

## Sosialisasi Remaja Atas Talian: Implikasi Ke Atas Program Berasaskan Internet

RAHIMAH IBRAHIM, NELLIE ISMAIL, TAN JO PEI & LOKE CHUNG MEN

### ABSTRAK

*Kajian ini menentukan perkaitan penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologi dalam kalangan penuntut universiti yang merupakan golongan pengguna internet yang aktif. Seramai 316 responden telah dipilih melalui pensampelan berlapis dan maklumat telah dikumpulkan menggunakan borang soal selidik yang diisi sendiri oleh responden. Instrumen yang digunakan ialah Internet Addiction Test, UCLA Loneliness Scale dan Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) yang telah diubahsuai. Ujian korelasi telah digunakan untuk menentukan perkaitan penggunaan internet dengan kesunyian dan kemurungan. Daripada sampel kajian, 24.1% adalah golongan pelajar yang mengalami masalah kerana terlalu kerap menggunakan internet manakala 75.9% menggunakan internet secara terkawal. Di samping itu, 41.1% pelajar mengalami kemurungan major dan 14.56% pula mengalami kesunyian yang serius. Hasil kajian menunjukkan bahawa terdapat perkaitan yang signifikan antara penggunaan internet yang terlalu kerap dengan kesunyian ( $r = 0.22, p \leq .01$ ) dan kemurungan ( $r = 0.34, p \leq .01$ ). Kajian ini memberi implikasi bahawa semakin tinggi penggunaan internet, semakin tinggi tahap kesunyian dan kemurungan remaja. Justeru, peranan bahagian pembangunan Hal Ehwal Pelajar (HEP) dan pihak fakulti adalah penting dalam menggalakkan pelajar terlibat secara aktif dalam aktiviti sosial dan tidak mengasingkan diri dalam dunia maya Internet.*

**Kata Kunci:** *Internet, Kesejahteraan Psikologi, Remaja, Kesunyian, Kemurungan*

### ABSTRACT

This study aims to determine the relationship of Internet usage with psychological well-being among active Internet users, namely university

students. A total of 316 respondents were selected through stratified random sampling and data was collected using self-administered questionnaire. The instruments used were adapted versions of the *Internet Addiction Test*, *UCLA Loneliness Scale* and the *Center of Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D)*. Correlation test was performed to determine the relationship of Internet use with loneliness and depression. Findings demonstrate that out of the total respondents, 24.1% students experienced problems because of long, uncontrollable use of the Internet while 75.9% are using the Internet within control. Besides that, 41.1% of students experienced major depression whereas 14.56% experienced serious loneliness. The results of the study show that there is a significant relationship between frequency of Internet usage with loneliness ( $r = 0.22$ ,  $p < .01$ ) and depression ( $r = 0.34$ ,  $p < .01$ ). This study provides implications that higher Internet usage is associated with higher levels of loneliness and depression among adolescents. Hence, the role of the development of Student Affairs (HEP) and the faculty is important in encouraging students to be actively involved in social activities and not disengage into the virtual Internet world.

**Keywords:** *Adolescence, Depression, Internet, Loneliness, Psychological Well-Being*

## PENGENALAN

Penggunaan internet bukan sahaja telah mengubah cara berkomunikasi dalam masyarakat malahan ia telah menjadi aktiviti kebiasaan semasa sehinggakan sesetengah individu kurang bersemuka dengan orang lain untuk bersosial seperti beramah-mesra dengan ahli keluarga, rakan-rakan dan saudara-mara (Kim et al., 2006). Di samping itu internet juga mengurangkan tumpuan seseorang dalam pekerjaan dan menjejaskan tugas seharian apabila terlalu khusyuk berada dalam dunia maya internet. Timbul juga persoalan sama ada interaksi dalam talian ini akan menggantikan interaksi secara bersemuka di mana golongan remaja pada masa hadapan hanya akan menghabiskan masa di hadapan monitor komputer, mempunyai sikap tidak ambil peduli hal orang lain, serta tidak mahir meluahkan perasaan. Maka, masyarakat pada masa hadapan dikhuatiri akan mempunyai ciri-ciri seperti mempunyai pengetahuan yang

luas tetapi kurang kemahiran berfikir secara kreatif dan kritis serta kurang minat untuk bergaul dengan masyarakat sekeliling. Sekiranya masyarakat terus meletakkan jurang dalam membentuk sosialisasi, maka matlamat negara untuk mewujudkan gagasan “1Malaysia” tidak dapat dikecapi dengan jayanya.

