



Bahagian 2

**SKRIN MEDIA DAN
KANAK-KANAK:
APA IBU BAPA
PERLU TAHU?**

Dr Azwanis binti Abdul Hadi

BAHAGIAN 2
PENGGUNAAN SKRIN MEDIA DI KALANGAN KANAK-KANAK:
PERANAN IBU BAPA

E-book ini ditulis oleh Azwanis Abdul Hadi, Kuantan, Pahang. Penghasilan semula mana-mana bahagian dari E-book ini dalam apa-apa bentuk sekali pun sama ada secara elektronik, mekanikal, fotokopi, rakaman dan sebagainya adalah tidak dibenarkan tanpa kebenaran daripada penulis. Penjualan atau pengubahsuaian E-book ini juga tidak dibenarkan tanpa kebenaran penulis. Penulis tidak bertanggungjawab ke atas sebarang kesilapan fakta. Penulisan bertujuan bagi memberi pengetahuan asas mengenai kondisi yang ditulis. Pembaca dinasihatkan mendapatkan nasihat doktor sekiranya mempunyai sebarang masalah kesihatan.

Editor: Dr Hidayatul Radziah Ismawi

Hakcipta Terpelihara © 2021 Azwanis Abdul Hadi

Diterbitkan oleh

Malaysian Integrated Medical Professionals Association (MIMPA) No.

Pendaftaran: PPM-007-12-13092013

No. 15, Tingkat 1, Blok H, Ruang Singgahmata 4

Asia City, P.O. Box 16125

88869 Kota Kinabalu, Sabah

eISBN

e ISBN 978-967-19135-5-0



9 7 8 9 6 7 1 9 1 3 5 5 0

PRAKATA

Dewasa kini, teknologi telah berkembang pesat dan memainkan peranan yang penting dalam kehidupan seharian manusia. Peralatan skrin media kini semakin mudah dimiliki dan mudah dibawa ke mana-mana sahaja. Oleh itu penggunaan skrin media adalah meluas dan digunakan oleh setiap lapisan umur masyarakat. Tidak asing lagi untuk melihat kanak-kanak kecil seawal 6 bulan dan kebawah terdedah kepada skrin media. Hasil-hasil kajian kini semakin jelas menunjukkan bahawa skrin media mempunyai kesan ke atas kesihatan fizikal dan mental, terutama sekali kanak-kanak kecil kurang daripada 2 tahun. Walaubagaimanapun, kesedaran ibu bapa terhadap masalah ini masih rendah dan terdapat 4 jenis pengawasan yang biasa digunakan oleh ibu bapa. Bahagian 2 buku ini menyentuh peranan ibu bapa dalam penyeliaan penggunaan skrin media anak-anak serta menggariskan 6 strategi penggunaan skrin media yang sihat untuk anak-anak.

BIOGRAFI PENULIS



Asst. Prof. Dr. Azwanis Abdul Hadi ialah seorang Pakar Perubatan Keluarga dan Pensyarah di Universiti Islam Antarabangsa Malaysia (IIUM). Beliau mendapat ijazah perubatan daripada University of Sheffield dan kepakaran daripada Universiti Sains Malaysia (USM). Beliau pernah bertugas di United Kingdom dan Malaysia, dan mula mendalami bidang Perubatan Keluarga sejak 2009.

Sebagai seorang doktor perubatan keluarga (dan juga ibu kepada 5 orang anak), beliau memerhati peningkatan penggunaan skrin media di kalangan kanak-kanak dan remaja serta kesan terhadap tahap kesihatan mental dan fizikal mereka. Oleh itu, beliau aktif menjalankan penyelidikan dalam isu kesihatan ini dan juga memperoleh dana penyelidikan di peringkat nasional.

Selain menerusi penulisan ilmiah dan jemputan bercakap di radio, beliau menulis buku ini dengan harapan dapat menyampaikan maklumat dan memupuk kesedaran dengan lebih meluas di kalangan ibu bapa.

