

Kesan Nomofobia terhadap Estim Kendiri Murid-murid Berkeperluan Khas

The Effect of Nomophobia on Students with Special Needs' Self-esteem

TANG LAI SHIN & MANISAH MOHD. ALI

ABSTRAK

Kajian tinjauan ini bertujuan mengenalpasti tahap nomofobia dan tahap estim sendiri serta kesan nomofobia terhadap estim sendiri dalam kalangan murid-murid berkeperluan khas di Malaysia. Kebergantungan terhadap telefon pintar telah menyebabkan pelbagai gangguan psikologi, antaranya nomofobia. Nomofobia merupakan ketakutan dan kebimbangan yang dialami oleh seseorang individu semasa ketiadaan telefon pintar. Nomofobia turut dialami oleh murid-murid sekolah menengah, termasuklah murid berkeperluan khas. Bagi mendalami perhubungan ini dari aspek murid berkeperluan khas, soal selidik telah diedarkan kepada 285 orang murid berkeperluan khas. Penganalisisan data terhadap tahap nomofobia dan tahap estim sendiri telah dilaksanakan melalui statistik deskriptif menggunakan nilai min dan sisihan piawai. Statistik inferensi melalui ujian korelasi Spearman rho pula digunakan untuk menganalisis korelasi antara tahap nomofobia dengan tahap estim sendiri. Dapatan kajian menunjukkan murid-murid berkeperluan khas mengalami nomofobia pada tahap sederhana ($M=2.73$, $SP=.412$) dan mempunyai estim sendiri yang tinggi ($M=2.72$, $SP=.266$). Kajian ini mendapati wujud korelasi positif yang signifikan tetapi rendah antara tahap nomofobia dan tahap estim sendiri murid-murid berkeperluan khas ($r_s=.210$, $n=285$, $p<0.05$). Dapatan ini memberi implikasi positif dari segi penggunaan telefon pintar dalam meningkatkan estim sendiri murid-murid berkeperluan khas melalui aplikasi-aplikasi yang menyokong keperluan khas mereka. Aplikasi-aplikasi seperti instant messaging dan media sosial pula dapat menginkludkan mereka dalam masyarakat yang seterusnya menyokong perkembangan estim sendiri yang lebih positif. Penggunaan telefon pintar bawah pemantauan daripada ibu bapa dan komuniti adalah penting agar peranti ini tidak disalahgunakan oleh murid-murid berkeperluan khas.

Kata kunci: Estim sendiri; kesan; murid berkeperluan khas; nomofobia; telefon pintar

ABSTRACT

The purpose of this survey research is to identify the nomophobia level, self-esteem level and the effect of nomophobia on the self-esteem of the students with special needs in Malaysia.. The dependency on smartphones has caused psychological disorders such as nomophobia. Nomophobia is the fear and anxiety experienced by an individual in the absence of a smartphone. Nomophobia is experienced by secondary school students too, including students with special needs. To address this relationship in terms of students with special needs, questionnaires was administered to 285 students with special needs. Data analysis on nomophobia and self-esteem levels was performed through descriptive statistics using mean value and standard deviation. Inferential statistics through Spearman rho correlation test analyses the correlation between nomophobia and self-esteem levels. The findings showed that students with special needs experienced moderate level of nomophobia ($M=2.73$, $SP=.412$) and high self-esteem ($M=2.72$, $SP=.266$). There was significant with low positive correlation between nomophobia and self-esteem levels of students with special needs ($r_s=.210$, $n=285$, $p < 0.05$). These findings have a positive implication on the usage of smartphones to enhance the self-esteem of the students with special needs via assistive applications that support their needs. Applications such as instant messaging and social media help their inclusion into the community and further support the development of more positive self-esteem. The use of smartphones under the supervision of parents and the community is important to ensure that these devices are not misused by these students.

Keywords: Effect; nomophobia; self-esteem; smartphone; students with special needs

PENGENALAN

Remaja pada masa kini merupakan Gen Z yang kebanyakannya mahir menggunakan internet (Shahrul et al. 2019). Kini, kebanyakan daripada

kediaman mempunyai kemudahan internet yang diakses sama ada melalui komputer ataupun gajet seperti tablet dan telefon pintar (Abdul Aziz et al. 2018). Kewujudan gajet-gajet yang dilengkapi dengan akses internet ini turut memudahkan

penggunanya melayari *Facebook*, Instagram, Twitter, blog dan YouTube (Suhaniya & Mohamad 2019). Antara gajet-gajet ini, telefon bimbit atau lebih dikenali sebagai telefon pintar menawarkan harga yang lebih rendah manakala saiznya yang lebih kecil memudahkannya dibawa ke mana-mana. Dengan ini, telefon pintar membolehkan mobiliti dalam mengakses internet tanpa mengira masa dan tempat, sehinggakan telah menjadi satu keperluan hidup (Hazita et al. 2014). Kepelbagaian aplikasi pada telefon pintar seperti membuat panggilan telefon dan penghantaran mesej, serta akses kepada internet, fotografi, audio dan video telah mendominasi kehidupan individu (Park & Lee 2014), termasuklah remaja. Ini terbukti apabila golongan remaja mencatatkan peratusan yang tinggi dari segi penggunaan media sosial dan telefon pintar (Durak 2018). Melalui rangkaian sosial, mereka mendapat informasi melalui *Facebook* dan mesin carian Google, memudahkan interaksi bersama rakan-rakan, berbincang kerja sekolah dan masalah dengan rakan melalui WeChat, membuat pembelian barang secara atas talian, bermain permainan digital serta menonton filem (Thang et al. 2017). Perkhidmatan Rangkaian Sosial menjadi semakin popular dan memainkan peranan yang penting dalam kehidupan mereka (Shahrul et al. 2019; Thang et al. 2017), sehinggakan ketagihan internet telah menjadi masalah yang semakin banyak dialami remaja di Malaysia (Abdul Aziz et al. 2018). Bagaimanapun, kebergantungan terhadap telefon pintar turut menimbulkan pelbagai gangguan psikologi seperti *ringxiety*, takut ketinggalan kepada perkembangan semasa (FoMO) dan nomofobia.

