

**KETAGIHAN GAJET DI KALANGAN PELAJAR SEBUAH SEKOLAH DI PULAU
PINANG: KAJIAN KES MENGGUNAKAN INTERVENSI *TAZKIYAH AN NAFS***

Shahirah binti Rafee¹

KAFA Surau Al Falah, TUDM, Butterwoth
Emel: *shahirahrafee@gmail.com*

Nurhikmah binti Mubarak Ali²

Pusat Pengajian dan Perkhidmatan Kaunseling & Psikologi
Universiti Islam Antarabangsa Sultan Abdul Halim Mu'adzam Shah, (UniSHAMS)

Abstrak

Kajian ini mengenai beberapa kajian kes yang mengaplikasikan pendekatan *Tazkiyah Al-Nafs* untuk membantu individu yang terlibat dengan ketagihan gajet dan masih dalam proses pemulihan diri. Objektif kajian ini adalah untuk mengkaji tingkahlaku, sikap, kesan dan punca berlakunya ketagihan gajet di kalangan pelajar di sebuah sekolah di Pulau Pinang. Kajian ini menggunakan kajian kualitatif melalui kajian kes yang dilakukan terhadap tiga orang responden di kalangan pelajar di sebuah sekolah di Pulau Pinang. Selain itu, kajian ini juga untuk melihat perubahan tingkahlaku oleh responden sepanjang tempoh rawatan. Hasil kajian mendapati pelajar yang mengalami ketagihan akan bersifat malas, suka menyendiri, ponteng sekolah, dan sering meninggalkan solat. Antara punca yang dikenalpasti adalah masalah keluarga, pengaruh rakan dan pasaran perniagaan. Selain itu, kesan yang dihadapi oleh responden pula adalah menjadi pemarah, pelajaran terabai, pergaduhan dan pembaziran masa. Setelah melalui rawatan *Tazkiyah Al-Nafs*, pelajar menyesali kesalahan, mempertingkatkan Ibadah dan mengamalkan sifat Mahmudah.

Kata Kunci: Ketagihan, Gajet, *Tazkiyah Al-Nafs*.

Abstract

This study is about several case studies that apply the Tazkiyah Al-Nafs approach to help individuals who are involved with gadget addiction and are still in the process of self-recovery. The objective of this study was to examine the behavior, attitudes, effects and causes of gadget addiction among students in a school in Penang. This study uses a qualitative study through a case study conducted on three respondents among students in a school in Penang. In addition, this study was also to look at behavioral changes by respondents throughout the treatment period. The results of the study found that students who are addicted will be lazy, like to be alone, skip school, and often leave prayers. Among the causes identified were family problems, peer influence and the business market. In addition, the effects faced by the respondents were irritability, neglected lessons, fights and a waste of time. After going through the treatment of Tazkiyah Al-Nafs, students repent of mistakes, enhance Ibadah and practice the nature of Mahmudah.

Keywords: Addiction, Gadgets, *Tazkiyah Al-Nafs*.

PENGENALAN

Gajet adalah sebuah objek atau alat elektronik kecil yang mempunyai fungsi khas. Gajet berbeza dengan alat-alat teknologi lain kerana terdapat unsur inovasi. Semakin hari, gajet kerap

didatangkan dengan teknologi terbaru yang menjadikan gaya hidup manusia menjadi lebih mudah dan sangat kondusif untuk penggunaannya. Contoh gajet ialah telefon bimbit, telefon pintar seperti *ipad, iphone, iPods, tablets* dan sebagainya. (Shima Dyana Siti Marziah, 2018).

Pada zaman globalisasi ini jelas kelihatan bahawa terlalu banyak teknologi canggih yang boleh digunakan oleh manusia dalam mendapatkan apa sahaja kehendak masing-masing. Oleh kerana terlalu ramai orang menggunakan teknologi sebagai alat komunikasi, maka alatan dan kaedah komunikasi juga berkembang seiring dengan kepesatan penggunaan teknologi sebagai alat komunikasi. Manusia juga menggunakan kecanggihan teknologi untuk mendapatkan maklumat seperti penggunaan laman web rangkaian sosial di mana ia terdapat pelbagai jenis rangkaian yang disediakan seperti *Facebook, Myspace, Friendster, Twitter, WeChat, Whatsapp, Youtube, Instagram, Tiktok* dan sebagainya. Laman sosial ini telah menarik minat manusia untuk menggunakannya seperti laman web Facebook yang dianggap sebagai paling popular dengan jumlah pengguna yang berdaftar adalah lebih kurang 350 juta di seluruh dunia. (Filyntiana Tenge Andrew, Zurinah Tahir, Jalaluddin Abdul Malek dan Ahmad Rizal Mohd. Yusof, 2020).

Ketagihan gajet telah mempengaruhi segenap kehidupan manusia yang semakin hari semakin membuka setiap ruang kehidupan tanpa sempadan hasil dari ciptaan dunia Barat. Dunia tanpa sempadan boleh dianggap sebagai suatu fenomena yang boleh merubah tingkahlaku, pemikiran dan gaya hidup masyarakat yang menjadi satu cabaran khususnya kepada umat Islam pada masa kini. Penggunaan gajet yang tiada batasan ini telah membawa banyak kesan negatif dari sudut sosial dan budaya manusia akibat dari kecanggihan teknologi dan kepantasan dalam penyebaran maklumat yang dibina seperti penggunaan internet tanpa kawalan dan kecanggihan sistem komunikasi, walaupun adakalanya penggunaan teknologi ini juga memberi manfaat kebaikan dalam beberapa aspek yang lain. Ia bertepatan dengan pandangan yang telah dikemukakan oleh Mahathir Mohammad, bekas Perdana Menteri Malaysia, bahawa isi kandungan globalisasi amat berbahaya khususnya terhadap kebudayaan dan nilai akhlak. (Che Zarrina Sa'ari dan Sharifah Basirah Syed Muhsin, 2012).

