilawati anak-anak mereka.

"Tanpa pemantauan dan panduan daripada orang sekeliling, remaja berisiko terjerumus dalam pembentukan diri yang tidak sihat, kekeliruan peranan, pembentukan personaliti yang bermasalah, masalah pemakanan, masalah kesihatan (kesan daripada tabiat tidak sihat kerana mengikut trend) atau mungkin masalah kesihatan mental seperti personaliti narsistik, kemurungan dan kebimbangan," katanya.

Selain itu, beliau berkata pihak berwajib seperti Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia juga perlu lebih proaktif dalam meningkatkan kuasa dan penguatkuasaan undang-undang bagi mengekang aktiviti alam siber yang tidak sihat.

Jaga maruah keluarga

Sementara itu, pensyarah kanan di Jabatan Syariah dan Ekonomi, Akademi Pengajian Islam, Universiti Malaya Dr Mohd Shahid Mohd Noh pula berpandangan trend jelik boleh berubah menjadi norma kehidupan jika ramai yang terpengaruh melakukannya.

Namun, apabila perkara buruk berubah menjadi norma kebiasaan, ini adalah petanda kegagalan fungsi ejen-ejen pendidikan seperti keluarga, institusi pendidikan formal, masyarakat malah kerajaan, tegasnya.

"Trend *unboxing wife* yang baru-baru ini tular di negara ini misalnya mungkin dilihat sebagai perkara biasa oleh sesetengah budaya dan tempat, namun trend itu tidak mencerminkan budaya ketimuran apatah lagi agama Islam yang menekankan kepentingan aspek malu dan menjaga maruah," tegas beliau.

Sehubungan itu katanya, respons negatif netizen terhadap perkara sedemikian harus dilihat sebagai perkara yang positif kerana masih ramai yang sedar akan tugas mereka menegur dan membetulkan kepincangan dalam masyarakat.

"Bermula dari penutupan aurat, adab dalam pergaulan dan bermasyarakat sehinggalah kepada adab-adab ketika menggunakan media sosial, semua ini harus dijaga sebaik-baiknya. Ini kerana maruah amat berbeza dengan harta. Harta yang hilang atau rosak mudah dicari ganti, sebaliknya maruah yang telah tercalar sukar dibaik pulih," nasihat beliau. – BERNAMA