Nomofobia atau dikenali sebagai *Nomophobia* (*NO-MOBile phone-PHOBIA*) dalam Bahasa Inggeris merupakan ketakutan dan kebimbangan yang dialami oleh seseorang individu semasa ketiadaan telefon bimbit atau telefon pintar (Gezgin et al. 2018). Keadaan ini dirasai apabila individu terbabit tidak dapat berkomunikasi, terputus hubungan, tidak dapat mengakses informasi serta tidak dapat menikmati kemudahan yang disediakan dalam telefon pintar (Yildirim & Correia 2015). Ini boleh disebabkan oleh kehabisan bateri, telefon pintar dialihkan daripada mereka atau apa-apa situasi lain (Farooqui, Pore & Gothankar 2018) seperti mengalami kerosakan, tiada litupan rangkaian internet atau mengalami masalah dengan aplikasi dalam peranti tersebut.

Nomofobia banyak dialami oleh remaja sama ada pada peringkat pengajian tinggi (Farooqui,

Pore & Gothankar 2018; Kar et al. 2017) mahupun pada peringkat sekolah menengah. Lebih membimbangkan, nomofobia bukan hanya dialami oleh murid-murid arus perdana di sekolah menengah (Gezgin, Cakir & Yildirim 2018), malahan telah menular dalam kalangan murid-murid berkeperluan khas. Telefon pintar menjadi antara peranti yang banyak diakses oleh murid-murid masalah pembelajaran dan digunakan untuk pelbagai tujuan seperti bermain permainan digital, menonton YouTube, mendengar muzik dan berhubung dengan rakan-rakan melalui media sosial (Agren, Kjellberg & Hemmingsson 2019). Keghairahan murid-murid berkeperluan khas menggunakan telefon pintar tanpa kawalan seterusnya mengundang risiko nomofobia. Peningkatan pada tingkah laku nomofobia boleh memberi kesan negatif kepada pencapaian akademik, motivasi dalam proses pembelajaran dan perhubungan dengan keluarga dan rakan sebaya (Durak 2018). Tambahan pula, perkembangan kemahiran motor dan kemahiran sosial murid-murid berkeperluan khas turut terjejas kerana mereka hanya aktif secara maya dan kurang terlibat dengan persekitaran di dunia realiti.

Individu dengan nomofobia akan mengalami kegelisahan dan peningkatan pada kadar perpeluhan, denyutan jantung, pernafasan serta menggeletar, selain perubahan pada tingkah laku emosi (Farooqui, Pore & Gothankar 2018). Antara perubahan pada tingkah laku emosi pula adalah seperti panik, ketakutan, kebergantungan, kemurungan, penolakan, estim kendiri yang rendah serta kesunyian. Estim kendiri merupakan antara aspek psikologi yang dikaitkan dengan nomofobia. Seseorang yang mempunyai estim kendiri yang rendah didapati cenderung untuk menggunakan telefon bimbit bagi mendapatkan kepastian tentang sesuatu yang dirujuk. Sebaliknya, penggunaan telefon pintar juga dapat meningkatkan estim kendiri dalam konteks tertentu. Walaupun estim kendiri boleh meningkat apabila mereka melihat profil diri yang memaparkan imej diri terbaiknya dalam media sosial, kekerapan memasukkan gambar-gambar terbaik dalam media sosial bagi mendapatkan lebih banyak 'suka' boleh menyebabkan ketagihan (Bharucha 2018). Ini seterusnya menyebabkan mereka sukar untuk berpisah dengan telefon pintar sehingga membawa kepada nomofobia.

Kebanyakan daripada kajian-kajian yang telah dilaksanakan sebelum ini tertumpu kepada hubungan antara aplikasi dalam telefon pintar seperti *Facebook* dengan estim kendiri dan kurang

meneroka kesan yang disebabkan oleh fenomena nomofobia. Justeru, bagi mengisi jurang kajian tersebut, kajian ini dilaksanakan bagi mengenalpasti tahap nomofobia dan tahap estim sendiri murid-murid berkeperluan khas. Selain itu, kajian ini juga bertujuan bagi menganalisis kesan nomofobia terhadap estim sendiri murid-murid berkeperluan khas yang mengikuti aliran sekolah menengah pendidikan khas.

KAJIAN LITERATUR

NOMOFOBIA DAN PENGGUNAAN TELEFON PINTAR

Kebolehan mengakses internet melalui telefon pintar dapat merapatkan jarak komunikasi dan meluaskan rangkaian sosial penggunaannya. Bagi murid-murid sekolah menengah di Malaysia, mereka biasanya menggunakan internet untuk tujuan rangkaian sosial, pencarian maklumat, memuat turun, penghantaran mesej dan permainan digital (Abdul Aziz et al. 2018). Ini menandakan bahawa murid-murid di Malaysia juga semakin terdedah dengan aplikasi-aplikasi dalam telefon pintar. Dapatan kajian Jamilah, Normah & Mohd Nor (2019) terhadap pelajar-pelajar universiti menunjukkan mereka mula menggunakan *Facebook* sejak alam persekolahan, iaitu sebelum memasuki pengajian tinggi. Ini bukanlah sesuatu perkara yang boleh dipandang remeh kerana penggunaan telefon pintar secara keterlaluan dalam kalangan murid-murid boleh menyebabkan kebergantungan terhadap peranti tersebut. Dalam keadaan yang lebih teruk, kekerapan menyemak telefon pintar pada setiap hari boleh menyumbang kepada peningkatan nomofobia dalam kalangan mereka (Gezgin et al. 2018).