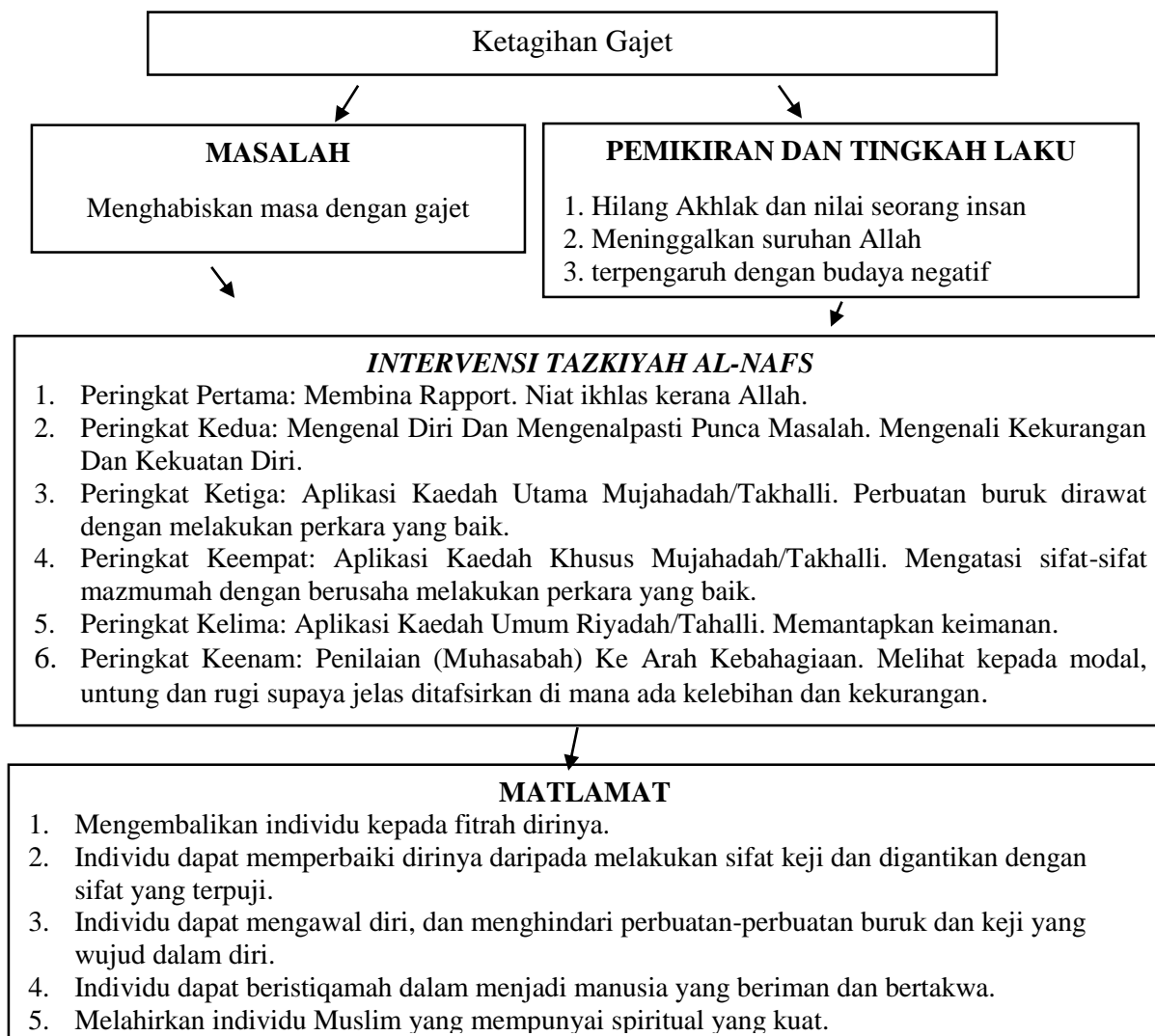
Di samping itu, penggunaan gajet turut menjadi fenomena yang meliputi seluruh peringkat masyarakat tidak kira golongan yang bekerja, pelajar sekolah, kanak-kanak serta warga emas juga tidak terkecuali dalam menggunakan gajet. Menurut Beauty et al.(2015), gajet merupakan salah satu faktor kepada medium sosial untuk mudah dicapai. Hal ini menjadi keperluan di Malaysia atas faktor perkembangan industri media penyiaran apabila kerajaan telah mengubah dasar yang membolehkan siaran televisyen satelit muncul dengan meminda akta penyiaran. (Shima Dyana, Mohd Fazreedan & Siti Marziah Zakaria, 2018)

Selain itu, menurut Norbaidurah Ithnain, Shazli Ezzat Ghazali dan Norrafizah Jaafar (2018) pula, gajet antara peranti teknologi yang mendapat perhatian setiap lapisan masyarakat kerana gajet kebanyakan bersifat mudah alih yang mampu menyampaikan maklumat di hujung jari. Gajet membolehkan menggunakan menggunakan teknologi internet, mesej, video, media social dan sebagainya yang terbukti lengkap dengan kemudahan. Internet itulah yang menjadi faktor terbesar mengapa masyarakat menggunakan gajet sepanjang masa tidak kira siang dan malam (Johari Hassan dan Raja Shahrina Raja Abdul Rashid, 2012). Hal ini kerana, segala maklumat dan informasi mudah diperolehi. (Wan Idros Wan Sulaiman: 2017)

Objektif Kajian

1. Untuk mengenal pasti sikap individu yang ketagihan gajet dalam kalangan pelajar sebuah sekolah di Pulau Pinang.
2. Untuk meneroka punca individu mengalami ketagihan gajet di kalangan pelajar sebuah Sekolah di Pulau Pinang.
3. Untuk meneroka kesan apabila mengalami ketagihan gajet di kalangan pelajar sebuah Sekolah di Pulau Pinang.
4. Untuk melihat perubahan tingkahlaku oleh individu sepanjang tempoh rawatan *Tazkiyah An Nafs* di kalangan pelajar sebuah Sekolah di Pulau Pinang.

Kerangka Teoritikal Kajian



Rajah 1: Kerangka Teoritikal Kajian menggunakan *Intervensi Tazkiyah Al-Nafs*

Kerangka Teoritikal kajian menunjukkan bagaimana isu gajet mempengaruhi tingkah laku dan pemikiran individu serta bagaimana proses *Tazkiyah An Nafs* dijalankan. Matlamat pengkaji dengan menggunakan pendekatan Tazkiyah An Nafs adalah untuk memperbaiki dan mengawal tingkah laku dan pemikiran individu terhadap masalah ketagihan gajet. *Tazkiyah al-Nafs* adalah salah satu kaedah pembangunan jiwa dan membentuk peribadi manusia. *Tazkiyah al-Nafs* dari segi bahasa mempunyai dua pengertian iaitu penyucian dan penyembuhan. Seseorang yang mensucikan jiwanya dengan taat kepada Allah swt akan dimuliakan Allah dengan kejayaan di dunia dan di akhirat, firman Allah SWT dalam surah *asy-Syams* ayat 9-10 yang bermaksud:

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا ۖ وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا

“*Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya*”

METODOLOGI

Kajian ini menggunakan kajian kualitatif melalui kajian kes yang dilakukan terhadap peserta kajian. Pengkaji memilih tiga orang responden sebagai peserta kajian dari kalangan pelajar di sebuah sekolah di Pulau Pinang. Dalam kajian ini, pengkaji menggunakan teknik persampelan yang dipanggil persampelan ‘*Snowball*’. Pengkaji memilih tiga orang pelajar yang dikenalpasti mengalami ketagihan gajet yang teruk. Pemilihan persampelan dilakukan dengan merujuk kepada kaunselor di sekolah tersebut dengan memperlihatkan ciri-ciri ketagihan gajet yang ada pada peserta tersebut. Pelajar yang mempunyai ketagihan gajet ini didapati sering mengantuk di dalam kelas dan tidak melakukan kerja sekolah.