Gagasan “1Malaysia” yang diperkenalkan oleh Perdana Menteri Malaysia, Yang Amat Berhormat Dato’ Sri Najib Tun Razak membawa aspirasi untuk memperbaiki perhubungan yang baik di antara setiap kumpulan etnik di Malaysia bagi mewujudkan perpaduan yang lebih erat. Oleh yang demikian, adalah menjadi tanggungjawab setiap individu di negara ini tidak mengira kumpulan etnik atau agama untuk berusaha menerapkan nilai-nilai murni yang dapat membina perpaduan berasaskan fikiran dan tindakan yang menjurus kepada satu matlamat iaitu untuk negara. Di samping itu, kebersamaan dan semangat kekitaan yang menjadi prinsip asas gagasan “1Malaysia” dapat dipupuk dalam diri setiap individu itu sekiranya ia terus menjadi amalan yang dapat dipraktikkan dalam kehidupan seharian. Walaupun internet memberi peluang kepada kita untuk mewujudkan komuniti maya, namun ia jauh berbeza dengan dunia nyata yang memerlukan seseorang individu itu mempunyai kemahiran untuk hidup bermasyarakat. Kemahiran ini adalah sangat penting kerana ia dapat mengekalkan perpaduan dan keutuhan serta dapat menentukan kejayaan sesebuah negara. Timbul persoalan di sini bahawa adakah generasi muda kini khususnya golongan remaja dan awal dewasa yang telah mencatatkan peratusan tinggi dalam penggunaan internet mempunyai kemahiran sosialisasi dalam hidup bermasyarakat?

Di Malaysia, pengguna internet yang aktif terdiri daripada golongan remaja dan awal dewasa iaitu mereka yang berumur 15-24 tahun (*Household Use of Internet Survey*, 2005). Golongan ini merangkumi 84.63% daripada kategori pengguna yang masih belajar iaitu individu dalam lingkungan bawah 15 tahun hingga 24 tahun. Daripada jumlah pengguna yang masih belajar, 45.2% terdiri daripada pelajar peringkat kolej/universiti. Golongan pengguna internet yang bekerja (37.7%) tidak jauh bezanya daripada golongan pelajar (36.5%). Peratus pengguna lelaki (50.2%) juga didapati hampir sama banyaknya dengan peratus pengguna perempuan (49.8%). Manakala mereka yang bujang merangkumi 55.0% peratus dan yang berkahwin merangkumi 44.3% daripada pengguna internet. Kebiasaannya, pengguna di rumah menggunakan internet kurang

daripada 4 jam dan berada dalam talian pada waktu malam iaitu daripada pukul 8.00 hingga 11.59 malam. Aktiviti yang paling popular ialah *email* (73.7%) diikuti dengan aktiviti untuk tujuan penyelidikan atau pendidikan (46.8%). Oleh yang demikian, majoriti pengguna internet adalah terdiri daripada golongan muda, lelaki, belum berkahwin, sedang bekerja dan golongan yang terpelajar.

Pelbagai kajian telah dijalankan untuk mengenalpasti kesan penggunaan internet terhadap kesejahteraan psikologikal dan hubungan sosial dengan melihat perkaitan antara pengguna yang kerap menggunakan internet terhadap kesihatan psikologikal mereka seperti kesunyian, kemurungan, tahap tekanan ataupun sokongan keluarga/rakan (Kraut et al., 1998; Shaw dan Gant, 2002; Seepersad, 2004; Shklovski, Kraut dan Rainier, 2004; Engelberg dan Sjoberg, 2004; Niemz et al., 2005; Kim et al., 2006). Kajian awal oleh Kraut dan rakan-rakan (1998) mengenai internet telah menggambarkan penggunaan internet akan menyebabkan hubungan sosial individu dengan keluarga ataupun rakan terabai kerana banyak menghabiskan masa di hadapan komputer. Justeru, internet dilihat sebagai satu paradoks di mana teknologi yang memudahkan komunikasi atas talian sebenarnya membawa implikasi yang negatif terhadap hubungan sosial di luar talian seseorang (Zhao, 2006). Dapatan kajian awal Kraut et al. (1998) mengaitkan peningkatan dalam penggunaan internet dengan kurangnya penglibatan dengan ahli keluarga, pengurangan dalam saiz hubungan sosial, dan masalah kemurungan serta kesunyian (Kraut et al., 1998; Gross dan Engelberg, 2004; Niemz et al., 2005).

Pandangan negatif tentang penggunaan internet sebenarnya tidak dipersetujui oleh segelintir pengkaji dan menyifatkan pandangan negatif ini sebagai memperbesarkan keburukan internet. Terdapat kajian yang menunjukkan bahawa penggunaan internet sebenarnya dapat mengurangkan kesunyian dan kemurungan (Shaw dan Gant, 2002; McKenna, Green dan Gleason, 2002). Pada masa yang sama, sokongan sosial dan *esteem* sendiri dapat dipertingkatkan melalui pengguna internet. Idea bahawa internet membawa kebaikan dalam kehidupan manusia diperkukuhkan lagi oleh kajian Tyler (2002) yang berpendapat bahawa teknologi internet telah memberikan satu cara baru untuk mengekalkan hubungan sosial di luar talian. Sebagai contoh, individu dapat berhubung dengan beberapa orang rakan yang tinggal berjauhan secara serentak melalui bilik sembang ataupun *instant messaging*. Mereka yang pemalu

atau yang jenis mudah gementar apabila berkomunikasi secara bersemuka didapati akan memulakan hubungan dengan rakan baru secara dalam talian dahulu dan kemudiannya dilanjutkan menjadi rakan yang berada di luar talian (Tyler, 2002).