Jika diteliti pada kajian-kajian berkaitan nomofobia dalam kalangan remaja, kebanyakan daripada responden mengalami nomofobia pada tahap yang membimbangkan. Kajian terhadap pelajar kolej perubatan yang berumur antara 18 hingga 21 tahun menunjukkan bahawa kebanyakan daripada mereka mengalami nomofobia tahap sederhana (60%), diikuti nomofobia tahap tinggi (22.1%) (Farooqui, Pore & Gothankar 2018). Kajian Kar et al. (2017) yang juga melibatkan pelajar-pelajar perubatan di universiti dengan min umur 21.08 tahun mencatatkan peratusan yang paling tinggi bagi nomofobia tahap sederhana (70.1%) diikuti nomofobia tahap tinggi (21.2%). Kedua-dua kajian ini menunjukkan keseriusan nomofobia

yang dihadapi oleh golongan pelajar. Selain pelajar pengajian tinggi, murid-murid di sekolah menengah turut mengalami nomofobia yang serius. Kajian-kajian lepas menunjukkan kebanyakan daripada murid-murid sekolah menengah juga mengalami nomofobia pada tahap sederhana (Durak 2018; Gezgin, Cakir & Yildirim 2018; Gezgin et al. 2018). Sekiranya mereka yang mengalami nomofobia tahap sederhana tidak diberi intervensi sebaiknya, mereka berkemungkinan besar akan mengalami nomofobia yang lebih teruk.

Walaupun kurang kajian berkaitan nomofobia yang menggunakan responden berkeperluan khas, namun dapatan kajian Agren, Kjellberg & Hemmingsson (2019) menunjukkan bahawa murid-murid masalah pembelajaran banyak menggunakan telefon bimbit untuk tujuan permainan digital berbanding remaja tipikal, manakala bentuk hiburan lain seperti melayari YouTube dan penggunaan media sosial turut mencatatkan peratusan yang tinggi. Kecenderungan mereka menggunakan pelbagai aplikasi telefon pintar seterusnya menyebabkan mereka sukar berenggang dengan peranti ini. Kehilangan, terlupa mahupun tidak dapat mengakses telefon pintar menyebabkan seseorang individu terputus hubungan dengan persekitaran media sosial dan tidak dapat mengikuti perkembangan semasa yang berlaku di sana (Durak 2018). Keseronokan yang dirasai sebelum ini bertukar menjadi kebimbangan akibat tidak dapat menggunakan telefon pintar seperti biasa dan mencetuskan nomofobia.

Jika diteliti melalui setiap subkonstruk bagi nomofobia, remaja khususnya murid-murid sekolah menengah menunjukkan min tertinggi bagi subkonstruk "Tidak dapat berkomunikasi" (Durak 2018; Gezgin, Cakir & Yildirim 2018; Gezgin et al. 2018). Kedua-dua dapatan kajian Durak (2018) dan Gezgin et al. (2018) menunjukkan min kedua tertinggi bagi subkonstruk "Terputus hubungan" manakala kajian Gezgin, Cakir & Yildirim (2018) menunjukkan min kedua tertinggi dalam subkonstruk "Tidak dapat mengakses informasi". Ini membuktikan bahawa perhubungan sosial merupakan faktor utama yang menyebabkan nomofobia dalam kalangan murid-murid sekolah menengah. Melalui media sosial, mereka dapat bersembang, bergosip, mengisi masa lapang serta bermain (Shahrul et al. 2019) bersama-sama rakan sebaya.

Ini berbeza dengan kajian terhadap pelajar universiti yang mencatatkan nilai min yang paling

tinggi bagi subkonstruk “Tidak dapat mengakses maklumat” manakala subkonstruk “Tidak dapat berkomunikasi” hanya mencatatkan nilai min yang kedua tertinggi (Yasan & Yildirim 2018). Ini disebabkan, bagi pelajar universiti yang merupakan golongan terpelajar, pengaksesan maklumat adalah penting dalam menyelesaikan tugas dan menambah pengetahuan. Oleh itu, dapat disimpulkan bahawa nilai min tertinggi dalam sesuatu subkonstruk nomofobia adalah bergantung kepada tujuan penggunaan telefon pintar dan pastinya, dapatan kajian-kajian lepas yang menunjukkan responden-respondennya mengalami nomofobia tahap sederhana memerlukan perhatian serius kerana mereka berisiko untuk meningkat ke tahap yang lebih tinggi.

ESTIM KENDIRI DALAM KALANGAN MURID SEKOLAH

Estim sendiri merupakan satu konsep kognitif dan emosi seseorang tentang diri seorang individu dan bersifat dimesi pelbagai yang melibatkan keupayaan, pencapaian, dan penilaian harga diri (Mazzone et al. 2013). Merujuk kepada Teori Perkembangan Psikososial Erikson, remaja mencari-cari identiti diri pada Tahap Identiti Melawan Kekeliruan Peranan. Mereka berasa rendah diri apabila gagal mengatasi konflik ini sehingga boleh memberi impak negatif terhadap estim kendirinya. Sebaliknya, sokongan yang diberikan pula dapat membantu perkembangan estim sendiri yang lebih positif.

Dalam kajian Abdul Aziz et al. (2018) terhadap murid-murid sekolah menengah, sebahagian besar daripada murid-muridnya, iaitu 64.3% mengalami estim sendiri pada tahap sederhana manakala 18.6% daripadanya mengalami estim sendiri yang tinggi dan 17.1% dengan estim sendiri yang rendah. Peratusan ini menunjukkan bahawa murid-murid sekolah menengah tidak menjurus kepada tahap estim sendiri yang terlalu rendah mahupun terlalu tinggi. Bagi estim sendiri murid-murid berkeperluan khas, terdapat pelbagai faktor yang menyumbang kepada tinggi atau rendahnya estim sendiri mereka. Kekurangan pada diri berpotensi merendahkan estim sendiri mereka. Sebagai contoh, bagi murid Kecelaruhan Hiperaktif Kurang Daya Tumpuan, mereka boleh terpengaruh secara negatif apabila terdedah kepada gangguan pada kehidupan sosial, pencapaian akademik dan perkembangan kemahiran sosial, sehingga menyebabkan estim sendiri yang rendah (Mazzone et al. 2013). Murid kurang upaya pendengaran pula sering berada dalam persekitaran

atau sekolah yang membuatnya berbeza dengan orang lain dan terpaksa berdepan dengan stigma terhadap ketidakupayaannya (Brunnberg 2010). Mereka menghadapi pelbagai cabaran akibat daripada masalah komunikasi yang wujud dalam hubungan sosialnya yang mengakibatkan mereka berasa terasing dan estim sendiri menurun.