Pengkaji kemudian mendapatkan petunjuk dari peserta kajian pertama untuk peserta kajian yang seterusnya. Pengkaji memilih tiga orang remaja sebagai persampelan yang dipilih dari kalangan pelajar tingkatan tiga. Pengkaji mendapatkan data berkaitan punca ketagihan, kesan ketagihan dan perubahan tingkahlaku peserta terhadap intervensi *Tazkiyah Al-Nafs* melalui kaedah temubual. Temubual dilakukan untuk mengumpul maklumat dengan bertanya satu set soalan kepada tiga sampel individu yang dipilih dari satu populasi yang hendak dikaji. Peserta yang terlibat adalah 3 orang yang terdiri daripada pelajar sekolah di Butterworth dari pelajar tingkatan tiga.

Penyelidik adalah instrumen utama memungut data. Penyelidik perlu berada dalam situasi yang dikaji, perlu mendengar dan memerhati sendiri fenomena yang ingin dikaji. Penyelidik juga menyediakan satu set soalan-soalan protokol kajian yang dibuat oleh penyelidik sendiri dan dirintiskan terlebih dahulu untuk menilai sama ada terjawab atau tidak pada soalan kajian. Antara soalan yang ditanya adalah seperti berikut:

1. Bagaimana anda terlibat dengan gajet ini?
2. Sejak terlibat dengan gajet ni, apakah perubahan tingkahlaku yang mengganggu atau menghalang aktiviti harian anda?
3. Kesan gajet terhadap diri anda?
4. Adakah anda mempunyai kaedah untuk membantu diri anda keluar dari ketagihan gajet ini?
5. Adakah intervensi yang dilakukan ini membantu diri anda?

Pengkaji mengambil seorang responden rintis untuk menguji soalan-soalan protokol yang telah dibuat. Semua soalan difahami oleh responden rintis, maka semua soalan tersebut digunapakai oleh responden sebenar.

Sebelum memulakan temubual, pengkaji meminta izin terlebih dahulu kepada peserta kajian untuk merakam perbincangan, pengkaji menjelaskan bahawa pengkaji bepegang kepada etika kerahsiaan. Berdasarkan kaedah temubual, kita dapat memperoleh maklumat berkaitan latar belakang, ciri-ciri serta maklumat-maklumat lain yang diperlukan. Temubual bersemuka berkemungkinan adalah kaedah pengumpulan data yang lebih mahal kerana ia mengambil masa yang lama, serta dapat meluangkan masa untuk beramah mesra dengan peserta kajian. Data hasil dari temubual akan ditranskripikan dan dianalisis mengikut tema dan kod dengan menggunakan kaedah secara manual.

DAPATAN KAJIAN

Latar Belakang Responden

Responden 1

Responden pertama dalam kajian ini dikenali sebagai Naura Afyah binti Kamaruzaman (bukan nama sebenar). Responden berumur 15 tahun yang merupakan anak ketiga dari enam orang adik beradik. Ibu Naura merupakan seorang jururawat di hospital kerajaan dan ayahnya merupakan kerani di sebuah syarikat swasta. Pelajar bernama Naura Afyah ini di temubual dalam tempoh tiga sesi pertemuan yang mengambil masa tiga hari pada tarikh yang berlainan. Sesi temubual berjalan secara santai bersemuka dan secara atas talian menggunakan platform *Google Meet*. Dalam proses menyediakan laporan ini, pengkaji menggunakan platform *whatsapp* untuk mendapatkan maklumat tambahan daripada responden. Naura merupakan seorang pelajar berulang yang setiap hari pergi dan pulang dari sekolah menaiki bas awam kerana ibu dan ayahnya sibuk bekerja. Setiap kali pulang ke sekolah, Naura akan terus bermain telefon tanpa mengira masa yang berjalan.

Responden 2

Responden kedua dalam kajian ini dikenali sebagai Adib Naufal bin Ahmad Nizam (bukan nama sebenar). Responden berumur 15 tahun juga yang merupakan anak kedua dari tiga orang adik beradik. Ibu Adib merupakan seorang surirumah dan ayahnya merupakan seorang pemandu lori di syarikat swasta. Pelajar bernama Adib Naufal ini di temubual dalam tempoh tiga sesi pertemuan juga yang mengambil masa tiga hari pada tarikh yang berlainan. Sesi temubual berjalan secara santai bersemuka dan secara atas talian menggunakan platform *Google Meet*. Dalam proses menyediakan laporan ini, pengkaji menggunakan platform *whatsapp* untuk mendapatkan maklumat tambahan daripada responden. Adib merupakan seorang pelajar berulang yang setiap hari pergi ke sekolah dihantar oleh ayahnya dan pulang dari sekolah diambil oleh ibunya. Setiap kali pulang ke sekolah, Adib akan terus bermain telefon tanpa mengira orang sekeliling.

Responden 3

Responden ketiga dalam kajian ini pula dikenali sebagai Diba Amelda binti Putra Ahmad (bukan nama sebenar). Responden berumur 15 tahun yang merupakan anak sulung dari tiga orang adik beradik. Ibu Amelda merupakan seorang guru di sekolah kerajaan dan ayahnya merupakan seorang

petani. Pelajar bernama Amelda ini di temubual dalam tempoh tiga sesi pertemuan yang mengambil masa tiga hari pada tarikh yang berlainan. Sesi temubual berjalan secara santai bersemuka dan secara atas talian menggunakan platform *Google Meet*. Dalam proses menyediakan laporan ini, pengkaji menggunakan platform *whatsapp* untuk mendapatkan maklumat tambahan daripada responden. Naura merupakan seorang pelajar berulang yang setiap hari pergi ke sekolah dihantar oleh ayahnya dan pulang dari sekolah bersama ibunya. Amelda selalu sampai rumah lewat ibunya ambil lewat di sekolah. Setiap hari pulang ke sekolah, Amelda kerap bermain telefon.

Analisa Data Pembentukan Tema dan Subtema

Berdasarkan Jadual 1: Analisa Data – Pembentukan Tema dan Subtema dapat diperhalusi melalui empat tema dan subtema yang telah dibentuk.

Jadual 1: Analisa Data – Pembentukan Tema Dan Sub Tema

TEMA	SUBTEMA
Sikap Dan Tingkahlaku Orang Yang Mengalami Ketagihan Gajet	<ol style="list-style-type: none"> 1. Malas 2. Suka Menyendiri 3. Ponteng Sekolah 4. Sering Meninggalkan Solat
Punca Terlibat Dengan Ketagihan Gajet	<ol style="list-style-type: none"> 1. Masalah Keluarga 2. Pengaruh Rakan 3. Pasaran Perniagaan
Kesan Apabila Mengalami Ketagihan Gajet	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pamarah 2. Pelajaran Terabai 3. Pergaduhan 4. Membazirkan Masa
Perubahan Tingkahlaku Sepanjang Tempoh Rawatan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Rasa Kecewa 2. Mempertingkatkan Ibadah 3. Mengamalkan Sifat Mahmudah

Tema Pertama: Sikap Dan Tingkahlaku Individu Ketagihan Gajet

Pengkaji mendapati antara Sikap dan Tingkahlaku bagi orang yang mengalami ketagihan gajet ini adalah mereka akan menjadi malas untuk melakukan aktiviti harian, lebih suka menyendiri berbanding bergaul dengan orang sekeliling, sikap suka ponteng sekolah, dan sering meninggalkan solat fardhu.