Justeru, kajian ini memfokuskan kepada pengguna remaja yang sedang menuntut di institusi pengajian tinggi awam untuk melihat perkaitan antara penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologi yang diukur melalui tahap kesunyian dan kemurungan pelajar. Hipotesis yang dibentuk adalah berdasarkan pada Teori Kognitif Tingkah Laku yang dikemukakan oleh Davis (2001). Kognitif melibatkan pemikiran yang terlalu obses pada internet di mana seseorang individu lebih berasa positif apabila berada di dalam talian dan mempunyai persepsi negatif yang tinggi terhadap kecekapan sosial khususnya bagi mereka yang mengalami masalah psikologikal seperti kesunyian dan kemurungan (Davis, 2001). Pemikiran negatif yang ada pada individu yang mengalami kesunyian dan kemurungan akan membawa kepada tingkah laku untuk mengelak diri daripada masalah tersebut dengan menggunakan internet (Davis, 2001). Mereka lebih cenderung untuk membentuk jaringan sosial secara “*online*” sebagai alternatif untuk mengelak daripada interaksi bersemuka kerana mereka merasakan bahawa kaedah tersebut kurang memberi ancaman dan interaksi yang berlaku secara “*online*” dianggap lebih berkesan. Ini menunjukkan hubung kait di antara penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologikal seseorang individu (Davis, 2001).

## METODOLOGI KAJIAN

### **Lokasi Kajian**

Kajian telah dijalankan di empat daripada lima jabatan di bawah Fakulti Ekologi Manusia (FEM) yang terdiri daripada Jabatan Pembangunan Manusia dan Pengajian Keluarga, Jabatan Pengurusan Sumber dan Pengajian Pengguna, Jabatan Sains Kemasyarakatan dan Pembangunan serta Jabatan Muzik. Pelajar FEM terdiri daripada pelajar Diploma Pembangunan Manusia (DPM), Bachelo Sains Pembangunan Manusia (BSPM), Bachelo Pengajian Pengguna (BPP) dan Bachelo Muzik (BM). Selain itu, pelajar BSPM boleh mengambil program dwi major dengan

Pengurusan (BSPM&P) ataupun Teknologi Maklumat (BSPM&TM). Seiring dengan keperluan pendidikan semasa, program-program tersebut mementingkan penggunaan teknologi maklumat untuk tujuan pengajaran dan pembelajaran.

### **Teknik Pensampelan**

Teknik pensampelan yang telah digunakan ialah teknik pensampelan berlapis untuk mengambil kira pelbagai program pengajian di FEM. Sampel terdiri daripada 316 daripada 1443 pelajar yang memberikan kurang daripada 5% margin kesilapan. Jadual 1 di bawah menunjukkan statistik populasi pelajar di FEM pada sesi 2006/2007.

**Jadual 1: Populasi Pelajar FEM 2006/2007**

| <b>Program</b>                               | <b>N</b>    | <b>%</b>   |
|--|-------------|------------|
| Diploma Pembangunan Manusia (DPM)            | 142         | 10         |
| Bachelor Sains Pembangunan Manusia (BSPM)    | 459         | 32         |
| Bachelor Pengajian Pengguna (BPP)            | 271         | 19         |
| Bachelor Muzik (BM)                          | 37          | 2          |
| BSPM & Pengurusan (program dwimajor)         | 300         | 21         |
| BSPM & Teknologi Maklumat (program dwimajor) | 234         | 16         |
| <b>Jumlah</b>                                | <b>1443</b> | <b>100</b> |

### **Pengukuran Angkubah**

#### **Angkubah bebas**

#### Tahap penggunaan Internet

Bahagian A pada borang soal selidik merangkumi *Internet Addiction Test (IAT)* oleh Young (2006) yang terdiri daripada 20 item bagi mengukur penggunaan internet secara berlebihan. Kim (2006) telah mengubahsuai IAT untuk digunakan dalam konteks remaja Asia dengan nilai koefisien alfa 0.90. Setiap item mempunyai lima pilihan jawapan. Semakin tinggi skor, maka semakin tinggi penggunaan internet responden. Skor yang berada pada julat markah 20-49 merupakan pengguna internet yang sederhana. Responden mungkin menggunakan internet untuk masa yang

lama tetapi dapat mengawal penggunaannya. Untuk skor 50-79, responden menghadapi masalah kerana penggunaan internet yang kerap. Untuk skor 80-100, responden menghadapi masalah yang serius dalam hidup kerana penggunaan internet yang keterlaluan. Nilai koefisien alpha skala IAT dalam kajian ini ialah 0.90.

### **Angkubah bersandar**

#### Tahap kesunyian

Kesejahteraan psikologikal di dalam kajian ini merujuk pada tahap kesunyian dan tahap kemurungan yang dialami oleh pelajar. Skala *UCLA Loneliness Scale (Version 3)* yang dibina oleh Russell (1996) telah digunakan untuk mengukur tahap kesunyian pelajar. Skala ini terdiri daripada sepuluh item. Setiap item mempunyai empat pilihan jawapan dan markah daripada setiap soalan akan dikumpulkan. Markah kumulatif dalam julat 15-20 adalah biasa, dan markah kumulatif yang melebihi 30 adalah dalam tahap serius. Kebolehpercayaan yang diukur dalam *Cronbach's Alpha* ialah 0.85 (Engelberg, 2004). Nilai koefisien alpha skala *UCLA Loneliness Scale* bagi kajian ini ialah 0.87.