Sebaliknya, estim sendiri murid-murid berkeperluan khas boleh meningkat apabila mereka berkembang dalam suasana yang positif yang menyokong keperluan khas mereka. Di sekolah khas, murid-murid menghadiri kelas bersama-sama dengan rakan-rakan berkeperluan khas yang lain. Bagi yang tinggal di asrama, mereka turut bersama-sama menjalani kehidupan seharian. Apabila murid-murid berkeperluan khas berada dalam golongan mereka dan mempunyai persamaan dari segi keperluan khas yang dihadapi, mereka berasa dipunyai dalam konteks sosial dan tidak lagi menghadapi stigma (Brunnberg 2010). Selain pembelajaran dalam kumpulan yang kecil, sekolah khas turut memenuhi keperluan khas melalui sokongan emosi, kemahiran sosial dan estim sendiri (Meynert 2014). Bagi murid-murid yang mempunyai pencapaian yang rendah atau sederhana, mereka lebih bermotivasi ketika belajar bersama-sama rakan yang berkeupayaan rendah atau sederhana kerana pencapaian mereka lebih menonjol dan lebih dipandang tinggi oleh rakan-rakannya (Mekonnen et al. 2016). Oleh itu, sekolah khas mampu memberi sokongan dan persekitaran yang positif sehingga meningkatkan estim sendiri murid-muridnya.

NOMOFOBIA DAN ESTIM KENDIRI

Remaja cenderung untuk menggunakan telefon pintar bagi tujuan perhubungan sosial dalam membina personaliti diri sehingga menyebabkan penggunaan telefon pintar secara keterlaluan (Gezgin, Cakir & Yildirim 2018). Media sosial seperti Twitter, Facebook, WhatsApp, MySpace, Viber, LinkedIn dan YouTube bagaikan sebahagian daripada kehidupan mereka (Shahrul et al. 2019). Kajian Abdul Aziz et al. (2018) yang dilaksanakan di Malaysia mendapati median bagi jumlah masa yang dihabiskan atas talian oleh murid-murid sekolah menengah adalah tiga jam semasa waktu persekolahan dan lima jam pada hujung minggu. Bagi murid-murid berkeperluan khas, keadaan ini tidak banyak bezanya kerana telefon pintar juga memainkan peranan yang penting dalam kehidupan mereka.

Murid-murid berkeperluan khas yang mempunyai estim sendiri yang rendah adalah kurang bermotivasi untuk berinteraksi secara bersemuka serta sentiasa bergantung kepada orang lain untuk mencari kepastian. Akibatnya, mereka bergantung kepada telefon pintar sebagai perantara dalam berkomunikasi, sehingga boleh menimbulkan nomofobia. Ini dapat dilihat melalui dapatan yang menunjukkan responden dengan ketagihan yang tinggi terhadap telefon pintar seperti untuk tujuan berbual-bual dan mengikuti trend semasa, mempunyai estim sendiri yang rendah (Park & Lee 2014). Dapatan kajian Argumosa-Villar, Boada-Grau & Vigil-Colet (2017) juga menunjukkan korelasi negatif antara estim sendiri dan nomofobia. Apabila estim sendiri rendah, tahap nomofobia didapati semakin meningkat.

Terdapat kajian lain yang menunjukkan wujud korelasi positif antara nomofobia dan estim sendiri (Burhanettin, Cakir & Irshad 2018). Kajian Zhao et al. (2017) mendapati kumpulan responden dengan ketagihan internet mempunyai estim sendiri implisit yang lebih tinggi berbanding kumpulan kawalan. Ini disebabkan oleh mekanisme pertahanan diri seseorang individu dalam melindungi dirinya daripada emosi negatif yang dialami. Selain itu, konsep sendiri sosial adalah berdasarkan kepada populariti bersama rakan sebaya dan rangkaian persahabatan. Populariti boleh diperolehi melalui pelbagai aplikasi media sosial seperti *Facebook* dan *Instagram* yang membolehkan murid-murid membina rangkaian sosial bersama rakan-rakan atas talian. Sesetengah individu gemar memuat naik paparan dalam media sosialnya supaya mereka kekal popular dalam kalangan rakan-rakan dan ini meningkatkan estim sendiri mereka (Bharucha 2018). Pemilihan gambar untuk dimasukkan dalam media sosial seperti *Facebook* dapat memaparkan identiti seseorang individu seperti yang diingini dan mengkonstruksi identiti dalam talian, seterusnya membolehkan penilaian dari segi penerimaan identitinya dalam alam maya (Jamilah, Normah &

Mohd Nor 2019). Maklum balas daripada rakan-rakan atas talian dan jumlah 'suka' yang diperolehi dalam media sosial memberi impak yang mendalam terhadap estim sendiri remaja (Bharucha 2018), termasuklah murid-murid berkeperluan khas.

Walau bagaimanapun, di sebalik percanggahan dapatan-dapatan kajian-kajian sebelumnya, dapatan kajian Abdul Aziz et al. (2018) pula menunjukkan tidak wujud hubungan yang signifikan antara estim sendiri dengan ketagihan internet. Hubungan yang tidak signifikan ini mungkin disebabkan oleh saiz sampel yang kecil, iaitu 199 orang murid. Bagaimanapun, lebih banyak kajian berkaitan korelasi antara nomofobia dan estim sendiri perlu dilaksanakan bagi mendapat gambaran dengan lebih menyeluruh tentang perhubungan ini.

METODOLOGI KAJIAN

REKA BENTUK KAJIAN

Kajian tinjauan ini menggunakan kaedah kuantitatif bagi menghuraikan ciri-ciri populasi kajian, iaitu murid-murid yang berada di sekolah menengah pendidikan khas dari aspek tahap nomofobia, tahap estim sendiri serta kesan nomofobia terhadap estim sendiri mereka. Kebenaran daripada Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan (BPPDP), Bahagian Pendidikan Khas (BPKhas) dan pentadbir-pentadbir sekolah telah diperolehi sebelum kajian ini dilaksanakan. Soal selidik diedarkan kepada 285 orang murid di empat buah sekolah menengah pendidikan khas yang dipilih melalui kaedah persampelan rawak kluster. Sampel kajian yang dipilih mempunyai ciri-ciri yang sama, iaitu berumur 15 tahun dan ke atas serta merupakan penghuni asrama. Para responden adalah terdiri daripada lima kategori kurang upaya, dengan murid kategori masalah pembelajaran mencatatkan peratusan tertinggi (61.1%), seperti yang dipaparkan dalam Jadual 1.