KANDUNGAN

	Mukasurat
1 PENGENALAN <ul style="list-style-type: none">• Definisi• Kenapa ibu bapa memberi skrin media kepada anak-anak kecil mereka?	6
2 PERANAN IBU BAPA <ul style="list-style-type: none">• Jenis-jenis pengawasan oleh ibu bapa• Peranan ibu bapa	21
3 KEBAIKAN INTERNET DAN SKRIN MEDIA	29
4 RUMUSAN	35
5 6 STRATEGI	37
6 RUJUKAN	42



BAB 1

PENGENALAN

Definisi

Sebelum kita bermula, penting untuk kita fahamkan beberapa definisi yang akan kerap timbul di dalam buku ini.

Apakah yang dimaksudkan dengan:

Skrin Media

Skrin media ialah peralatan digital di mana kandungan media (seperti music videos, movies, games, Youtube, dan Netflix) dipaparkan melalui skrin, sebagai contoh televisyen, komputer, telefon pintar, tablet, dan peralatan gaming seperti Playstation atau X-box.

Kanak-kanak kecil

Kanak-kanak kecil ialah kanak-kanak berumur kurang daripada 2 tahun atau 24 bulan.

Screen time

Tempoh masa anak-anak menggunakan media skrin dalam satu hari

Interaktif

Komunikasi dua hala antara dua atau lebih orang

Kenapa ibu bapa memberi skrin media kepada anak-anak kecil mereka?

Ada 2 sebab utama kenapa anak-anak kecil didedahkan kepada skrin media:

1. Untuk mengalih perhatian anak-anak
2. Untuk tujuan pembelajaran

Kenapa ibu bapa memberi skrin media kepada anak-anak kecil mereka?

1. Untuk mengalih perhatian anak-anak

Kebolehan skrin media untuk menarik dan mengambil alih perhatian kanak-kanak kecil memberi peluang kepada ibu bapa untuk membuat kerja lain seperti mengemas rumah, memasak dan sebagainya. Skrin media juga berkesan untuk mententeramkan kanak-kanak apabila mereka mengamuk. Sememangnya tidak dapat dinafikan, skrin media ini adalah jawapan yang senang dan cepat, malah memudahkan kehidupan seharian terutama sekali ibu bapa yang sibuk, ibu bapa tunggal dan ibu bapa yang tidak ada pilihan penjagaan anak yang lain.

Walau bagaimanapun, sering kali juga skrin media dijadikan pengasuh/'babysitter' pada situasi yang tidak memerlukan seperti semasa membeli belah atau semasa makan di restoran.

Sekarang ni, sudah menjadi kebiasaan pada waktu santai, ibu bapa dan anak-anak ralit dengan skrin masing-masing, sedangkan masa itu boleh digunakan untuk berinteraksi antara satu sama lain atau melakukan aktiviti riadah bersama-sama.

Kanak-kanak yang sudah terbiasa dengan penggunaan skrin akan mudah resah, gelisah, atau meragam jika tidak diberikan skrin (penjelasan lanjut di bab-bab seterusnya). Solusi mudah ialah ibu bapa akan memberi skrin supaya anak-anak berasa gembira dan ibu bapa juga merasa lega.



Its ok for your child to be bored!

Anak-anak kecil tidak perlu simulasi skrin media untuk mencegah kebosanan.

Malah, perasaan bosan itu adalah penting untuk perkembangan emosi yang sihat anak-anak.

Biarkan anak-anak kecil bermain bersendirian di persekitaraan yang selamat. Berikan mereka permainan dan buku-buku. Biarkan anak-anak biasa memerhati persekitaran dan orang di sekeliling mereka.

Jika anak-anak meragam, jangan laju untuk memujuk dengan skrin.

Satu kajian di Malaysia menunjukkan golongan ibu bapa yang sendiri gemar menggunakan skrin media adalah golongan ibu bapa yang paling kurang menghalang penggunaan skrin media anak-kanak mereka. Ini kerana mereka berpendapat bahawa skrin media tidak mempunyai keburukan. Dan oleh kerana ibu bapa ini sendiri gemar menggunakan skrin, secara tidak langsung mereka mungkin memiliki pelbagai peralatan skrin media di rumah. Ini boleh menggalakkan pendedahan awal skrin media kepada anak-anak kecil. Kajian ini juga mendapati ibu bapa yang kurang melakukan aktiviti fizikal juga golongan yang sukar untuk mengurangkan penggunaan skrin anak-anak mereka.