#### Tahap kemurungan

Tahap kemurungan pelajar telah diukur dengan menggunakan *Center for Epidemiologic Studies Depression Scale or CES-D Scale* yang dibina oleh Radloff (1977). Skala ini terdiri daripada 20 item dan setiap item mempunyai 4 bahagian pilihan jawapan. Julat kumulatif adalah dari 0-60 markah di mana semakin tinggi markah menunjukkan semakin tinggi tahap kemurungan. Kebanyakan pengkaji menggunakan julat 16-26 untuk menggambarkan kemurungan minor manakala skor yang lebih daripada 27 mata dikategorikan sebagai kemurungan major. Kebolehpercayaan skala ialah 0.86 (Kraut, 1998). Nilai koefisien alfa skala bagi CES-D dalam kajian ini ialah 0.82.

### **Analisis Data**

Data telah dianalisis dengan menggunakan *Statistical Package for The Social Science for Windows (SPSS for Windows)*. Ujian korelasi dijalankan untuk menentukan perkaitan di antara penggunaan internet dengan kemurungan dan kesunyian.

## ANALISIS DAN PERBINCANGAN

### Maklumat Latar Belakang Responden

Daripada 316 responden, majoriti (55.1%) berumur di antara 22 hingga 24 tahun. Seramai 33.5% adalah dari kategori 19-21 tahun manakala 11.4% adalah berumur lebih daripada 24 tahun. Jadual 2 menunjukkan taburan latar belakang responden yang dikaji.

**Jadual 2: Taburan Latar Belakang Responden (n = 316)**

| Variabel                                  | N   | %     |
|---|-----|-------|
| <b>Jantina</b>                            |     |       |
| Lelaki                                    | 96  | 30.38 |
| Perempuan                                 | 220 | 69.62 |
| <b>Semester Pengajian</b>                 |     |       |
| 1   | 5   | 1.6   |
| 2   | 78  | 24.7  |
| 3   | 6   | 1.9   |
| 4   | 109 | 34.5  |
| 5   | 7   | 2.2   |
| 6   | 86  | 27.25 |
| 7   | 23  | 7.3   |
| 8   | 2   | 0.6   |
| Purata                                    |     | 4.27  |
| Sisihan piawai                            |     | 1.721 |
| <b>Status kediaman</b>                    |     |       |
| Dalam kampus                              | 244 | 77.2  |
| Luar kampus                               | 72  | 22.8  |
| <b>Program Pengajian</b>                  |     |       |
| Diploma Pembangunan Manusia               | 30  | 9.5   |
| Bachelor Sains Pembangunan Manusia (BSPM) | 113 | 35.8  |
| BSPM & Pengurusan                         | 60  | 19    |
| BSPM & Teknologi Maklumat                 | 50  | 15.8  |
| Bachelor Sains Pengajian Pengguna         | 55  | 17.4  |
| Bachelor Muzik                            | 8   | 2.5   |



Di samping itu, analisis deskriptif juga menunjukkan bahawa kebanyakan pelajar mengakses internet untuk aktiviti kemudahan perpustakaan atas talian (34.17%), tugas (27.22%) dan *email* (17.41%). Majoriti responden menggunakan kemudahan akses internet tanpa wayar dalam kampus (33.54%) dengan masa penggunaan di antara tiga hingga lima jam seminggu (36.71%).

**Jadual 3: Taburan Aktiviti, Kekerapan dan Kaedah Mengakses Internet (n=316)**

| Variabel                               | N   | %     |
|--|-----|-------|
| <b>Aktiviti atas talian</b>            |     |       |
| Perpustakaan (kemudahan atas talian)   | 108 | 34.17 |
| Tugas                                  | 86  | 27.22 |
| <i>Email</i>                           | 55  | 17.41 |
| <i>Instant messaging</i>               | 26  | 8.23  |
| Permainan dalam talian                 | 4   | 1.27  |
| Memuat turun lagu/ video               | 17  | 5.38  |
| Tanpa tujuan                           | 19  | 6.01  |
| Membeli-belah dalam talian             | 1   | 0.32  |
| <b>Masa penggunaan internet/minggu</b> |     |       |
| Kurang daripada sejam                  | 4   | 1.27  |
| 1-2 jam                                | 86  | 27.22 |
| 3-5 jam                                | 116 | 36.71 |
| 6-10 jam                               | 72  | 22.78 |
| 11-15 jam                              | 19  | 6.01  |
| 16-20 jam                              | 6   | 1.9   |
| Lebih daripada 20 jam                  | 13  | 4.11  |
| Purata                                 |     | 4.27  |
| Sisihan piawai                         |     | 1.25  |
| <b>Kaedah mengakses Internet</b>       |     |       |
| Jaring, TMnet                          | 48  | 15.19 |
| <i>Dial-up</i> dalam kampus            | 56  | 17.72 |
| <i>Broadband Streamyx</i>              | 52  | 16.46 |
| <i>Broadband</i> dalam kampus          | 54  | 17.09 |
| <i>Wireless</i> dalam kampus           | 106 | 33.54 |

## Tahap penggunaan Internet

Tahap penggunaan internet telah diukur dengan skala IAT yang menggambarkan sama ada penggunaan internet responden di bawah paras sederhana, sederhana, kerap tetapi terkawal ataupun kerap dan berlebihan. Penggunaan internet secara kerap dan berlebihan sehingga mengganggu pelaksanaan aktiviti harian digambarkan sebagai ketagihan internet. Analisis menunjukkan bahawa majoriti responden (75.9%) menggunakan internet pada tahap sederhana manakala 24.1% pula kerap menggunakan internet tetapi masih terkawal. Tiada responden mendapat skor di bawah paras sederhana atau pada tahap ketagihan internet. Tahap penggunaan internet bagi keseluruhan sampel ialah di antara 22 (skor minimum) hingga 76 (skor maksimum). Purata bagi keseluruhan sampel ialah 41.46 dengan sisihan piawai 10.83.