Subtema 1: Malas

Penggunaan telefon bimbit atau gajet secara berlebihan boleh menyebabkan seseorang itu mudah merasa letih. Apabila badan letih, seseorang akan malas untuk melakukan aktiviti atau rutin-rutin harian mereka kerana sering rasa mengantuk, badan menjadi lemah, hilang semangat untuk melakukan sesuatu perkara yang biasa dilakukan sebelum-sebelum ini seperti mengemas rumah, bersukan, mengulang kaji pelajaran dan sebagainya.

“...dia jadi lenguh habis badan-badan tapi takleh nak stop main telefon sebab dok rasa macam banyak benda nak kena buat lagi, nak edit video produk la, nak buat video bagi follower tiktok jadi ramai la... jadi bila dok sakit-sakit badan, memang malas lah nak bangun buat pi sapu sampah ka apa ka memang rasa malas nak bangun, last-last masa berjalan gitu ja, saya tak buat pun kerja-kerja rumah...” (R1)

“....tiap-tiap pagi rasa malas betul nak bangun pi sekolah sebab mata dok lali lagi... kan malam tu macam kerap dok tidoq lambat-lambat... saya dok main game dengan team saya tu, kami selalu main tengah-tengah malam sebab masa tengah malam ja semua free... bila pagi mengeliat la nak bangun, boleh kata tiap-tiap pagi sampai mak marah-marah la time dok kejut saya tu...” (R2)

“...ermm.. kalau sebelum ni macam pagi-pagi hari tak sekolah tu... ermm... saya dok tolong-tolong mak kat dapur. Tapi macam sekarang ni bila bangun mesti macam.. sat lah tengok fon sat... cari fon dulu tengok-tengok tiktok sat, rasa nak p tolong mak tapi badan dok rasa macam letih pulak tu yang jadi malas nak bangun. Bila buka tiktok pulak mulalah susah nak tutup, dok ralik layan video-video tiktok tu....” (R3)

Subtema 2: Suka Menyendiri

Kebanyakan orang yang sedang asyik bermain gajet tidak akan mempedulikan orang sekelilingnya. Mereka lebih lali dan leka dengan apa yang ada dalam dunia mayanya dan tidak suka adanya gangguan dari apa sekalipun. Hal ini menyebabkan orang yang mengalami ketagihan gajet akan selalu menyendiri di bilik agar dirinya tidak diganggu dengan perkara lain. Responden menyatakan setiap kali hendak bermain telefon, mereka lebih suka berkurung di dalam bilik masing-masing. Jika berada di khalayak ramai, mereka kurang mempedulikan orang sekeliling sebaliknya memberi perhatian sepenuhnya kepada gajet yang berada di tangan.

“... kan mak ayah macam hari-hari balik kerja bila bertembung muka ja depa dalam umah tu, mesti ada sajalah benda nak gaduh... saya pun kadang rasa rimas la jugak sebab nak kena hadap benda yang sama ja tiap hari.. baik saya dok dalam bilik diam-diam pastu saya main fon lagi syok... saya pun tak stres dengar mak ayah dok bergaduh.. start pada tu la boleh kata hari-hari saya balik sekolah saya masuk bilik main instagram ja lagi syok...” (R1)

“...kadang-kadang macam bila keluaq pi makan ramai-ramai dengan family tu saya macam tak sembang pun dengan depa, saya ikut ja depa sebab kat tangan saya dok tekan game ja.. kalau depa sembang ramai-ramai kat meja makan pun saya buat taktau ja sbb saya dok fokus kat game tu, sebab game tu kalau dah start main, dia teklah nak stop dah kena main sampai 15 minit sekali main.. kalau dulu saya nak macam ni sangat, sejak ranking game saya dah naik ni, saya dok pulun gila-gila jugak la...” (R2)

Subtema 3: Ponteng Sekolah

Daripada hasil kajian mendapati responden di kalangan pelajar yang mengalami ketagihan gajet telah menyebabkan berlakunya amalan ponteng sekolah. Hal ini berpunca daripada sikap pelajar yang suka berjaga malam sehingga tidur lewat malam dan pada akhirnya tidak hadir ke sekolah disebabkan terlewat bangun dari tidur. Ada juga responden yang terlalu taksud dengan permainan

game online sehingga menyebabkan mereka tidak boleh meninggalkan *game* tersebut dalam tempoh yang lama dan hal ini menyebabkan mereka sanggup tidak hadir ke sekolah semata-mata untuk menjag a *ranking* permainan *game online* tersebut.

“...ada dalam seminggu tu banyak kali jugak saya main game dengan kawan-kawan sampai ke subuh, pastu bila subuh tu kepala melelong dah, saya lena tak ingat apa dah padahal pagi tu sekolah... ermhhh kiranya hari yang main sampai subuh tu saya ponteng sekolah la juga sebab mengantuk sangat... masa main tu tak rasa mengantuk pun.. tak tau la kerap jugak saya ponteng sebab malam dok tidoq lambat...” (R2)

“... ermhhh ada la juga satu hari tu saya dengan team game saya, kami ponteng sekolah sebab kami ada tournament game, mak saya marah jugak la masa tu, tapi saya nak pi jugak-jugak sebab dah bayaq duit pa semua dah...” (R2)

Subtema 4: Sering Meninggalkan Solat Fardhu

Solat fardhu adalah wajib ditunaikan oleh semua umat Islam tidak kira dengan apa cara sekalipun. Orang yang meninggalkan solat disebabkan alpa dengan sesuatu perkara, maka perkara yang menyebabkan solat itu ditinggalkan menjadi haram. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa responden yang terlalu lalai dengan gajet telah menyebabkan dirinya seringkali lupa untuk menunaikan solat yang wajib. Hal ini menyebabkan dirinya semakin jauh dengan Allah SWT, malah mengundang kemurkaan-Nya.