Kesimpulan:

- Sebaik-baiknya, amalkan kemahiran keibubapaan yang tidak bergantung kepada penggunaan skrin media untuk menjaga anak-anak kecil.
- Digalakkan anak-anak kecil untuk membesar secara alami seperti bermain dengan alat permainan, persekitaraan dan berinteraksi dengan ibu bapa penjaga.
- Ibu bapa harus menjadi contoh yang terbaik untuk anak-anak: kurangkan penggunaan skrin dan rajin beriadah supaya anak-anak akan mengikutinya.

Kenapa ibu bapa memberi skrin media kepada anak-anak kecil mereka?

2. Untuk tujuan pembelajaran

Ramai ibu bapa yang berpendapat bahawa tidak salah jika anak-anak didedahkan kepada skrin media dari kecil terutama semasa ibu bapa sibuk jika mereka menonton media yang mempunyai nilai pembelajaran. Malah, ramai ibu bapa yang berfikir anak-anak kecil dapat belajar daripada media dengan lebih cepat dan awal. Tidak perlu ke tadika tetapi sudah belajar ABC dan 123, apatah lagi kini banyak sumber di Youtube dan pelbagai App menarik untuk kanak-kanak.

Tetapi adakah ini benar? Adakah penggunaan skrin media pada usia kurang daripada 2 tahun membantu proses pembelajaran?

Kajian menunjukkan bahawa tidak ada faedah mendedahkan kanak-kanak yang berumur bawah 2 tahun kepada media untuk tujuan pembelajaran. Ini kerana anak-anak kecil di bawah umur 2 tahun tidak mamahami informasi yang disalurkan secara 2D dan dalam format simbolik. Ini dibuktikan melalui banyak kajian yang dijalankan.

Salah satu kajian adalah seperti berikut:



Kanak-kanak berumur 2 tahun dan 2 ½ tahun dibahagi-bahagikan kepada kumpulan-kumpulan mengikut umur.

Kanak-kanak ini menonton satu video melalui skrin monitor yang menunjukkan mainan yang disorok di bilik sebelah.

Kumpulan kanak-kanak 2 ½ tahun berjaya jumpa mainan tersebut dengan mudah. Tetapi kumpulan kanak-kanak 2 tahun tidak dapat mencari mainan itu.

Walau bagaimanapun, sekumpulan lagi kanak-kanak 2 tahun yang melihat proses menyorok mainan melalui tingkap dapat mencari dengan mudah.

Kajian ini membuktikan bahawa kanak-kanak kecil susah untuk mengkait apa yang dilihat dalam skrin dengan kehidupan sebenar. Maka, pembelajaran melalui skrin dilihat tidak sesuai untuk umur ini.

Tidak dinafikan ada kajian-kajian yang menunjukkan kanak-kanak kecil kurang daripada 24 bulan mampu belajar melalui skrin media dan skrin media interaktif, terutama sekali untuk jenis pembelajaran “rote learning” seperti ABC dan 123. Walau bagaimanapun, kajian-kajian ini mendapati:

- Anak-anak kecil yang belajar dari media mengambil masa yang lebih lama untuk memahami dan tidak dapat mengingati lama, berbanding kanak-kanak yang belajar secara interaktif dengan orang dewasa.
- Kanak-kanak kecil mempunyai masalah untuk memindahkan apa yang mereka pelajari daripada media kepada kehidupan sebenar.
- Kajian-kajian ini dijalankan menggunakan media yang direka khas dan bukan menggunakan media komersil.

Oleh itu, anak-kanak dibawah umur 24 – 36 bulan lebih sesuai untuk belajar secara **interaktif** dengan ibu bapa atau penjaga, berbanding daripada proses interaksi satu hala melalui media.

