



Available on the iPhone

GET IT ON Google Play

JUMAAT
(12 OGOS)
3.30pg - 11mlmSABTU
(13 OGOS)
3.30pg - 11mlmAHAD
(14 OGOS)
3pg - 11mlm

Jumpa di Tempat Letak Kereta Terbuka, Sunway City KL

MINDA PEMBACA

KOMENTAR

AGAMA

SASTERA

KOLUMNIS

LAIN-LAIN (RENCANA)



Tekanan hidup, bosan, tak yakin diri punca jadi pembuli siber



Oleh [Dr Rozanizam Zakaria](#) - Ogos 13, 2022 @ 1:39pm
bhrenanca@bh.com.my

panda
paradise



Pembuli siber sukar dikenali kerana sebahagiannya tidak menyedari perbuatan itu. - Foto hiasan

AKSES internet dan rakyat Malaysia seakan sebatи sejak ledakan penggunaan pelbagai peranti digital dan platform maya mengisi segenap ruang kehidupan.

Dengan statistik pengguna internet merangkumi 84.2 peratus dalam kalangan populasi negara, media sosial antara paling berkembang pesat. Tidak hairanlah kajian agensi antarabangsa Hootsuite melaporkan 86 peratus dari rakyat negara ini ialah pengguna aktif media sosial.

Namun, di sebalik kegairahan ini, muncul masalah yang kini menjadi barah dalam alam maya, iaitu buli siber yang merujuk kepada perbuatan membuli di pelantar digital, termasuk media sosial, mesej dalam talian dan maklumat dimuat naik di alam maya.

Realitinya, buli siber bukan lagi gejala asing, termasuk di negara ini. Lihat sahaja komentar di media sosial, pasti dengan mudah kita

terbaca tulisan kurang enak dihamburkan tanpa segan silu. Apatah lagi apabila timbul isu kontroversi.

DISYORKAN UNTUK ANDA

- **Usah budayakan komen negatif di media sosial**
- **Buli di tempat kerja tingkat risiko kesihatan, lemahkan prestasi**
- **Adegan mesra mahu cetuskan kontroversi**
- **Syor gubal undang-undang buli siber, bela nasib mangsa - PBM**

Ini diperkuat dengan laporan Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (SKMM) yang menerima 6,598 aduan awam berhubung kekerasan dalam talian dari 2020 hingga Julai 2021. Ini tidak termasuk ribuan kes lain tidak sampai ke pengetahuan pihak berkuasa.

Tabung Kanak-Kanak Pertubuhan Bangsa-Bangsa Bersatu (UNICEF) sendiri melaporkan tiga daripada 10 belia di  menjadi mangsa buli siber dengan remaja dikategorikan antara golongan paling banyak menjadi mangsa.

Tragedi mangsa mengalami tekanan hingga sebahagiannya mengambil nyawa sendiri antara kesan langsung yang kita sudah lihat bahangnya.

Ini termasuk kisah pengguna TikTok menerima kecaman di media sosial miliknya, akhirnya membawa kes bunuh diri benar-benar menginsafkan kita bahawa kesan buruk buli siber tidak boleh dipandang remeh. Ia mampu memberi kesan kepada individu dalam semua aspek terutama dari segi mental dan psikologi.

Kajian menunjukkan kesan kepada mangsa termasuk peningkatan risiko mengalami kemurungan, keresahan melampau, rasa terasing, mengalami gejala fizikal seperti mudah sakit dan juga gejala mencederakan diri.

Hampir 40 peratus mangsa melaporkan mengalami gejala kemurungan dan keresahan, manakala satu pertiga daripada mangsa akan mengalami keinginan untuk mencederakan diri.

Sukar mengenali pemangsa

Langkah mengenali pemangsa ada kalanya sukar kerana sebahagiannya tidak menyedari perbuatan mereka itu termasuk dalam perbuatan membuli. Tidak seperti buli secara fizikal, pelaku ada kalanya bukanlah dalam kalangan individu ganas atau memiliki kelebihan fizikal berbanding mangsa.

Ini kerana buli siber boleh berlaku secara tanpa nama dan dilakukan terhadap individu tidak dikenali pelaku. Namun, sebahagian pembuli mempunyai masalah dalam hidup sendiri seperti tekanan hidup tidak diurus dengan baik, rasa bosan dan sunyi, inginkan perhatian, kurang keyakinan diri serta tiada empati terhadap orang lain.