“... ermhhh ada la juga... bab sembahyang la selalunya, dulu mak saya memang ajar solat awai waktu, tapi bila dah dok ralik dengan fon ni, saya macam bila azan maghrib ja, saya kata dalam hati, sat la... layan komen follower kat instagram sat lah ada masa lagi sebab baru azan ja.. last-last tengok dah azan isyak...” (R1)

“...saya macam sekarang ni agak lalai bab solat la.. paling kerap terlepas subuh sebab bila hari cuti tu selalu gak tidoq lambat, pastu jaga dari tidoq tengok dah cerah... mak ayah saya gerak ja bangun tapi saya bangun pastu tidoq balik...” (R2)

“...kalau macam sembahyang tu kadang macam dok ralik pastu sembahyang dekat nak habis waktu.. saya jarang tinggal sembahyang cuma sejak dok buat bisness online ni, selalu tengok handfon ja, dia ralik macam dok lewat-lewatkan solat tu la... kadang bila sebelum azan saya dah semangat ambik wuduk siap-siap, tapi sementara tunggu masuk waktu saya dok promot-promot barang la sat kan, sedaq-sedaq nak habis waktu dah, kerap dok jadi macam tu la...” (R3)

Tema kedua : Punca Terlibat Dengan Ketagihan Gajet

Subtema 1: Masalah Keluarga

Ibubapa memainkan peranan yang penting dalam memastikan anak-anak mereka terjaga dengan penuh kasih sayang dan didikan. Namun, dalam mengharungi liku-liku kehidupan, manusia tidak akan terlepas dengan pelbagai ujian. Setiap yang berlaku dalam kehidupan pasti memberi kesan yang mungkin mengakibatkan berlakunya kegagalan fungsi terutamanya dalam sebuah keluarga. Keluarga yang bermasalah boleh menimbulkan pelbagai masalah sosial di kalangan ahlinya. Hasil

kajian mendapati, seseorang pelajar boleh terlibat dengan ketagihan gajet adalah berpunca daripada sikap ibubapa yang sering bertengkar tanpa memperdulikan keadaan anak-anak mereka. Apabila anak-anak tidak berasa nyaman dan gembira ketika berada di rumah, mereka akan mulai mencari keseronokan lain seperti bermain gajet sehingga akhirnya mereka lalai dan leka terhadap kecanggihan teknologi itu yang menjadi faktor berlakunya masalah ketagihan gajet di kalangan remaja-remaja masa kini.

“...saya mula start terlibat dengan gajet ni masa tu saya ada masalah keluarga sikit.. mak ayah saya tu suka bergaduh la... pastu bila saya nak minta apa-apa mesti saya kena marah... pastu masa satu hari tu saya macam dok keluar jumpa kawan sebab stres dok umah... masa tu ada la kawan saya tunjuk satu apps ni nama dia instagram.. pastu depa bagitau la ambik gambar pakai filter kat instagram tu jadi cantik, pastu saya pun try la... lama-lama tu ralik pulak saya dok main instagram... pastu dari situ la saya start ketagih la selalu post-post gambar saya pakai filter cantik-cantik, pastu ramai orang komen gambar saya, depa puji-puji saya, saya jadi seronok la masa tu... start tu juga saya selalu balik sekolah ja dok dalam bilik layan instagram...” (R1)

Subtema 2: Pengaruh Rakan

Memilih rakan sebaya adalah perkara yang sangat penting bagi seseorang individu terutamanya dari kalangan pelajar sekolah menengah. Hal ini kerana rakan-rakan akan menjadi pengaruh yang kuat terhadap kementerian seseorang. Sekiranya memilih rakan yang baik, maka seseorang itu akan berarah ke arah kebaikan, namun jika tersalah memilih rakan yang kurang baik, ia akan mengundang seseorang itu ke arah yang boleh merosakkan dirinya sendiri. Daripada hasil kajian ketagihan gajet mendapati, punca responden terlibat dengan ketagihan gajet adalah bermula dari ajakan rakan sebaya untuk terlibat dengan dunia alamaya, permainan *game online*, terpengaruh dengan *trend-trend* di media sosial dan sebagainya.

“...saya boleh terlibat dengan game ni masa PKP dua tahun lepas.. sebab masa tu macam taktau nak buat apa dok umah saja, pastu masa tu pun PDPR pun tak dak lagi... pastu saya tengok kawan-kawan dok main game, pastu saya buka kat tiktok pun ramai yang main game, dekat facebook pun ramai dok update pasal game.. pastu saya macam tertanya la apa yang best sangat game ni yang ramai sangat dok main... lepas tu saya try la main.. masa mula-mula tu saya macam main seronok-seronok la kan, tapi lama-lama tu saya jadi macam tak boleh la kalau sehari tak main game... sampai saya memang jadi ketagih nak main game.. tambah-tambah bila saya dah start ligan ranking... sampai la sekerang ni, kalau sekolah pun saya kalut ja nak balik umah ambik telefon nak main game...” (R2)

Subtema 3: Pasaran Perniagaan

Dunia teknologi di Malaysia sedang berkembang dengan pesat ekoran penularan Covid-19 yang telah banyak membawa manusia ke arah penggunaan teknologi. Dapat dilihat masakini di mana dunia perniagaan atas talian turut berkembang dengan sangat laju sejak di mana manusia betul-betul memanfaatkan platform digital sebagai medium mencari rezeki. Dengan dunia perniagaan online yang tiada sekatan kepada mana-mana pihak untuk menjalankannya telah mendorong para pelajar sekolah juga turut terlibat secara sengit untuk mencari duit pada usah yang terlalu muda.

Daripada hasil kajian ini, mendapati responden yang mengalami ketagihan gajet ada yang berpunca daripada bermulanya melakukan perniagaan atas talian yang memerlukan mereka sentiasa berada di dalam dunia maya untuk membuat pasaran-pasaran produk yang di jual. Peniaga-peniaga ini akan bersaing di dalam dunia maya untuk menarik perhatian manusia datang membeli barangan mereka. Dari situ peniaga-peniaga ini akan mencipta pelbagai video menarik, mengedit gambar yang cantik-cantik, membuat *live* di media sosial dan lain-lain.

Hal ini menyebabkan masa mereka banyak dihabiskan untuk melihat *follower* dan *likes* yang akhirnya mereka menjadi ghairah apabila tahu ramai yang suka video-video tersebut sehingga ada yang akhirnya sudah kurang fokus kepada perniagaan tetapi banyak fokus kepada peminat-peminatnya di media sosial. Dari situ mereka mula menjadi ketagih untuk *update* video-video lain yang tiada berkaitan dengan perniagaan.