Ini kerana sebelum berumur 2 tahun, kanak-kanak masih lagi dalam proses mengembangkan kemahiran kognitif, bahasa, deria sensori, pergerakan dan emosi. Dengan ini, amat penting untuk ibu bapa dan penjaga memperbanyakkan bercakap dengan anak-anak, membaca buku bersama-sama secara interaktif atau bermain bersama secara *'hands on'*.

Faedah pembelajaran melalui media mula didapati dari umur 2 tahun dan ke atas. Kajian menunjukkan kanak-kanak umur ini yang menonton media yang berkualiti seperti Sesame Street, Super Why atau Daniel Tiger's neighbourhood boleh membantu dalam proses mengenal huruf dan membaca. Sayang sekali, tidak semua media yang di cipta untuk kanak-kanak mempunyai kandungan pembelajaran yang baik dan berkesan. Realitinya, banyak media dan App yang tidak sesuai untuk kanak-kanak kecil tetapi dipasarkan sebagai 'educational'.



Tip:

Ibu bapa boleh layari <https://www.commonsemmedia.org/> untuk mendapat ulasan-ulasan mengenai TV, Movies, Buku, Apps dan Games yang sesuai untuk anak-anak!

Kesimpulan:

- Lebih banyak bercakap dan berinteraksi dengan anak-anak kecil berumur 24 bulan ke bawah. Pemberian video atau App untuk umur ini tidak berkesan.
- Pilih video atau App yang mempunyai kandungan pembelajaran yang berkesan untuk anak-anak berumur lebih daripada 2 tahun.
- Teruskan berinteraksi dengan anak-anak berumur 2 tahun ke atas semasa mereka menonton media, untuk mendapat faedah yang maksimum.



BAB 2

PERANAN IBU BAPA

Jenis-jenis pengawasan oleh ibu bapa

Pengawasan ibu bapa atau '*parental mediation*' ialah apa sahaja strategi atau usaha ibu bapa untuk menyelia penggunaan media atau internet anak-anak mereka.

Satu kajian di Malaysia menunjukkan terdapat 4 jenis pengawasan yang digunakan oleh ibu bapa iaitu:

1. Co-use atau Penggunaan Bersama
2. Monitoring atau Pemantauan
3. Interaction restriction atau Pengawasan Interaksi.
4. Technical restriction atau Pengawasan secara Teknikal

1. Co-use atau Penggunaan Bersama

Co-use atau Penggunaan Bersama adalah penggunaan alat media yang sama antara ibu bapa dan anak-anak. Ibu bapa akan mengawasi penggunaan sambil berkomunikasi dengan anak-anak. Ini adalah cara yang paling kerap digunakan di Malaysia. Cara ini tidak sesuai apabila anak-anak mempunyai alat skrin media sendiri, dan ibu bapa tidak dapat mengawasi setiap masa.

2. Monitoring atau Pemantauan

Monitoring atau Pemantauan adalah apabila ibu bapa sentiasa memeriksa alat-alat media dan sejarah penggunaan anak-anak mereka. Kaedah ini juga bukan yang terbaik kerana kekangan masa ibu bapa untuk memeriksa dengan lebih kerap dan konsisten.

3. Interaction restriction atau Pengawasan Interaksi.

Interaction restriction atau Pengawasan Interaksi ialah teknik pengawasan dimana ibu bapa meletak peraturan untuk menyekat penggunaan media terutama untuk aktiviti-aktiviti interaksi seperti penggunaan email, Whatsapp®, online chatting dan online gaming. Kaedah ini mempunyai kekurangan kerana ibu bapa tidak boleh memastikan peraturan diikuti setiap masa.