Biarpun pelbagai peruntukan undang-undang boleh diguna pakai mengekangnya seperti Akta Komunikasi dan Multimedia 1998, Akta Jenayah Komputer 1997 dan Akta Kanak-kanak 2001, kejadian buli siber masih berleluasa. Ini mungkin disebabkan kurang kesedaran masyarakat mengenai buli siber dan risiko perbuatan itu digolongkan sebagai jenayah.

Peruntukan dalam Akta Komunikasi dan Multimedia 1998 membolehkan pesalah didenda hingga RM50,000 atau penjara maksimum setahun bagi sebarang kesalahan komen menghina, palsu, lucah, tidak senonoh, mengancam atau mendera individu lain secara dalam talian nampaknya belum cukup menggerunkan pengguna media sosial.

Pencegahan mesti dimulakan dari awal, termasuk kepada kanak-kanak dan remaja yang banyak terdedah kepada aktiviti digital. Komunikasi terbuka antara ibu bapa dan anak, guru dan pelajar mengenai bahaya buli siber mesti secara berterusan, tidak kira formal atau tidak.

Kita juga perlu menggiatkan usaha memberi kefahaman kepada masyarakat, termasuk melantik individu berpengaruh seperti selebriti dan tokoh ilmuwan untuk membicarakan topik ini secara konsisten. Ini penting kerana tanpa pengetahuan dan kesedaran, budaya buli siber akan dinormalisasi dan menyukarkan mangsa mendapat pembelaan sewajarnya.

Pemantauan aktiviti dalam talian juga mesti dibuat. Mekanisme seperti butang amaran bagi mana-mana komentar berbaur buli

membolehkan komentar berkenaan dikenal pasti pihak berkuasa mungkin boleh digunakan.

Pengguna media sosial secara tidak langsung bertindak sebagai pemantau yang dengan sendirinya menghidupkan budaya lebih sihat dalam perbincangan di medan media sosial.

Mangsa buli siber juga perlu diberi perhatian. Individu terkesan perlu memastikan keselamatan diri, jangan takut melaporkan, berkongsi dengan individu dipercayai dan mendapatkan bantuan profesional sekiranya memberi kesan kepada emosi serta psikologi.

Penulis adalah Pakar Psikiatri dan Pensyarah Kulliyyah Perubatan Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (UIAM)

BERITA BERKAITAN



NASIONAL Jul 24, 2022 @ 4:39pm

Budaya buli kian berleluasa, boleh jadi ancaman



NASIONAL Jan 14, 2022 @ 7:02pm

Media sosial galakkan buli siber, perbuatan buruk



MINDA PEMBACA Apr 6, 2022 @ 10:51am

Celik teknologi elak jadi mangsa jenayah siber



MINDA PEMBACA Ogs 4, 2022 @ 12:01pm

Kes buli siber bukti masyarakat hilang adab

TERKINI

PILIHAN PEMBACA

- 10m [United boleh tamatkan kontrak Ronaldo](#)
- 22m [Delegasi anggota Kongres AS tiba di Taiwan](#)
- 22m [Tiga kapten buru trofi Terpaling Juara](#)
- 32m [Gol Alaba ceriakan Real Madrid](#)
- 36m [PETRONAS taja pelajar cemerlang SPM lanjut pengajian menerusi PESP](#)
- 52m [LANGSUNG rayuan terakhir sabitan kes SRC Najib](#)

1h [**Lelaki rogol rakan sekkerja OKU direman**](#)

1h [**Conte, Tuchel dibuang padang, Kane selamatkan Spurs**](#)

VAKSIN



[NASIONAL](#) Jul 16, 2022 @ 3:53pm

[**Rekod imunisasi anak, kesihatan dalam MySejahtera**](#)



[EROPAH](#) Jul 15, 2022 @ 12:15pm

[**25 juta kanak-kanak terlepas vaksinasi rutin akibat pandemik**](#)



[AMERIKA](#) Jul 15, 2022 @ 8:48am

[**COVID-19: Kanada lulus pemberian vaksin kepada bayi 6 bulan**](#)