“...start masa PKP tu la dok kat rumah, sebelum tu saya dok asrama saya tak main fon, masa PKP tu la saya start main telefon la... masa tu sepnjang masa saya macam kerap sikit la tengok fon.. saya ni suka meniaga, pastu saya dok tegok dalam tiktok depa kata boleh dapat duit banyak walaupun pkp meniaga tetap jalan.. pastu saya rasa tertarik la nak tau mcamana nak meniaga tu... masa tu baru saya tau boleh berniaga online, saya jadi dropship sebab orang tu cakap dia tak kisah umur berapa pun boleh join.. masa tu la saya start dengan marketing dalam online, buat video tiktok pa semua tu untuk naikkan follower.. pastu bila follower naik, saya jadi syok la main tiktok, saya rasa macam boleh jadi famous uuuu dalam tiktok tu... start dari tu saya banyak habiskan masa buat video ja hari-hari... pastu dok syok layan komen-komen kat tiktok tu sampai la sekarang walaupun sekarang dah sekolah macam biasa, dan saya tak buat niaga online sangat dah tapi saya masih main tiktok untuk nak dapat follower ramai tu...” (R3)

Tema Ketiga : Kesan Apabila Mengalami Ketagihan Gajet

Subtema 1: Menjadi Pemarah

Obsesnya seorang individu terhadap sesuatu perkara boleh membuatkan individu tersebut menjadi orang yang pemarah apabila mereka tidak dapat melakukan perkara tersebut disebabkan halangan-halangan tertentu. Daripada hasil kajian, pengkaji mendapati responden mempunyai sifat marah yang tinggi terhadap orang yang menghalangnya untuk bermain telefon. Responden sering menyalahkan orang lain dan kemudian berasa marah jika dirinya dipersalahkan kerana meninggalkan tanggungjawab harian. Hakikatnya dunia teknologi telah membuatkan penggunaannya menjadi hilang kawalan apabila terlampau ketagihan terhadap pelbagai gajet.

“...kesan bila saya dok banyak sangat main fon ni saya macam jadi pemarah la... sebabnya.. bila saya dok tengah kususuk main game, mak saya suruh pi kedai ka apa, saya tak mau pi la, tapi bila mak dok paksa suruh pi jugak saya pun bebai la kat mak saya sebab dok kacau saya main game...” (R2)

“...pastu saya macam kerap dok marah kat adik-beradik saya sebab depa tak mau tolong buat kerja rumah bila saya minta tolong.. kalau sebelum ni kan saya dok buat, pastu saya dok ralik dengan telefon sampai saya tak buat kerja rumah, mak marah la saya sebab tu saya pula pi marah

kat adik beradik lain sebab depa tak tolong... saya memang jadi nak marah sebab mak dok kata saya ralik dengan fon sampai apa takmau buat... tapi memang betul pun”(R3)

Subtema 2: Pelajaran Terabai

Ketagihan gajet di kalangan pelajar sekolah juga telah mendatangkan kesan negatif di mana berlakunya pengabaian pelajaran di kalangan anak-anak remaja. Mereka menjadi lebih gemar dan leka terhadap keseronokan gajet berbanding menyiapkan kerja sekolah atau mengulangkaji pelajaran. Hasil kajian mendapati responden telah hilang semangat untuk belajar sehingga mengalami kemerosotan dalam keputusan peperiksaannya di sekolah. Hal ini telah memberi kesan yang buruk terhadap keadaan diri responden sendiri selagi masih lali dan leka dengan gajet.

“...bila saya dah terlalu seronok main game ni saya memang buat tak tau terus pasal belajar... saya pi sekolah pun sebab takut ayah saya marah... kalau kelas PDPR haritu kadang saya tak masuk terus sebab kawan-kawan saya pun ramai macam tu...” (R2)

“...yang saya dok perasan tu kat result exam saya la sebab sebelum ni macam saya buat la juga latihan atau ulangkaji sebelum exam, tapi sekarang saya tak ulangkaji dah... saya nak exam tu saya terus ja pi jawab exam macam tu ja sebab saya takda semangat nak baca buku... bila saya nak buka buku ja kan, sebelum buka buku tu mesti saya nak pegang telefon dulu haaa...” (R1)

Subtema 3 : Pergaduhan

Pergaduhan ataupun pertelingkahan adalah satu perbuatan yang semua orang berusaha untuk mengelakkan diri darinya kerana ia adalah satu perbuatan yang tidak bermoral di kalangan masyarakat mahupun keluarga. Namun, angkara ketagihan gajet ini kerap kali mengundang terjadinya perkara itu. Disebabkan ketagihan gajet anak-anak sanggup melawan cakap ibubapanya apabila dia ditegur tentang ketagihan gajet. Apabila melawan ibubapa, dirinya pula akan dimarahi oleh orang yang lebih dewasa darinya. Dapat dilihat dalam situasi tersebut bahawa itulah punca-punca berlakunya pergaduhan sesama orang sekeliling yang mungkin menjadi lebih serius.

“...ada satu masa tu bila ayah saya tu macam dah rimas tengok saya melekat dekat telefon ja, ayah saya macam salahkan mak saya la tak pandai jaga anak... mak saya pun geram laaa kan, pastu jadi punca la bergaduh mak ayah saya tu... pastu adik-beradik saya mai la marah saya sebab saya jadi punca mak ayah bergaduh.. last-last kami sama adik beradik pun jadi bergaduh...” (R3)

“...kerap juga la bergaduh adik-beradik sebab punca tak buat kerja rumah la dok asyik kat fon saja...” (R2)

Subtema 4: Membazirkan Masa

Masa itu emas. Masa adalah suatu yang sangat berharga kerana masa tidak akan dapat diulangnya lagi. Oleh itu, orang yang membiarkan masa berlalu begitu saja adalah satu perbuatan yang sangat merugikan dirinya. Dalam kajian ketagihan gajet ini, semua responden telah melalukan hal yang sama di mana kesemua responden menyatakan bahawa kesan negatif daripada ketagihan gajet ini telah menyebabkan mereka menghabiskan masa sepanjang hari dmereka dengan perkara-perkara yang sia-sia seperti bermain *game online*, membalas komen-komen peminat, asyik membuat

video-video *trending* yang tidak mendatangkan kebaikan, menari-nari di tiktok, sibuk memperagakan diri di instagram dan sebagainya.

“...saya banyak habiskan masa dengan edit gambar bagi nampak cantik untuk post kat instagram sebab kan macam ramai orang dok tunggu-tunggu gambar apa pula saya nak post lepas ni... tapi benda tu macam tak bagi apa manfaat pun kat saya... Cuma saya je la rasa macam seronok bila orang puji-puji gambar saya tu.. sebab tu kadang saya macam terasa kesan negatif la juga dengan saya membazirkan masa saya tu tapi tak dapat apa pun sebenarnya...” (R1)

“...kesan negatif tu saya rasa macam masa dari hari ke hari tu berjalan cepat sungguh la... kalau main game memang tak perasan jam... kadang bila saya bangun tidoq, saya nak pi mandi, sebelum tu saya rasa nak main game sat satu pusingan, tengok-tengok lepas tiga jam baru saya pi mandi... terasa macam buang masa la juga Cuma saya tak boleh nak kawal la main game tu...” (R2)

“...kadang-kadang saya ada lah rasa macam saya banyak membazir masa dengan aktiviti yang macam sia-sia la juga, tapi nak buat macamana, kalau tak main fon rasa tak senang duduk... saya dok teringat video yang saya post tu dah berapa orang view.. saya dok teringat tak balas lagi komen-komen orang... pastu terdorong la untuk buka telefon tu... kadang-kadang saya buka tapi takda benda nak buat.. saya pi tengok video-video orang pulak... mulalah buang masa pulak kat situ... tahu tahu dah malam...”(R3)

Tema Keempat : Perubahan Sepanjang Tempoh Rawatan

Subtema 1 : Rasa Kecewa

Kesemua reponden menunjukkan rasa kecewa terhadap masalah ketagihan gajet yang berlaku ke atas diri mereka sehingga menyebabkan berlakunya pelbagai kesan negatif ke atas diri mereka dan orang sekeliling. Responden menyesali perbuatan dan ingin berubah kembali kepada sifat fitrah seorang muslim.