4. Technical restriction atau Pengawasan Teknikal

Technical restriction atau Pengawasan secara Teknikal adalah teknik pengawasan menggunakan software. Banyak kajian yang

mendapati teknik ini adalah cara yang terbaik kerana software boleh memantau, menyekat dan menapis penggunaan anak-anak secara konsisten. Ibu bapa boleh tentukan syarat-syarat penggunaan internet seperti time limit, memilih website yang dibenarkan dan seterusnya. Pada masa yang sama, ibu bapa akan menerima laporan dan notifikasi oleh software mengenai penggunaan anak-anak. Ibu bapa juga akan merasa kurang stress dan terbeban untuk mengawasi penggunaan internet anak-anak. Teknik ini juga adalah yang terbaik kerana anak-anak memperolehi kebaikan daripada internet (seperti mendapat maklumat dan ilmu) dan pada masa yang sama dilindungi. Malangnya, teknik ini jarang digunakan oleh ibu bapa kerana kurang kesedaran dan ilmu.

Peranan ibu bapa

Tidak dapat ditekankan kepentingan ibu bapa dalam menghindari masalah penggunaan skrin media di kalangan anak-anak terutama kanak-kanak kecil.

1. Ibu bapa mesti ada kesedaran akan bahaya dan kesan skrin media kepada perkembangan anak-anak kecil.
2. Ibu bapa mesti sentiasa peka dan mengawasi penggunaan skrin media anak-anak.

3. Ibu bapa mengurangkan dan jika boleh tidak langsung memberi anak-anak dibawah umur 2 tahun daripada menggunakan sebarang skrin media kecuali untuk panggilan video.

4. Ibu bapa banyak berinteraksi dan melihat bersama (co-viewing) dengan anak-anak yang berumur 2 tahun ke atas.

5. Ibu bapa perlulah selalu berbincang dengan anak-anak akan bahaya yang ada dan sering menggalakkan komunikasi dengan anak-anak

6. Ibu bapa sendiri harus mengurangkan penggunaan skrin media di depan anak-anak kecil. Sebaiknya, menetapkan 'screen free' time, seperti pada waktu petang untuk melakukan aktiviti riadah.



Ibu bapa boleh menggunakan Family Media Use Plan di www.healthychildren.org/MediaUsePlan untuk mewujudkan peraturan media yang sesuai untuk umur anak-anak.

7. Didikan agama dan moral yang kukuh memainkan peranan yang penting, terutama dalam aspek bahaya di internet. Anak-anak mesti diterapkan nilai ini sejak kecil lagi, supaya dapat menangani masalah sosial di alam maya.



BAB 3

KEBAIKAN INTERNET DAN SKRIN MEDIA



Tidak dinafikan anak-anak perlu memiliki kemahiran penggunaan teknologi sejajar dengan perubahan zaman

Penggunaan internet dan skrin media mempunyai pelbagai faedah dan kebaikan.

Antaranya ialah:

- Pendedahan pelajar kepada idea, ilmu pengetahuan dan berita yang terkini.
- Penggunaan sebagai alat komunikasi untuk proses pembelajaran dan juga komunikasi bersama keluarga dan kawan-kawan.
- Membuka peluang pelajar menyertai aktiviti-aktiviti berfaedah seperti persatuan NGO atau kursus-kursus atas talian yang menarik.

-
- Sebagai platform untuk berkolaborasi dan networking secara lokal atau antarabangsa.
 - Akses kepada buku-buku digital yang mungkin sukar untuk didapati di kedai-kedai biasa dan pada harga yang lebih murah.
 - Penggunaan peralatan teknologi seperti jam bersenam atau App *diet monitoring* dan sebagainya. Peralatan atau App seperti ini mempunyai unsur Gamification seperti mengumpul points, challenges dan rewards yang menggalakkan pengguna untuk memperbaiki status kesihatan.
 - Mendedahkan bakat dalam bidang teknologi dan media seperti software programming and development.

-
- Hampir semua bidang pekerjaan professional kini memerlukan pekerja yang mempunyai tahap penguasaan teknologi asas, sekurang-kurangnya Microsoft (Words, Powerpoint, Excel) atau Google Suite (Docs, Sheets, Slides, Forms).
 - Dan terdapat bidang-bidang pekerjaan lain yang memerlukan tahap penguasaan teknologi yang lebih maju seperti productivity software, budget planning, project planning dan seterusnya

FAEDAH TEKNOLOGI DI ERA COVID-19

Wabak COVID-19 yang bermula sejak Disember 2019 telah membawa impak yang besar kepada kehidupan manusia. Sehingga kini, dunia telah mencecah 3.86 juta kematian, kelumpuhan ekonomi yang teruk dan penjejasan hampir semua aspek kehidupan seharian manusia.