## Tahap kesejahteraan psikologi

Kesejahteraan psikologi pelajar telah diukur dari aspek kesunyian dan kemurungan. Jadual 4 menunjukkan analisis deskriptif tahap kesunyian dan kemurungan dalam sampel kajian. Bagi majoriti responden, kesunyian ialah pada tahap sederhana (57.59%) dan kemurungan pada tahap normal (81.01%). Dapatan kajian juga menunjukkan 14.56% responden mengalami kesunyian yang serius dan 41.1% pula mengalami kemurungan major.

**Jadual 4: Tahap Kesejahteraan Psikologi Remaja**

| Variabel                | N   | %     | Min. | Maks. | Purata | Sisihan piawai |
|-------------------------|-----|-------|------|-------|--------|----------------|
| <b>Tahap kesunyian</b>  |     |       | 11   | 40    | 24.05  | 5.65           |
| Bawah normal (11-14)    | 14  | 4.43  |      |       |        |                |
| Normal (15-20)          | 74  | 23.42 |      |       |        |                |
| Sederhana (21-30)       | 182 | 57.59 |      |       |        |                |
| Serius (>30)            | 46  | 14.56 |      |       |        |                |
| <b>Tahap kemurungan</b> |     |       | 1    | 48    | 24.64  | 7.68           |
| Normal (0-15)           | 38  | 12    |      |       |        |                |
| Minor (16-26)           | 148 | 46.8  |      |       |        |                |
| Major (>27)             | 130 | 41.1  |      |       |        |                |

## Pengujian Hipotesis

Ujian Korelasi *Pearson* telah digunakan untuk menguji perkaitan di antara tahap penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologi pelajar yang diukur melalui tahap kesunyian dan tahap kemurungan. Bagi kesunyian, analisis menunjukkan terdapat perkaitan yang signifikan di antara tahap penggunaan internet ( $r = 0.22, p \leq .01$ ) dengan tahap kesunyian. Hasil kajian ini menyokong dapatan kajian lepas yang mendapati terdapat perkaitan positif di antara penggunaan internet dengan kesunyian (Kraut et al., 1998; Schlovski, Kraut dan Rainie, 2004; Seepersad, 2004; Engelberg dan Sjoberg, 2004). Justeru, semakin kerap dan semakin kurang terkawal penggunaan internet semakin tinggi pula tahap kesunyian pelajar.

Engelberg (2004) menyokong bahawa semakin tinggi tahap penggunaan internet semakin tinggi tahap kesunyian dan *idiosyncratic values*, ataupun nilai diri yang berbeza dengan orang lain, di samping mengaitkan tahap penggunaan internet yang tinggi dengan kerja yang tidak memuaskan dan *esteem* sendiri yang rendah. Seepersad (2004) juga menyokong dapatan kajian bahawa tahap penggunaan internet yang tinggi mempunyai perkaitan dengan kesunyian dan personaliti seseorang di luar talian.

Dapatan kajian ini telah menolak kajian Shaw dan Gant (2002) yang berpendapat bahawa tahap penggunaan internet yang tinggi dapat mengurangkan tahap kesunyian dan kemurungan di samping meningkatkan *esteem* sendiri dan sokongan sosial.

**Jadual 5: Perkaitan Penggunaan Internet dengan Tahap Kesunyian dan Kemurungan (N=316)**

| Pembolehubah     | Penggunaan Internet |            |
|------------------|---------------------|------------|
|                  | R                   | p          |
| Tahap kesunyian  | 0.219               | $\leq .01$ |
| Tahap kemurungan | 0.341               | $\leq .01$ |

Ujian Korelasi *Pearson* telah dijalankan untuk menguji perkaitan di antara penggunaan internet dengan tahap kemurungan. Hasil analisis data menunjukkan perkaitan yang signifikan di antara tahap penggunaan internet ( $r=.341, p \leq .01$ ) dengan tahap kemurungan. Maka hipotesis kajian

ini ditolak. Dapatan kajian ini disokong oleh Gross (2004) dan Kim (2006).

Gross (2004) telah menyokong dapatan kajian bahawa penggunaan internet yang tinggi dikaitkan dengan tahap kemurungan dan kesunyian. Dapatan ini juga seiring dengan kajian Kim (2006) yang mengemukakan bahawa terdapat perkaitan yang signifikan antara pengguna yang ketagihan internet dengan tahap kemurungan. Hal ini menggambarkan konsep “paradoks internet” (Kraut et al, 1998; Schlovski, Kraut dan Rainie, 2004) ataupun satu fenomena di mana internet pada asalnya sebagai medium berkomunikasi sebenarnya membantutkan perkembangan sosial seseorang apabila seseorang itu menghabiskan masa dalam dunia maya internet dan mengabaikan masa untuk bersosialisasi dengan rakan.

