

TARIKH	SELASA, 6 JUN 2023
AKHBAR	BERITA HARIAN
TAJUK ARTIKEL	ERA GANGGUAN DIGITAL CETUS GEJALA 'SINGKAT PERHATIAN'
M/S	13
BIDANG	MANAGEMENT
KATA KUNCI	MANAGEMENT

Era gangguan digital cetus gejala 'singkat perhatian'

Oleh Dr Mohd Khairul Naim Che Nordin
bhrencana@bh.com.my



Pensyarah Kanan
Akademi Pengajian
Islam Universiti
Malaya (UM)

Amalan membaca bukan sahaja bermanfaat dalam peningkatan pengetahuan dalam pelbagai topik, bahkan menjana pemikiran kritis dan analitis. Ini kerana minda akan menganalisis, menilai dan mentafsirkan maklumat terkandung pada teks.

Ia juga meningkatkan daya ingatan kerana proses membaca membabitkan memori jangka pendek dan panjang apabila pembaca perlu mengingat watak, plot serta perincian penting tertentu.

Ini meningkatkan keterampilan bahasa, iaitu kemampuan berbicara, menulis dan kefahaman linguistik menerusi pendedahan kosa kata luas serta struktur perkataan tersusun.

Ironinya, membaca pada era pengetahuan kini menjadi sangat mencabar. Ketika kita mampu mengakses apa sahaja melalui internet, peluang membaca seakan-akan sempit akibat 'kekangan' dicipta sendiri manusia.

'Kekangan' itu ialah pelbagai gangguan yang dialami oleh manusia menerusi media sosial sehingga melahirkan fenomena 'singkat perhatian', iaitu daya tumpuan dan fokus singkat serta terbatas apabila berasa mudah 'terganggu' dengan sesuatu yang lain dan cepat hilang minat dengan

apa yang dilakukan.

Platform seperti Twitter, Instagram dan TikTok direka bentuk untuk memberikan kepuasan segera kepada pengguna, menawarkan maklumat kecil (mikro) atau remeh boleh digunakan dengan cepat dan tanpa proses panjang.

Jenis kandungan selalunya dipersembahkan dengan visual menarik dan imej atau video mampu menarik perhatian pengguna, sekali gus secara langsung memberi beberapa kesan.

- Pertama, mengurangkan daya fokus dan perhatian. Pengguna mengakses akaun secara berterusan untuk mendapatkan maklumat baharu serta melakukan pelbagai tugas, iaitu mengakses banyak platform dan web.

Minda akan sukar fokus pada sesuatu perkara dalam tempoh panjang, sekali gus menyebabkan kurang keupayaan menumpukan perhatian, mengingati maklumat dan menyelesaikan masalah kompleks.

Jejas kreativiti, tingkatan stres

Kreativiti juga terjejas apabila minda perlu membahagikan perhatiannya kepada pelbagai tugas. Minda berpotensi untuk berfikir mendalam, tetapi terjejas akibat perhatian dan pemikiran ditarik ke pelbagai arah serta diganggu dengan notifikasi, maklumat baharu dan tidak perlu.

Akibatnya, ia turut memberi kesan kepada kemampuan minda untuk membaca secara serius,

terfokus mendalam dan dalam tempoh panjang.

- Kedua, meningkatkan stres. Keinginan untuk sentiasa menyemak kemas kini dan berasa penting terus berhubung dengan rakan siber lain boleh menimbulkan kebimbangan dan tekanan, akhirnya membawa masalah kesihatan mental seperti ketagihan media sosial. Penghargaan sosial pula diukur secara digital hanya pada bilangan tontonan, tanda suka dan jumlah perkongsian.

- Ketiga, mengubah pilihan membaca. Individu terdedah kepada media sosial lazimnya lebih sukakan kandungan pendek dan bervisual seperti bebenang pandangan, status ringkas, catatan blog dan infografik.

Mereka cenderung membaca kandungan digital berbanding buku fizikal, selain sengaja ditulis ringkas, maklumat diperolehi tidak mendalam, kebanyakan berpandukan sesuatu isu (kadang kala remeh dan tidak menjawab permasalahan sebenar), bersifat segera, tetapi cepat juga dilupakan serta pengetahuan diperolehi berfragmen atau berpecah-pecah.

Hakikatnya, era 'gangguan' kini menjadikan daya perhatian sebagai 'premium'. Pemenang Hadiah Nobel, Herbert Simon meramalkan kekayaan maklumat akan mewujudkan kemiskinan perhatian yang sebenarnya sudah berlaku kini. Kemampuan meredakan perhatian singkat sudah pasti dengan kembali membaca karangan panjang dan mendalam.

DISEDIAKAN
OLEH

PN NOR SURIANI BINTI MOHD ZIN (S44), BPM