Walaupun kehidupan seharian tidak sekualiti zaman pra-covid namun, dengan kemajuan sains dan teknologi manusia mampu menyesuaikan diri dengan norma baharu. Semasa perintah berkurung, penggunaan teknologi dan penjualan skrin media melonjak naik untuk membolehkan pelajar-pelajar dan sesetengah sektor perkerjaan meneruskan pendidikan dan kerjaya sebaik yang boleh di rumah. Terdapat peningkatan penggunaan

internet untuk tujuan ini dan kerajaan juga memanfaatkan internet untuk menyebarkan berita terkini dan pengawalan sosial.

Dengan kebaikan yang diperolehi, secara tidak langsung kanak-kanak dan remaja boleh didedahkan kepada skrin media lebih lama. Sekarang lah masa yang amat penting untuk ibu bapa lebih peka dengan penggunaan skrin media anak-anak.



BAB 4

RUMUSAN

1 Kajian mendapati ramai ibu bapa tidak sedar atau tidak endah akan masalah-masalah sosial di internet.

2 Komunikasi antara ibu bapa dan anak-anak remaja (seperti sering menanya dan berbincang) amat penting untuk menghindari dan mengenalpasti masalah ini pada peringkat awal.

3 Terdapat 4 jenis parental mediation. Penggunaan "technical restriction" dalam bentuk software adalah strategi terbaik



BAB 5

6

STRATEGI

6 strategi penggunaan skrin media yang sihat untuk anak-anak

1

Fokus kepada akademik

pastikan penggunaan skrin hanya untuk hal-hal akademik, tetapkan peraturan dan batasan untuk penggunaan hal lain.

2

Lambat-lambatkan memberi skrin media

terutama sekali telefon pintar kepada anak-anak, sebaiknya sehingga mereka memasuki sekolah menengah.

6 strategi penggunaan skrin media yang sihat untuk anak-anak

3

Tetapkan batasan

Ikutilah batasan masa yang disarankan oleh AAP*.

Gunalah parental control software untuk menetapkan batasan.

4

Wujudkan screen free time

Sebagai contoh: tiada skrin pada waktu makan, atau waktu petang diperuntukan untuk beriadah sahaja.

6 strategi penggunaan skrin media yang sihat untuk anak-anak

5

Sentiasa mengingatkan anak-anak bahaya di internet

Komunikasi itu penting!

6

Jadilah contoh yang terbaik

Aplikasi peraturan skrin media pada diri sendiri dan tingkatkan sesi riadah bersama anak-anak.

***Antara saranan dari American Academy of Paediatrics (AAP):**

Kanak-kanak berumur kurang daripada 18 bulan tidak digalakkan menggunakan sebarang skrin media, kecuali untuk video call.

Untuk ibu bapa yang ingin mendedahkan anak-anak 18-24 bulan kepada media, dinasihatkan memilih media yang berkualiti DAN menggunakan bersama anak-anak. Elakkan anak-anak menggunakan skrin media bersendirian.

Mengehadkan tempoh penggunaan skrin media yang berkualiti kurang daripada 1 jam sehari untuk kanak-kanak berumur 2 hingga 5 tahun

