

Kesan Ketagihan Permainan Video Terhadap Mahasiswa



Oleh: Amirul Akmal Zakaria
Universiti Sains Islam Malaysia
Diterbitkan pada 10 Ogos 2021



Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) berhasrat mengklasifikasi ketagihan permainan video sebagai masalah kesihatan mental. – Gambar hiasan

Permainan video semakin meluas dimainkan di seluruh dunia oleh pelbagai golongan masyarakat termasuk pelajar universiti. Pelbagai permainan video seperti DOTA, PUBG dan Mobile Legend semakin menjadi kegilaan ramai.

Seorang aktivis sosial yang terkenal pernah menyatakan bahawa permainan video kini telah mempengaruhi kehidupan seharian mereka tanpa disedari. Permainan video dan remaja tidak dapat dipisahkan, ibarat isi dengan kuku.

Pelajar-pelajar yang baru berjinak dengan permainan video perlu mengambil berat kesan aktiviti ini. Bermula dengan keterujaan untuk mencuba aktiviti permainan video, tanpa disadari corak tingkah laku pelajar terhadap aktiviti ini boleh berubah sehingga menyebabkan ketagihan.

Tempoh Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) yang agak panjang mungkin membuka ruang kepada permasalahan ini sekiranya tidak diberi perhatian yang sewajarnya.

Ditambah dengan pakej penggunaan internet percuma oleh syarikat telekomunikasi pada musim PKP, pelajar mungkin memperuntukkan masa lebih lama untuk permainan video dalam talian. Mereka boleh menjadi terlalu asyik bermain sehingga mengabaikan waktu makan, belajar dan tidur.

Selain itu, permainan video boleh memberi implikasi negatif kepada kesihatan pelajar sekiranya dilakukan secara berlebihan.

Aktiviti ini boleh menimbulkan tindak balas neurologi yang memberikan perasaan gembira dan mendorong pemain untuk bermain secara berterusan.

Sistem ganjaran yang menawarkan item maya seperti senjata dan perisai atau hadiah sebenar seperti langganan penstriman video menjadikan tabiat ini sukar dihentikan.



Permainan video boleh memberi implikasi negatif kepada kesihatan pelajar sekiranya dilakukan secara berlebihan. – Gambar hiasan

Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) berhasrat untuk mengklasifikasikan ketagihan permainan video sebagai masalah kesihatan mental pada tahun 2018.

Menurut WHO, ketagihan permainan video dimasukkan dalam kategori mental, tingkah laku atau gangguan perkembangan.

Ketagihan permainan video bermaksud corak tingkah laku terhadap permainan video yang bercirikan gangguan kawalan terhadap permainan. Contohnya, kekerapan, durasi dan intensiti.

Ketaksuban terhadap permainan melebihi aktiviti harian atau minat yang lain, dan kesinambungan atau peningkatan permainan walaupun pemain telah mengalami kesan negatif.

Menurut laporan agensi berita Xinhua, untuk mengenal pasti dan mendiagnosis penyakit ini, seseorang itu sukar atau gagal mengawal sifatnya ke atas permainan sekali gus memberikan keutamaan kepada permainan video.

Dalam pada itu, ICD telah digunakan oleh pakar kesihatan sedunia dan berfungsi sebagai piawai antarabangsa untuk menentukan keadaan kesihatan dan penyakit.

Seterusnya, bagi menjalankan diagnosis ketagihan permainan video, corak tingkah laku pemain haruslah memberi gangguan yang signifikan terhadap diri, keluarga, sosial, pendidikan, pekerjaan atau fungsi penting kehidupan yang lain dan kebiasaannya berlaku sekurang-kurangnya untuk tempoh 12 bulan.

Walau bagaimanapun, tempoh boleh dikurangkan sekiranya kesemua ciri diagnostik telah dikenal pasti dan gejala yang dialami oleh individu adalah cukup serius.

Malah, ulasan sistematik bagi beberapa kajian di peringkat antarabangsa mendapati bahawa peratusan ketagihan permainan video dalam talian adalah di antara 0.7 hingga 27.5 peratus.

Peratusan ketagihan permainan video dalam talian dianggarkan lebih tinggi di negara-negara Asia dan dalam kalangan lelaki berusia antara 12 hingga 20 tahun.

Sehubungan itu, hasil kajian menunjukkan bahawa ketagihan permainan video boleh mempengaruhi kesihatan fizikal, psikologikal dan fungsi sosial pemain.

Ketagihan menyebabkan pemain mengalami tekanan lebih-lebih lagi apabila kalah dalam permainan. Berlaku juga perubahan corak pemakanan dan tidur, kurang tumpuan semasa belajar atau bekerja dan kurang pergaulan sosial.

Kesan paling serius ketagihan permainan video termasuk kegagalan dalam pelajaran, kehilangan pekerjaan dan putus hubungan.