[AMERIKA](#) Jun 30, 2022 @ 2:45pm

[**Pfizer, AS meterai kontrak baharu vaksin COVID-19 bernilai AS\\$3.2 bilion**](#)



[NASIONAL](#) Jun 29, 2022 @ 2:56pm

[**300,000 kanak-kanak belum ambil vaksin COVID-19**](#)



[ASEAN](#) Jun 25, 2022 @ 8:50am

[**Wajib dos penggalak jika COVID-19 melonjak - Menteri Indonesia**](#)

TRENDING



[BOLA](#) 10 minit yang lepas

[**United boleh tamatkan kontrak Ronaldo**](#)



[NASIONAL](#) sejam yang lepas

[**LANGSUNG rayuan terakhir sabitan kes SRC Najib**](#)



[BOLA](#) 2 jam yang lepas

[**Conte, Tuchel dibuang padang, Kane selamatkan Spurs**](#)



[NASIONAL](#) 12 jam yang lepas

[**Bawa media lawat projek LCS tindakan 'tikus baiki labu'**](#)



NASIONAL Ogs 14, 2022 @ 3:38pm

'Milik siapakah kapal layar RM200 juta itu?'

OHBULAN



SUAMI ORANG 25 minit yang lepas

[**Leona Dituduh Jalin Hubungan Sulit Dengan Suami Orang, Azhar Sulaiman Minta...**](#)



NOOR NEELOFA Ogs 14, 2022 @ 12:15pm

[**Neelofa Tak Lekang Dengan Majlis Ilmu, Syukur Ramai Rakan Artis Sertai**](#)



PENGURUS Ogs 14, 2022 @ 10:59am

[**Aizat Amdan Sah Bergelar Suami, Pilih Mexico Destinasi Bulan Madu**](#)



NOADS Ogs 14, 2022 @ 10:27am

[**Anugerah Perdana Belia Negara 2022 Iktiraf & Hargai Usaha Belia. Jom Calonkan...**](#)



KINI TRENDING Ogs 13, 2022 @ 9:10pm

[**Jadi Mangsa Buli, Doktor Kongsi Lukisan 'Misteri' Pesakit Kemurungan – 'Anak...**](#)

SIRAPLIMAU



WAYANG KANAK-KANAK Ogs 12, 2022 @ 6:09pm

[**Anak Dah Banyak Kali Ajak Tonton Movie? Ini Lokasi Panggung Wayang Mesra...**](#)



RAKYAT Ogs 12, 2022 @ 5:43pm

[**Ini 5 Tips Didik Anak Ada 'Common Sense' Di Rumah Dengan Cara Mak 'Malas'**](#)



WHEN NYONYA MEETS MANHATTAN FISH MARKET Ogs 12, 2022 @ 3:51pm

[**Menu Terbaru The Manhattan Fish Market Angkat Budaya Peranakan Nyonya**](#)



RAKYAT Ogs 12, 2022 @ 2:43pm

[**Demi 'Content' Ibu Bapa Sendiri Sanggup 'Upload' Aib Anak, Hentikan!**](#)



RAKYAT Ogs 12, 2022 @ 12:33pm

[**Tips 'Packing' Beg Pergi Tanah Suci Buat Muslimah, Balik Beg Tak Bertambah**](#)



IKUTI KAMI DI:



BERITA

[BHPLUS](#)

[Nasional](#)

[Kes](#)

[Politik](#)

[Pendidikan](#)

[Wilayah](#)

SUKAN

[DUNIA](#)

[HIBURAN](#)

[BISNES](#)

[RENCANA](#)

[WANITA](#)

[HUJUNG MINGGU](#)

[SUKAN KOMANWEL](#)

MULTIMEDIA

[Foto](#)

[BHTV](#)

[Infografik](#)

[LANGGAN](#)

[Akhbar Digital](#)

[Akhbar BH](#)

PERKHIDMATAN

[Iklan Web](#)

[1Klassifieds](#)

[NSTP KLICK](#)



[Fly FM](#)

[8FM](#)

2022 © BH, New Straits Times Press (M) Bhd. A part of Media Prima Group

[Redaksi](#) [Disclaimer](#) [Notis Perlindungan Data Peribadi](#)