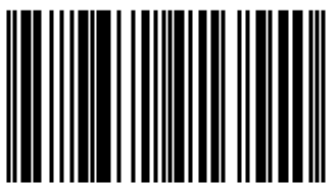
RUJUKAN

- Chen, C., Chen, S., Wen, P., & Snow, C. E. (2020). Are screen devices soothing children or soothing parents? Investigating the relationships among children's exposure to different types of screen media, parental efficacy and home literacy practices. *Computers in Human Behavior*, 112, 106462. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106462>
- Christakis, D. A., Benedikt Ramirez, J. S., Ferguson, S. M., Ravinder, S., & Ramirez, J. M. (2018). How early media exposure May affect cognitive function: A review of results from observations in humans and experiments in mice. In *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America* (Vol. 115, Issue 40, pp. 9851–9858). <https://doi.org/10.1073/pnas.1711548115>
- Hakim, M. F. (2021). Parental awareness over their children's internet usage: a review. 12, 30–35.
- Hill, D., Ameenuddin, N., Chassiakos, Y. R., Cross, C., Radesky, J., Hutchinson, J., Boyd, R., Mendelson, R., Moreno, M. A., Smith, J., & Swanson, W. S. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- Huang, Y., Xu, L., Kuang, L., Wang, W., Cao, J., & Xiao, M. N. (2020). Abnormal brain activity in adolescents with Internet addiction who attempt suicide: An assessment using functional magnetic resonance imaging. *Neural Regeneration Research*, 15(8), 1554–1559. <https://doi.org/10.4103/1673-5374.274346>
- Jai, A. N., Kassim, A. B. M., Samad, A. A., Baharuddin, A., Rosman, A., Naidu, B. M., Ying, C. Y., Man, C. S., Siew, C. Y., Pawai, F., Bakar, F. A., Othman, F., Hamid, H. A. A., Gua, H. T., & Zulkifli, Z. A. (2016). National Health And Morbidity Survey 2016 : Maternal And Child Health (MCH). *Kementerian Kesihatan Malaysia*, 2, 276. <http://www.iku.gov.my/images/IKU/Document/REPORT/2016/NHMS2016ReportVolumell-MaternalChildHealthFindingsv2.pdf>

-
- Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S. (2019). Association between Screen Time and Children's Performance on a Developmental Screening Test. *JAMA Pediatrics*, 173(3), 244–250. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2018.5056>
 - Mansor, E., Ahmad, N., Raj, D., Zulkefli, N. A. M., & Shariff, Z. M. (2021). Predictors of parental barriers to reduce excessive child screen time among parents of under-five children in selangor, malaysia: Cross-sectional study. *Journal of Medical Internet Research*, 23(4), 1–13. <https://doi.org/10.2196/25219>
 - Radesky, J. S., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2015). Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 135(1), 1–3. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-2251>
 - Stierman, B., Afful, J., Carroll, M. D., Chen, T., Ph, D., Davy, O., Fink, S., Fryar, C. D., Gu, Q., Ph, D., Hales, C. M., Hughes, J. P., Ostchega, Y., Ph, D., Storandt, R. J., & Akinbami, L. J. (2021). for Selected Health Outcomes. 158.
 - Trosefh, G. L., & Deloache, J. S. (1998). The Medium Can Obscure the Message: Young Children's Understanding of Video. In *Child Development* (Vol. 69, Issue 4).
 - Zimmerman, F. J., & Christakis, D. A. (2005). Children's Television Viewing and Cognitive Outcomes A Longitudinal Analysis of National Data. In *Arch Pediatr Adolesc Med* (Vol. 159).

Dewasa kini, teknologi telah berkembang pesat dan memainkan peranan yang penting dalam kehidupan seharian manusia. Peralatan skrin media kini semakin mudah dimiliki dan mudah dibawa ke mana-mana sahaja. Oleh itu penggunaan skrin media adalah meluas dan digunakan oleh setiap lapisan umur masyarakat. Tidak asing lagi untuk melihat kanak-kanak kecil seawal 6 bulan dan kebawah terdedah kepada skrin media. Hasil-hasil kajian kini semakin jelas menunjukkan bahawa skrin media mempunyai kesan ke atas kesihatan fizikal dan mental, terutama sekali kanak-kanak kecil kurang daripada 2 tahun. Walaubagaimanapun, kesedaran ibu bapa terhadap masalah ini masih rendah dan terdapat 4 jenis pengawasan yang biasa digunakan oleh ibu bapa. Bahagian 2 buku ini menyentuh peranan ibu bapa dalam penyeliaan penggunaan skrin media anak-anak serta menggariskan 6 strategi penggunaan skrin media yang sihat untuk anak-anak.

e ISBN 978-967-19135-5-0



9 78 967 19135 50