“...kalau sebut tentang kecewa, iya saya sangat kecewa dengan diri saya sendiri... bila dah meningkat dewasa ni saya tahu apa yang saya buat sebelum ni sia-sia.. sebenarnya saya akui dengan ketagih bermain gajet ini dah buat hubungan saya dengan ibu ayah saya semakin renggang... saya baru umur 15 tahun, sepatutnya saya fokus untuk belajar bersungguh-sungguh bukannya kejar populariti di instagram... saya memang ada matlamat nak berubah jadi seorang pelajar yang rajin sebab saya nak banggakan mak ayah saya.. saya tahu saya dah ada masalah keluarga.. kalau boleh saya tidak mahu menambah lagi masalah dalam keluarga saya... saya nak berjaya.. hrmmm.. satu lagi saya tak mau jadi hamba Allah SWT yang lalai lagi...” (R1)

“...ermmmm sebenarnya kan... saya rasa saya kecewa sangat dengan diri saya, ya laa dulu happy ja, dok dengan famly pun best sangat, sekarang ni kan macam dah renggang dah dengan family sebab tingkahlaku saya juga la... sebenarnya saya nak berubah sangat-sangat, tapi saya tak tau macamana nak tinggal gajet, saya tak boleh nak tinggal game tu, kalau saya tinggal saya rasa macam... entah lah... Ya Allah saya tak tau nak buat macamana.. pastu kadang-kadang bila saya tak main telefon sebab ada urusan lain, kawan-kawan pulak dok pujuk ajak main...” (R2)

“...entah laa... tapi perasaan nak berubah tu memang ada... sebab bila dah jadi macam ni, saya rasa niat saya nak berniaga tu macam dah terpesong... memang saya rasa untung jadi usahawan muda... tapi sekarang bisnis pun saya dah tak fokus sangat malah saya dah dok fokus layan follower-follower saya kat tiktok pula... saya dah tersalah langkah, saya rasa nak berubah, saya memang nak jadi usahawan, tapi saya rasa saya perlu fokus belajar sampai habis SPM dulu lepas tu baru saya nak aktif balik dalam berniaga.. tapi apa-apa pun saya nak kena ubah balik diri saya supaya saya tak leka macam sekarang ni... sekarang pun saya agak lalai dalam bab ibadat semua tu... kadang-kadang saya rasa macam menyesal masuk ke dunia perniagaan online sebab yang tu punca saya jadi ketagihan gajet...” (R3)

Subtema 2: Mempertingkatkan Ibadah

Responden sedar sepanjang mengalami ketagihan gajet mereka telah lalai dan leka tentang hubungan mereka dengan Allah SWT. Kini responden telah perlahan-lahan berubah ke arah mendekati diri kepada Allah SWT dan mengharapkan pengampunan daripada Allah SWT. Responden ada yang mulai mengamalkan astaghfar dan selawat ke atas Rasulullah SAW setiap hari. Reponden juga cuba menyibukkan diri dengan mengaji Al-Quran, Zikir, berpuasa, solat sunat dan pelbagai.

“...lepas tamat sesi yang kedua haritu saya dah start buat perubahan diri saya... alhamdulillah saya rasa macam hati saya ni... dia macam seronok lah.. nak bagitau macamana pun tak tau, tapi memang saya rasa macam bahagia dengan hidup saya sejak saya start amalkan qiamulail, baca quran... sembahyang tengah-tengah malam tu memang suasana dia sunyi.. tiba-tiba saya menangis minta Allah ampunkan dosa saya sebab saya dah lama lalai dengan dunia yang saya pilih tu... baru tau bila solat tengah malam saya boleh menangis sepuasnya sebab tak dak apa-apa gangguan... sunyi lagi time tu... baru saya tau macam tu rasa nikmat bila saya tingkatkan ibadah saya tu... untuk gajet ni saya masih tak boleh tinggalkan terus sebab macam keperluan jugak.. Cuma saya rasa boleh la nak kawal sikit-sikit tu... insyaallah pelan-pelan saya cuba...” (R1)

“...alhamdulillah la saya rasa macam satu kejayaan untuk diri saya la ni sebab saya macam semakin boleh jugak kawal diri saya ni... saya masih main game Cuma waktu untuk main tu macam lebih teratur lah... saya cuba disiplinkan diri saya, bila masuk waktu solat macam sebelum ni saya main juga game, tapi sekrang saya usaha lawan juga nafsu tu suruh pi sembahyang dulu.. bila sembahyang awal waktu ni ajaibnya saya rasa macam masa tu jadi panjang tau.. saya boleh buat banyak benda termasuk makan, tolong buat kerja rumah sikit-sikit dan still juga dapat main game... alhamdulillah la saya sekrang lebih fokus nak jaga solat lima waktu tu dulu.. insyaallah sikit-sikit saya cuba ubah lagi diri saya... kadang-kadang saya ajak juga kawan saya untuk ikut apa yang saya buat ni... harap-harap dapatlah berubah sama-sama dengan kawan-kawan saya yang dok main sama-sama tu...” (R2)

“...sekarang ni saya banyak cari jalan untuk tingkatkan ibadat saya.. saya nak jaga hubungan dengan Allah... saya sedar saya banyak lalai, sekarang ni kalau saya buka tiktok pun saya kerap dengar ceramah-ceramah pendek kat situ macam ceramah Ustaz Wadi Anuar tu.. Ya Allah... sungguh... baru saya rasa tenangnya hati saya bila terisi dengan ilmu pengetahuan... saya dok rasa banyaknya ilmu asas yang saya tak tau selama ni... dan la ni saya macam dah dapat kawal diri saya dari tengok video-video yang tak bermanfaat sebab saya jadi macam serba salah bila

saya buka video-video yang tak bagi manfaat tu... saya macam lebih suka dengar ceramah dan selawat sebab saya rasa tenang... tiap-tiap pagi pun saya dah start amalkan baca satu muka Al-Quran sebelum mulakan apa-apa aktiviti... pastu sekarang saya dah start post video keagamaan kat tiktok saya supaya orang lain pun dapat manfaat ilmu macam yang saya dapat” (R3)

Subtema 3: Mengamalkan Sifat Mahmudah

Rawatan menggunakan *Tazkiyah Al-Nafs* terhadap responden yang sering melakukan perbuatan mazmumah telah membawa mereka mengenali penyakit-penyakit hati yang wujud dalam diri dan merawat penyakit hati tersebut dengan perbuatan yang berlawanan dengannya iaitu menggantikannya dengan sifat-sifat mahmudah seperti taubah, sabar, syukur, takut, harap, *qana'ah*, zuhud, tawakkal, mahabbah, reda, ikhlas, benar (*sidq*), *muraqabah* dan tafakkur. Ada beberapa sifat mahmudah ini telah diamalkan oleh responden semasa dalam tempoh melakukan perubahan diri.