JADUAL 1. Kategori Kurang Upaya Responden

Kategori kurang upaya	Frekuensi (f)	Peratus (%)
Masalah pembelajaran	174	61.1
Kurang upaya pendengaran	72	25.3
Kurang upaya penglihatan	36	12.6
Kurang upaya pertuturan	2	0.7
Kurang upaya fizikal	1	0.4
Jumlah	285	100

INSTRUMEN KAJIAN

Instrumen soal selidik bagi mengukur tahap nomofobia telah diadaptasi daripada *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) dalam kajian Yildirim & Correia (2015). Tahap estim kendiri pula diukur melalui instrumen soal selidik yang telah diadaptasi daripada *The Rosenberg Self-Esteem Scale* (Rosenberg 1965) dan *Self-Liking/Self-Competence Scale-Revised Version (SLCS-R)* (Tafarodi & Swann 2001). Instrumen soal selidik terbahagi kepada tiga bahagian, iaitu Bahagian A berkaitan demografi responden, Bahagian B yang mengukur tahap nomofobia dan Bahagian C yang mengukur tahap

estim kendiri. Bahagian B terdiri daripada empat subkonstruk manakala Bahagian C mempunyai dua subkonstruk, dengan setiap subkonstruk mempunyai lapan item. Kedua-dua bahagian ini menggunakan Skala Likert dengan empat pemeringkatan.

Kesahan instrumen telah ditentukan oleh empat orang pakar dalam pendidikan khas. Seramai 30 orang murid dari sebuah sekolah menengah pendidikan khas dipilih dalam pelaksanaan ujian rintis. Hasilnya, instrumen ini menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* $\alpha=.922$, iaitu kebolehpercayaannya adalah tinggi kerana berada antara nilai pekali *Cronbach's Alpha* $\alpha = .65$ hingga $.95$ (Ghazali & Sufean 2018), seperti yang dipaparkan pada Jadual 2.

JADUAL 2. Kebolehpercayaan bagi Setiap Subkonstruk dalam Instrumen Kajian

Konstruk	Subkonstruk	Nilai <i>Cronbach's Alpha</i>
Tahap nomofobia	Tidak dapat mengakses maklumat	.638
	Tidak dapat menikmati kemudahan yang disediakan dalam telefon pintar	.648
	Tidak dapat berkomunikasi	.840
	Terputus hubungan	.867
Tahap estim kendiri	Kesukaan pada diri sendiri (<i>self-liking</i>)	.760
	Kompeten diri (<i>self-competence</i>)	.654
	Keseluruhan	.922

Data kajian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensi. Statistik deskriptif digunakan untuk menghuraikan ciri-ciri pembolehubah melalui min skor dan sisihan piawai (Ghazali & Sufean 2018) bagi tahap nomofobia serta tahap estim kendiri. Nomofobia terbahagi kepada empat tahap, iaitu “Tiada nomofobia”, “Tahap rendah”, “Tahap sederhana” dan “Tahap tinggi”, seperti dalam Jadual 3. Estim kendiri pula terbahagi kepada dua tahap, iaitu “Tahap rendah” dan “Tahap tinggi”, seperti yang dipaparkan dalam Jadual 4.

JADUAL 3. Nilai Min bagi Mengukur Tahap Nomofobia

Nilai Min	Interpretasi
1.00	Tiada Nomofobia
1.01 – 2.00	Rendah
2.01 – 3.00	Sederhana
3.01 – 4.00	Tinggi

JADUAL 4. Nilai Min bagi Mengukur Tahap Estim Kendiri

Nilai Min	Interpretasi
1.00 – 2.50	Rendah
2.51 – 4.00	Tinggi

Statistik Inferensi melalui ujian korelasi Spearman rho digunakan untuk menganalisis korelasi antara tahap nomofobia dan tahap estim kendiri. Tafsiran bagi nilai pekali korelasi (r) adalah seperti yang dipaparkan dalam Jadual 5.

JADUAL 5. Nilai Pekali Koefisien Korelasi ‘r’

Nilai Pekali Korelasi (r)	Tafsiran Pekali
0.01 – 0.09	Boleh Diabaikan
0.10 – 0.29	Rendah
0.30 – 0.49	Sederhana
0.50 – 0.69	Kukuh
0.70 – 0.99	Sangat Tinggi
1.00	Sempurna

Sumber: Davies (1971) dalam Ghazali & Sufean (2018)

DAPATAN KAJIAN DAN PERBINCANGAN

TAHAP NOMOFOBIA

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini menunjukkan tahap nomofobia responden adalah pada tahap yang sederhana (M=2.73, SP=.412), seperti yang dipaparkan pada Jadual 6. Perbandingan

antara keempat-empat subkonstruk nomofobia menunjukkan bahawa subkonstruk “Tidak dapat berkomunikasi” mencatatkan nilai min yang paling tinggi (M=2.94, SP=.564) dengan sisihan piawainya juga tinggi. Ini menunjukkan serakan data-datanya daripada min adalah luas. Subkonstruk “Tidak dapat menikmati kemudahan yang disediakan dalam

telefon pintar” (M=2.69, SP=.477) dan subkonstruk “Tidak dapat mengakses maklumat” (M=2.65, SP=.454) menunjukkan nilai min yang sederhana tetapi sisihan piawainya lebih rendah. Subkonstruk “Terputus hubungan” menunjukkan nilai min yang paling rendah (M=2.63, SP=.577).