## RINGKASAN

Kajian ini bertujuan untuk melihat perkaitan di antara tahap penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologi pelajar dalam kalangan pelajar Fakulti Ekologi Manusia (FEM) Universiti Putra Malaysia (UPM). Hasil kajian menunjukkan bahawa terdapat perkaitan yang signifikan di antara tahap penggunaan internet dengan tahap kesunyian ( $r=0.219$ ,  $p \leq 0.01$ ) dan kemurungan ( $r=0.341$ ,  $p \leq 0.01$ ). Ini bermaksud bahawa semakin kerap penggunaan internet, semakin sunyi dan murung seseorang individu tersebut. Hasil kajian juga menunjukkan bahawa tidak terdapat perkaitan signifikan antara latar belakang responden dan latar belakang penggunaan internet dengan tahap penggunaan internet serta tahap kesunyian dan tahap kemurungan. Untuk kajian akan datang, adalah disarankan agar mengambil responden yang terdiri daripada pelajar golongan sains tulen, dan membandingkan pelajar-pelajar kolej swasta dengan pelajar-pelajar universiti awam.

## KESIMPULAN

Di dalam era teknologi maklumat pada masa kini, pelajar kolej atau universiti merupakan golongan yang paling ramai menggunakan internet jika dibandingkan dengan golongan lain (Cole, 2001). Mereka juga

adalah golongan yang kerap mengalami masalah psikologikal disebabkan perubahan yang dialami dalam kehidupan mereka setelah berjauhan dengan keluarga dan perubahan apabila memasuki alam dewasa (Nezlek, 2002; Paul & Brier, 2001). Oleh itu, fokus kajian ini adalah untuk menentukan perkaitan di antara tahap penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologi pelajar yang diukur melalui tahap kesunyian dan kemurungan.

Hasil daripada analisis deskriptif menunjukkan bahawa majoriti pelajar menggunakan internet untuk kemudahan mengakses perpustakaan atas talian diikuti dengan aktiviti yang berkaitan dengan tugas dan seterusnya *email*. Hasil kajian ini seiring dengan dapatan kajian lepas yang menunjukkan bahawa pencarian maklumat merupakan faktor utama mengapa pelajar universiti menggunakan internet (Gordon, Juang & Syed, 2007). Majoriti pelajar di dalam kajian ini menggunakan internet pada tahap yang sederhana dan tiada di antara mereka yang berada pada tahap ketagihan internet. Hasil kajian ini menunjukkan bahawa pelajar lebih terdorong untuk memilih aplikasi internet yang bukan berbentuk interaktif. Aplikasi internet yang berbentuk interaktif seperti “*chatting*” dan permainan video menurut Young (1996) akan menjadikan seseorang individu itu mengalami ketagihan internet.

Kajian ini juga telah mengukur tahap kesejahteraan psikologi di kalangan pelajar berdasarkan pada tahap kesunyian dan kemurungan. Hasil kajian mendapati bahawa hanya segelintir pelajar yang mengalami tahap kesunyian yang serius. Kesunyian mempunyai hubungan dengan penyekatan sosial, kebimbangan sosial (Solano & Koester, 1989) dan *esteem* sendiri yang rendah dan mempunyai kelemahan dalam kemahiran sosial (Young & Rogers, 1998; Morahan-Martin & Schumacher, 2003). Ini menunjukkan bahawa kebanyakan pelajar mempunyai tahap kemahiran sosial dan keyakinan diri yang tinggi.

Keadaan ini berbeza pula dengan kemurungan di mana hasil kajian telah mendapati bahawa ramai pelajar mengalami kemurungan major. Sebagai seorang penuntut universiti, sudah semestinya mereka perlu berhadapan dengan peperiksaan, menyiapkan pelbagai tugas dan terdapat juga di antara mereka yang mengalami masalah kewangan atau masalah peribadi yang pastinya memberi tekanan kepada mereka. Individu yang murung mempunyai pengawalan sendiri yang kurang efektif terhadap tekanan yang dihadapi (Bandura, 1991). Ini menunjukkan bahawa masih

terdapat pelajar yang mempunyai kelemahan dari aspek daya tindak di mana ianya sangat penting untuk mengatasi tekanan yang dihadapi bagi mengelak berlakunya kemurungan.

Kajian ini juga mendapati bahawa tahap penggunaan internet mempunyai perkaitan positif dengan kesunyian. Kesunyian akan wujud apabila jaringan perhubungan sosial yang dibina dalam dunia sebenar adalah kecil dan kurang memberi kepuasan sepertimana yang diinginkan. Oleh itu individu yang mengalami kesunyian akan kerap menggunakan internet untuk dijadikan sebagai medium meluaskan rangkaian dan interaksi sosial dengan cara yang lebih menarik (Morahan-Martin & Schumacher, 2003). Individu yang kesunyian juga akan memilih aktiviti sosial secara “*online*” kerana ia memberi peluang untuk mereka menjalinkan persahabatan dan membentuk komuniti serta mewujudkan rasa. Disebabkan oleh mereka yang mengalami kesunyian mempunyai kelemahan dari aspek kemahiran sosial, maka penggunaan internet merupakan alternatif terbaik bagi mereka untuk mewujudkan interaksi sosial tanpa perlu bersemuka (Morahan-Martin & Schumacher, 2003).