“...sekarang saya macam dah redha dengan ujian yang Allah bagi kat saya...mungkin ujian Allah untuk saya hadapi adalah masalah keluarga, orang lain ada ujian depa tersendiri... sebelum ni saya macam nak memberontak la juga dengan keadaan ni, tapi sekarang saya macam dah sedar macam ni lah realiti hidup..saya kena terima dengan redha, semua yang jadi ni saya yakin ada hikmahnya... lagi satu saya takut kalau sebelum ni saya ada lukakan hati mak ayah saya...satu lagi, saya dah minta maaf kat depa dan depa pun minta maaf kat saya sebab selalu abaikan saya sebelum ni... sekarang ni kat instagram saya, saya dok buat posting pasal dakwah pulak, saya harap ramai la yang dapat ilmu dari postingan saya tu...” (R1)

“...kalau sebelum ni kan saya macam jadi cepat marah semua tu kan, tapi sekarang ni saya macam dah boleh kawal diri saya dengan banyak bersabar la walaupun saya rasa macam nak marah ka apa kan... alhamdulillah, seronok sangat dengan perubahan diri sendiri... saya bersyukur Allah SWT pilih saya untuk berubah kembali kepada fitrah seorang muslim...” (R2)

“...kalau bangun pagi tu sekarang ni saya dah start tolong-tolong mak saya balik macam dulu-dulu... kiranya saya dah dapat la buang sifat malas saya tu dan rawat dia dengan sifat rajin dan alhamdulillah setakat sekarang saya mampu buat pelen-pelan dan istiqomah... saya pun tak berani juga nak buat perubahan drastik takut satgi saya stres ka apa, tapi setakat sekarang syukur saya dapat buat dengan baik... saya tengok mak saya pun maca happy la sebab saya macam dah semakin rajin tolong mak kat dapur semua tu.. saya pun macam dah jadi pering sikit dah.. alhamdulillah... rawatan ni bagi kesan yang baik la kat saya. Memang saya seronok mai sesi kaunseling ni...(R3)

PERBINCANGAN

Dari hasil dapatan kajian yang telah diperolehi melalui kaedah temubual dengan responden yang mengalami ketagihan Gajet, dapat dirumuskan bahawa untuk proses pemulihan dari sifat *mazmumah* kepada sifat *mahmudah* adalah seperti 1) Kesedaran untuk kembali kepada fitrah diri yang menjadi asbab untuk berubah ke arah kebaikan, 2) Faktor umur yang semakin meningkat menyebabkan rasa diri tidak berguna kemudian ingin berubah untuk menjadi orang yang berguna, 3) Berusaha berjumpa dengan kaunselor untuk mendapatkan rawatan atau tugas yang diberikan oleh Kaunselor, 4) Kesan-kesan negatif membuatkan rasa kecewa dalam diri dan ingin

meninggalkan perbuatan yang sia-sia, 5) Pelajaran semakin terabai kemudian berubah menjadi pelajar yang lebih berdisiplin, 6) Kasih sayang dan hubungan dalam keluarga semakin renggang, 7) Menjadi cepat marah kepada orang sekeliling dan mengundang masalah disiplin sekolah apabila sering ponteng sekolah.

RUMUSAN

Isu ketagihan gajet adalah antara isu yang mencabar untuk ditangani kerana penggunaannya tanpa kawalan pada zaman sekarang. Boleh dikatakan majoriti manusia mengalami ketagihan gajet dan tidak boleh berjauhan dengan telefon bimbit masing-masing. Isu ini semakin parah apabila ia telah merebak kepada golongan pelajar dan kanak-kanak namun tidak begitu diendahkan oleh masyarakat. Mereka tidak sedar bahawa golongan pelajar yang terlibat dengan gajet akan memberi mudharat yang besar pada masa depan pelajar itu sendiri. Oleh itu kaunselor membantu pelajar itu sendiri agar mempunyai kesedaran untuk kembali kepada fitrah dirinya.

RUJUKAN

- Abu Dardaa Mohamad, Salasiah Hanin Hamjah dan Ahmad Irdha Mokhtar. (2017). *Konsep Tazkiyah al-Nafs Menurut al-Harith bin Asad al-Muhasibi*. Jurnal Sultan Alauddin Sulaiman Shah, Vol: 4, Bil: 1
- Che Zarrina Sa'ari dan Sharifah Basirah Syed Muhsin. (2012). *Cadangan Model Psikoterapi Remaja Islam Berasaskan Konsep Tazkiyah al-Nafs*. Jurnal Usuluddin University of Malaya, Vol: 36, Page: 49-74.
- Salasiah Hanin Hamjah. (2014). *Panduan Aplikasi Media Sosial Dalam Kalangan Wanita Dari Perspektif Islam*. Buletin Persatuan Wanita Ukm: Suaranita, Bil: 69
- Filyntiana Tenge Andrew, Zurinah Tahir, Jalaluddin Abdul Malek dan Ahmad Rizal Mohd. Yusof. (2020). *Ketagihan Penggunaan Media Sosial Terhadap Gaya Hidup Belia*. Journal Of Social Science And Humanities, Vol: 17, No: 9.
- Izwan Abdul Halim. (2022). *'Unboxing isteri': Hina maruah wanita, hilang sifat malu*. HarakahDaily:<https://harakahdaily.net/index.php/2022/01/14/unboxing-isteri-hina-maruah-wanita-hilang-sifat-malu/#> . (30/1/2022)
- Masyhuri. (2012). *Prinsip-Prinsip Tazkiyah Al-Nafs Dalam Islam Dan Hubungannya Dengan Kesehatan Mental*. Jurnal Pemikiran Islam, Vol. 37, No. 2
- Naquiah Nahar, Sahrnizam Sangi, Dharsigah A/P Baniear Salvam, Nurhidayu Rosli dan Abdul Hafiz Abdullah. 2018. *Impak Negatif Teknologi Moden Dalam Kehidupan Dan Perkembangan Kanak-Kanak Hingga Usia Remaja*. International Journal of Islamic and Civilizational Studies. Vol. 5, No. 1.
- Salasiah Hanim Hamjah. (2016). *Pendekatan Kaunseling Spiritual Menurut al-Ghazali*. Dewan Bahasa Dan Pustaka: Kuala Lumpur.
- Shima Dyana Binti Mohd Fazree dan Siti Marziah Zakaria. (2018). *Kesan Penggunaan Gajet Kepada Perkembangan Kognitif Dan Sosial Kanak-Kanak Pra-sekolah*. Universiti Kebangsaan Malaysia: Persidangan Kebangsaan Sarjana Muda Sosial dan Kemanusiaan.