JADUAL 6. Hasil Analisis Keseluruhan bagi Setiap Subkonstruk dalam Konstruk Tahap Nomofobia

Subkonstruk	Min (M)	Sisihan piawai (SP)	Tahap nomofobia
Tidak dapat mengakses maklumat	2.65	.454	Sederhana
Tidak dapat menikmati kemudahan yang disediakan dalam telefon pintar	2.69	.477	Sederhana
Tidak dapat berkomunikasi	2.94	.564	Sederhana
Terputus hubungan	2.63	.577	Sederhana
Keseluruhan	2.73	.412	Sederhana

Sama dengan kebanyakan daripada kajian-kajian yang melibatkan pelajar di institusi pengajian tinggi (Farooqui, Pore & Gothankar 2018; Kar et al. 2017) dan murid-murid sekolah menengah (Durak 2018; Gezgin, Cakir & Yildirim 2018; Gezgin et al. 2018), dapatan kajian ini juga menunjukkan bahawa kebanyakan daripada responden mengalami nomofobia pada tahap sederhana. Ini memberi petunjuk bahawa ketidakupayaan yang dialami bukan sahaja tidak menghalang murid-murid berkeperluan khas daripada meneroka telefon pintar, sebaliknya telah mengakibatkan mereka bergantung kepada peranti ini sehingga menyebabkan nomofobia. Murid-murid berkeperluan khas ini menghabiskan kebanyakan masanya bersama rakan-rakan di asrama semasa sesi persekolahan. Apabila mereka pulang ke rumah masing-masing semasa cuti sekolah, salah satu cara untuk mereka terus berhubung dengan rakan-rakan mereka yang berada di lokasi yang berlainan adalah melalui telefon pintar. Mereka yang lebih cenderung untuk menyertai rangkaian sosial seperti media sosial dan mobiliti dalam pengaksesan internet (Hazita et al. 2014) akan menjadikan telefon pintar sebagai pilihan utama mereka untuk berinteraksi dengan rakan-rakan. Tambahan pula, pada peringkat keremajaan, mereka banyak menghabiskan masa bersama rakan-rakan yang dianggap lebih memahami diri mereka. Peningkatan tempoh masa penggunaan internet dalam kalangan remaja menunjukkan bahawa mereka turut menggunakannya untuk mengadu dan mendedahkan hal peribadi secara atas talian (Abdul Aziz et al. 2018). Telefon pintar memberi kelebihan kepada mereka untuk membalas tanpa mengira masa dan tempat (Suhaniya & Mohamad 2019). Tanpa kehadiran telefon pintar bersama mereka boleh

menyebabkan kebimbangan kerana murid-murid ini tidak dapat meneruskan interaksi bersama rakan-rakan dan mengakibatkan berlakunya nomofobia. Namun begitu, apabila murid-murid berkeperluan khas kembali ke asrama, interaksi secara maya berubah kepada interaksi secara bersemuka dan mereka tidak lagi perlu bergantung kepada telefon pintar untuk berkomunikasi dengan rakan-rakan. Tambahan pula, terdapat asrama yang menetapkan larangan penggunaan telefon pintar. Ini menjadi salah satu faktor yang mengekang mereka daripada mengalami nomofobia pada tahap yang lebih tinggi.

Dalam pada itu, dapatan kajian ini dan kajian-kajian lain yang melibatkan remaja khususnya murid sekolah menengah menunjukkan bahawa subkonstruk “Tidak dapat berkomunikasi” didapati mempunyai nilai min yang paling tinggi berbanding tiga subkonstruk nomofobia yang lain (Durak 2018; Gezgin, Cakir & Yildirim 2018; Gezgin et al. 2018). Melalui aplikasi-aplikasi dalam telefon pintar yang boleh dicapai melalui akses internet, murid-murid boleh memilih untuk berinteraksi secara atas talian tanpa bersemuka. Rangkaian sosial, misalnya dapat membantu murid-murid berhubung dengan rakan-rakan dan ahli keluarga pada sepanjang masa (Thang et al. 2017). Ini juga dapat dilihat melalui dapatan kajian Hazita et al. (2014) yang menunjukkan bahawa lebih daripada 70% daripada responden-responden menggunakan aplikasi-aplikasi dalam telefon pintar seperti media sosial (*Facebook/Twitter*), penghantaran mesej (*WhatsApp/Viber/Skype*) dan aplikasi mobil daripada *Play Store* atau *App Store*. Ini jelas membuktikan bahawa komunikasi menjadi salah satu tujuan utama penggunaan telefon pintar sehingga boleh menimbulkan kegelisahan dalam kalangan murid-murid berkeperluan khas ketika

ketiadaan peranti ini. Selain itu, kelebihanannya dalam menyembunyikan identiti diri pengguna semasa berkomunikasi memberi ruang kepada remaja untuk berkongsi hal peribadi (Abdul Aziz et al. 2018). Begitu juga dengan murid-murid berkeperluan khas yang berasa lebih bebas untuk melontarkan pemikiran masing-masing dan meluahkan masalahnya secara atas talian tanpa perlu mengkhawatiri bahawa rakan-rakan dalam dunia realitinya akan mengetahui tentang hal diri dan diejek. Komunikasi juga menjadi lebih mudah bagi mereka berinteraksi dengan rakan-rakan dunia realiti secara atas talian dan meluahkan pemikirannya yang sukar dilakukan secara bersemuka.

Selain untuk tujuan bersosial dan berkongsi masalah, rangkaian sosial turut membolehkan murid-murid menambah pengetahuan serta berbincang kerja sekolah dengan rakan-rakan (Thang et al. 2017). Dalam dapatan kajian Yasan & Yildirim (2018) yang melibatkan pelajar universiti pula, subkonstruk “Tidak dapat berkomunikasi” hanya menunjukkan nilai min kedua tertinggi selepas subkonstruk “Tidak dapat mengakses maklumat”. Perbezaan ini wujud disebabkan pelajar-pelajar universiti merupakan golongan terpelajar yang banyak menggunakan telefon pintar untuk membantu mereka dalam pembelajaran. Bagi murid-murid sekolah menengah dan murid berkeperluan khas, penggunaan utama telefon pintar masih belum menjurus ke arah pembelajaran sepenuhnya. Tambahan pula, pemikiran mereka yang belum matang menyebabkan penggunaan telefon pintar untuk tujuan berkomunikasi dan bersantai menjadi keutamaan mereka. Namun begitu, penggunaan untuk tujuan sedemikian perlu dipantau supaya tidak membawa kesan negatif kepada murid-murid ini. Antaranya, penggunaan rangkaian sosial boleh menyebabkan gangguan sehingga menjejaskan pembelajaran mereka (Thang et al. 2017).