Hasil kajian ini juga telah mendapati bahawa tahap penggunaan internet mempunyai perkaitan yang positif dengan kemurungan. Individu yang mengalami kemurungan lebih cenderung untuk mempunyai persepsi negatif terhadap kecekapan sosial yang ada pada diri mereka dan mempunyai pengawal aturan sendiri yang kurang efektif apabila berhadapan dengan keadaan yang memberi tekanan (Bandura, 1991). Sepertimana individu yang mengalami kesunyian, mereka juga akan memilih internet sebagai medium untuk mewujudkan jaringan perhubungan kerana bagi mereka, internet mempunyai risiko sosial yang rendah dan mempunyai kerahsiaan yang tinggi (Postmes & Spears, 2002).

Hasil kajian ini menyokong teori kognitif-tingkah laku yang dikemukakan oleh Davis (2001) mengenai hubungan di antara penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologi, di mana teori ini menyatakan bahawa individu yang mengalami kesunyian dan kemurungan lebih cenderung untuk mempunyai pemikiran negatif terhadap kecekapan sosial pada diri mereka dan keadaan ini mendorong mereka untuk menggunakan internet sebagai alternatif untuk mengatasi masalah tersebut.

Pengkaji telah mendapati bahawa terdapat beberapa limitasi dalam kajian ini yang perlu diberi perhatian agar kajian akan datang dapat memberi hasil kajian yang lebih mantap. Pertama, hasil kajian ini hanya berdasarkan pelajar yang berada di bawah Fakulti Ekologi Manusia dan ia tidak boleh digeneralisasikan kepada kelompok pelajar di fakulti lain. Kajian pada masa akan datang disarankan agar dapat memperluaskan lagi kelompok sampel agar hasil kajian dapat mewakili pelajar universiti. Kedua, kajian ini hanya menggunakan borang soal selidik yang hanya diisi oleh pelajar untuk mengkaji perkaitan di antara penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologi pelajar. Kajian akan datang dicadangkan agar menggunakan pelbagai kaedah untuk mengumpul maklumat dan mendapatkan maklumat daripada ahli keluarga supaya perkaitan di antara penggunaan internet dengan kesejahteraan psikologikal dapat difahami dengan lebih baik.

Ketiga, kajian ini hanya memberi fokus kepada tahap penggunaan internet. Oleh itu, kajian akan datang disarankan agar melihat kepada aplikasi internet yang dipilih oleh pelajar dan melihat sejauh mana perkaitannya dengan kesejahteraan psikologi. Keempat, kajian ini merupakan kajian korelasi. Kajian akan datang disarankan supaya melakukan kajian jangka panjang untuk memahami arah hubungan tersebut dan mengenal pasti kehadiran angkubah pencilah yang lain yang dapat menyumbang kepada kesejahteraan psikologi seseorang pelajar. Kesimpulannya, kajian ini memperlihatkan perkaitan yang positif di antara tahap penggunaan internet di kalangan pelajar universiti dengan kesejahteraan psikologi yang dilihat dari aspek kesunyian dan kemurungan. Kajian ini juga jelas menunjukkan bahawa internet merupakan komponen yang sangat penting dalam kehidupan sebagai seorang pelajar universiti dan secara tidak langsung ia mampu memberi implikasi negatif kepada tahap sosialisasi seseorang pelajar sekiranya mereka terlalu bergantung kepada internet. Sosialisasi yang berkesan tidak hanya terletak di hujung jari tetapi ia menuntut penglibatan aktif setiap individu untuk hidup bermasyarakat agar kebersamaan dan semangat kekitaan yang menjadi prinsip asas gagasan “1Malaysia” dapat direalisasikan dengan jayanya tanpa mengira kumpulan etnik atau agama. Justeru itu, peranan bahagian pembangunan Hal Ehwal Pelajar (HEP) dan pihak fakulti adalah penting dalam menggalakkan pelajar terlibat secara aktif dalam aktiviti sosial dan tidak mengasingkan diri dalam dunia maya internet.

RUJUKAN

- Bandura, A. 1991. Social Cognitive Theory of Self-Regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, **50**, 248-287.
- Cole, J. I. 2001. *Surveying the Digital Future: The UCLA Internet report*. Los Angeles: University of California, Los Angeles Center for Communication Policy.
- Davis, R. A. 2001. A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use. *Computers in Human Behavior*, **17**, 187-195.
- Engelberg, E., and Sjoberg, L. 2004. Internet Use, Social Skills, and Adjustment. *CyberPsychology and Behavior*, **7**(1), 41-47.
- Gordon, C. F., Juang, L.P., and Syed, M. 2007. Internet Use and Well-Being among College Students: Beyond frequency of Use. *Journal of College Students Development*, **48**(6), 674-687.
- Gross, E. F. 2004. Adolescent Internet Use: What We Expect, What Teens Report. *Applied Development Psychology*, **25**, 633-649.
- Household Use of Internet Survey, Malaysian Communications and Multimedia Commission. 2005. Muat turun 19 September, 2006, dari <http://www.mcmc.gov.my>.
- Kim, K., et al. 2006. Internet Addiction in Korean Adolescents and its Relation to Depression and Suicidal Ideation: A Questionnaire Survey, *International Journal of Nursing Studies*, **43**, 185-192.
- Kraut, R., et al. 1998. Internet Paradox : A Social Technology that reduces Social Involvement and Psychological Well-Being? *American Psychological Association*, **53**(9), 1017-1031.
- Morahan-Martin, J., and Schumacher, P. 2003. Loneliness and Social Uses of the Internet. *Computers in Human Behavior*, **19**, 659-671.
- Nezlek, J. B. 2002. Day-to-day Relationships between self-awareness, Daily Events, and Anxiety. *Journal of Personality*, **70**(2), 249-275.
- McKenna, K. Y. A, Green, A. S., and Gleason, M. E. J. 2002. Relationship Formation on the Internet: What's the Big Attraction?. *Journal of Social Issues*, **58**(1), 9-31.
- Niemz, K., et al. 2005. Prevalence of Pathological Internet Use among University Students and Correlations with Self-Esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and Disinhibition. *CyberPsychology and Behavior*, **8**, 562-570.
- Paul, E. L., and Brier, S. 2001. Friendsickness in the Transition to College: Precollege Predictors and College Adjustment Correlates. *Journal of Counseling and Development*, **79**(1), 77-89.



- Postmes, T., and Spears, R. 2002. Behavior Online: Does Anonymous Computer Communication Reduce Gender Inequality? *Personality and Social Psychology Bulletin*, **28**(8), 1073-1083.
- Radloff, L. 1977. The CES-D Scale: A Self-Report Depression Scale for Research in the General Population. *Applied Psychological Measurement*, **1**, 385-401.
- Russell, D. 1996. The UCLA Loneliness Scale (Version 3) : *Journal of Personality Assessment*, **66**, 20-40.
- Seepersad, S. 2004. Coping with Loneliness: Adolescent Online and Offline Behavior, *CyberPsychology and Behavior*, **7**(1), 35-39.
- Shaw, L. H., and Gant, L. M. 2002. In Defense of the Internet: The Relationship between Internet Communication and Depression, Loneliness, Self-Esteem, and Perceived Social Support. *CyberPsychology and Behavior*, **5**(2), 157-171.
- Shklovski, I., Kraut, R., and Rainie, L. 2004. The Internet and Social Participation: Contrasting Cross-Sectional and Longitudinal Analyses. *Journal of Computer-Mediated Communication*, **10**(1), Article 1. Muat turun 10 Oktober 2006 dari [http://jcmc.indiana.edu/vol10/issue1/shklovski\\_kraut.html](http://jcmc.indiana.edu/vol10/issue1/shklovski_kraut.html)
- Solano, C., and Koester, N. 1989. Loneliness and Communication Problems: Subjective Anxiety or Objective Skills? *Personality and Social Psychology Bulletin*, **15**, 126-133.
- Technique Web Terminology. 2003. Muat turun 10 Oktober, 2006, dari <http://www.techniqueweb.com/terminology.php>.
- Tyler, T. R. 2002. Is the Internet Changing Social Life? It Seems the More Things Change, the More They Stay the Same, *Journal of Social Issues*, **58**(1), 195-205.
- Young, K. S. 1996. Psychology of Computer Use. 40. Addictive Use of the Internet: A Case that Breaks the Stereotype. *Psychological Reports*, **79**, 899-902.
- Young, K. S. 2006. Internet Addiction Test (IAT). Muat turun 10 Oktober, 2006, dari [http://www.netaddiction.com/recources/Internet\\_addiction\\_test.htm](http://www.netaddiction.com/recources/Internet_addiction_test.htm).
- Young, K. S., and Rogers, R. C. 1998. The Relationship between Depression and Internet Addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, **1**, 25-36.
- Zhao, S. 2006. Do Internet Users Have More Social Ties? A Call for Differentiated Analyses of Internet Use. *Journal of Computer-Mediated Communication*, **11**(3), article 8. Muat turun 10 Oktober, 2006, dari <http://jcmc.indiana.edu/vol11/issue3/zhao.html>.

PROFIL PENULIS

**Rahimah Ibrahim, Ph.D**

Pensyarah Kanan

Jabatan Pembangunan Manusia & Pengajian Keluarga

Fakulti Ekologi Manusia

Universiti Putra Malaysia

43400 Serdang, Selangor

imahibrahim@putra.upm.edu.my

**Tan Jo Pei, PhD.**

Pensyarah Kanan

Jabatan Pembangunan Manusia dan Pengajian Keluarga

Fakulti Ekologi Manusia,

Universiti Putra Malaysia

43400 Serdang, Selangor

**Nellie Ismail**

Tutor

Jabatan Pembangunan Manusia dan Pengajian Keluarga

Fakulti Ekologi Manusia,

Universiti Putra Malaysia

43400 Serdang, Selangor

**Loke Chung Men**

Pelajar Tahun Akhir

Jabatan Pembangunan Manusia dan Pengajian Keluarga

Fakulti Ekologi Manusia,

Universiti Putra Malaysia

43400 Serdang, Selangor