Murid-murid berkeperluan khas mengambil masa yang lebih lama untuk menguasai sesuatu yang baru disebabkan oleh cabaran ketidakupayaan mereka. Dengan reka bentuk telefon pintar yang mesra pengguna, sesiapa sahaja dengan pengetahuan teknologi yang terhad juga dapat menggunakannya dengan mudah (Hazita et al. 2014). Ini memberi kelebihan kepada murid-murid berkeperluan khas untuk menggunakan telefon pintar tanpa kesukaran. Selain itu, murid-murid berkeperluan khas juga terdorong untuk menggunakan aktiviti internet berasaskan gambar dan audio, berbanding dalam bentuk teks disebabkan ketidakupayaan

mereka seperti mengalami kognitif terbatas (Agren, Kjellberg & Hemmingsson 2019), kurang upaya pendengaran dan kurang upaya penglihatan. Justeru itu, murid-murid berkeperluan khas lebih berminat menggunakan rangkaian sosial dalam telefon pintar kerana wujud elemen-elemen yang memenuhi keperluan khas mereka, misalnya penggunaan lebih banyak grafik dan emotikon yang sesuai untuk murid-murid masalah pembelajaran, kurang upaya pendengaran dan kurang upaya pertuturan. Individu kurang upaya pendengaran boleh membuat panggilan video atau berkomunikasi melalui teks berserta sokongan imej apabila menggunakan telefon pintar (Souza & Amorim 2019). Elemen audio seperti mesej suara dan perkongsian video-video melalui *instant messaging* dan media sosial turut membolehkan murid-murid kurang upaya penglihatan mengaksesnya. Melalui media sosial, misalnya, aktiviti-aktiviti seperti status, video atau gambar boleh dikongsi (Shahrul et al. 2019) bagi menggantikan penggunaan teks yang panjang.

Penggunaan telefon pintar melalui *instant messaging* membolehkan individu kurang upaya pendengaran diinkluskikan dalam kehidupan sosial (Souza & Amorim 2019) selain membolehkan berlakunya interaksi bersama rakan-rakan yang kurang mahir berbahasa isyarat. Bahasa isyarat merupakan bahasa utama mereka dalam berkomunikasi (Naimie et al. 2020). Namun begitu, komunikasi tidak berlangsung dengan lancar disebabkan murid-murid tipikal tidak memahami bahasa isyarat dan penguasaan bahasa murid kurang upaya pendengaran yang terbatas. Sesetengah individu kurang upaya pendengaran juga mengalami kesukaran dalam membaca dan lambat mengeja (Naimie et al. 2020). Apabila *instant messaging* menjadi perantara mereka, masalah ini dapat diatasi kerana mereka boleh berkomunikasi secara maya, dan sekiranya berlaku masalah dalam penyampaian sesuatu maklumat, mereka boleh memuat naik gambar-gambar atau video-video bagi memberi penjelasan selanjutnya. Selain itu, mereka juga boleh mendapatkan nasihat dan sokongan melalui telefon pintar kerana penyampaian dan perkongsian masalah mereka dapat berlaku dengan lebih efektif melaluinya. Menurut Abdul Aziz et al. (2018), remaja dengan simptom kemurungan dan kegelisahan didapati cenderung untuk mendapatkan sokongan emosi secara atas talian. Apabila penggunaan telefon pintar untuk tujuan komunikasi dan bersosial telah menjadi sebahagian daripada rutin harian, mereka berisiko untuk mengalami nomofobia.

TAHAP ESTIM KENDIRI

Murid-murid sekolah menengah pendidikan khas mempunyai tahap estim sendiri yang tinggi ($M=2.72$, $SP=.266$). Kedua-dua subkonstruk, iaitu “Kesukaan pada diri sendiri” ($M=3.03$, $SP=.474$)

dan “Kompeten diri” ($M=2.90$, $SP=.438$) turut memaparkan tahap estim sendiri yang tinggi. Dari segi serakan data dari min, subkonstruk “Kesukaan pada diri sendiri” mempunyai sisihan piawai yang lebih tinggi. Hasil analisis bagi tahap estim sendiri adalah seperti yang ditunjukkan pada Jadual 7.

JADUAL 7. Hasil Analisis Keseluruhan bagi Setiap Subkonstruk bagi Konstruk Tahap Estim Kendiri

Subkonstruk	Min (M)	Sisihan Piawai (SP)	Tahap Estim Kendiri
Kesukaan pada diri sendiri	3.03	.474	Tinggi
Kompeten diri	2.90	.438	Tinggi
Keseluruhan	2.72	.266	Tinggi

Ketidakupayaan yang dimiliki menyebabkan murid berkeperluan khas mengalami kekangan dalam kemahiran bersosial dan pencapaian akademik sehingga menyebabkan estim sendiri yang rendah (Mazzone et al. 2013). Keadaan bertambah teruk sekiranya murid-murid berkeperluan khas disingkirkan oleh rakan-rakan tipikal, ahli keluarga atau menjadi mangsa buli. Tanpa sokongan daripada persekitaran, estim sendiri mereka akan menjadi semakin negatif.

Sebaliknya, dapatan kajian ini mencatatkan tahap estim sendiri yang tinggi dalam kalangan murid-murid sekolah menengah pendidikan khas. Ini menunjukkan berlaku perubahan pada perkembangan estim sendiri ke arah yang lebih positif dalam kalangan responden kajian ini walaupun mereka mengalami konflik emosi dalam Tahap Identiti Melawan Kekeliruan Peranan. Ini disebabkan responden-responden merupakan penghuni asrama di sekolah khas. Mereka menerima sokongan melalui persekitaran sekolah khas yang memenuhi keperluan mereka serta membuatkan mereka berasa terlindung dari segi emosi, yang seterusnya dapat meningkatkan estim sendiri (Meynert 2014). Sebagai contoh, dalam kajian Brunnberg (2010), estim sendiri bagi 11 orang murid kurang upaya pendengaran didapati meningkat setelah berpindah ke sekolah khas kerana mereka tidak lagi berasa terpinggir (Brunnberg 2010). 13 daripada respondennya pula tidak menunjukkan perubahan terhadap estim sendiri manakala hanya 5 orang daripada mereka yang mengalami estim sendiri yang lebih teruk setelah berpindah ke sekolah khas. Secara keseluruhannya, ini menunjukkan lebih ramai murid kurang upaya pendengaran dalam kajian tersebut yang menunjukkan perkembangan estim sendiri yang lebih tinggi berbanding estim sendiri yang lebih rendah apabila berpindah ke sekolah khas. Di sekolah khas, kebanyakan daripada

murid-murid dapat menggunakan bahasa isyarat dan tidak timbul masalah komunikasi. Ketidakupayaan yang dialami tidak lagi menjadi halangan kepada murid-murid kurang upaya pendengaran untuk diterima dalam kalangan rakan-rakan di sekolah. Selain itu, mereka juga tidak berasa malu dengan ketidakupayaan yang dialami apabila bersama rakan-rakan berkeperluan khas yang lain.

Dari aspek pencapaian, murid-murid turut berpeluang menonjolkan kebolehan diri apabila bersama rakan-rakan yang mempunyai keupayaan yang hampir sama (Mekonnen et al. 2016). Peluang untuk mereka memenangi sesuatu pertandingan atau kejohanan sukan juga adalah lebih cerah kerana mereka bertanding dalam kumpulan yang lebih kecil. Begitu juga dengan pencapaian akademik. Jika di sekolah aliran perdana, mereka perlu bersaing dengan rakan-rakan tipikal yang lain. Pada masa yang sama mereka perlu berusaha berkali ganda berbanding rakan-rakan tipikal yang lain disebabkan ketidakupayaan yang dihadapi. Sebagai contoh, murid-murid kurang upaya penglihatan mengambil masa yang lebih lama untuk membaca tulisan bercetak atau tulisan Braille dan mengenalpasti sesuatu gambar rajah berbanding rakan-rakan tipikalnya. Begitu juga dengan murid-murid disleksia dan masalah pembelajaran yang tidak dapat membaca sepantas rakan sebaya tipikal yang lain. Pelbagai cabaran yang terpaksa dihadapi semasa bersaing dengan rakan-rakan tipikal boleh mengurangkan keyakinan diri. Misalnya, estim sendiri murid-murid masalah pembelajaran di sekolah khas didapati lebih tinggi berbanding di aliran perdana disebabkan mereka berasa tidak kompeten dengan rakan-rakan tipikal yang lain akibat kegagalan berulang-kali di aliran perdana (Ntshangase, Mdikana & Cronk 2008). Oleh itu, dapatan kajian ini memperlihatkan tentang potensi murid-murid berkeperluan khas membina estim

kendiri yang lebih positif apabila berada dalam golongan mereka dan menerima sokongan bagi memenuhi keperluan khas masing-masing.

NOMOFOBIA DAN ESTIM KENDIRI

Ujian korelasi Spearman rho mencatatkan korelasi positif yang signifikan tetapi rendah antara tahap nomofobia dan tahap estim sendiri dalam kalangan

murid sekolah menengah pendidikan khas ($r_s = .210$, $n = 285$, $p < 0.05$), seperti yang dipaparkan pada Jadual 8. Berdasarkan kepada dapatan kajian ini, peningkatan terhadap tahap nomofobia dalam kalangan murid-murid berkeperluan khas menunjukkan sedikit peningkatan pada tahap estim sendiri. Sebaliknya, peningkatan tahap estim sendiri turut menunjukkan peningkatan yang sedikit pada tahap nomofobia.

JADUAL 8. Hasil Analisis bagi Hubungan antara Tahap Nomofobia dan Tahap Estim Kendiri

			Tahap Nomofobia	Tahap Estim Kendiri
Spearman's rho	Tahap nomofobia	Koefisien	1.000	.210**
		Korelasi		
	Sig. (2-tailed)	.	.000	
	N	285	285	
Tahap estim sendiri	Koefisien	Korelasi		
		Sig. (2-tailed)		
	N			

** Korelasi adalah signifikan pada tahap 0.05 (2-tailed).

Berbeza dengan kebanyakan kajian-kajian lain (Argumosa-Villar, Boada-Grau & Vigil-Colet 2017; Park & Lee 2014), kajian ini menunjukkan tahap nomofobia yang dialami murid-murid di sekolah menengah pendidikan khas memberi kesan positif terhadap estim sendiri mereka. Walaupun tidak banyak kajian yang menunjukkan dapatan yang serupa, kajian Burhanettin, Cakir & Irshad (2018) membuktikan kewujudan korelasi yang positif antara nomofobia dan estim sendiri. Meskipun korelasi dalam kajian ini adalah rendah, tetapi dapatan ini adalah penting dalam menjelaskan bahawa nomofobia tidak seharusnya dilihat dari sudut negatif sahaja. Faktor positif yang menyebabkan kebergantungan murid-murid berkeperluan khas terhadap telefon pintar sehingga meningkatkan estim sendiri mereka perlu diteliti.

Media sosial menyediakan ruang untuk mengintegrasikan murid-murid berkeperluan khas dalam sosial dan bebas daripada stigma terhadap ketidakupayaan mereka. Laman rangkaian sosial merupakan salah satu aktiviti yang digemari remaja (Shahrul et al. 2019), sama ada murid-murid tipikal mahupun murid-murid berkeperluan khas. Ini menyediakan satu platform umum untuk mereka berinteraksi dalam media sosial yang sama, misalnya melalui *Facebook*. Melalui media sosial ini, mereka dapat berinteraksi dengan saudara-mara serta rakan-rakan yang mempunyai pemikiran yang sama (Shahrul et al. 2019). Ini menjadi titik penghubung

bagi menggalakkan dan mengintegrasikan murid-murid ini dengan komunitinya. Bagi murid-murid yang kurang keyakinan diri pula, mereka memuat naik gambar-gambar dalam rangkaian sosial bagi mendapatkan jumlah 'suka' (Thang et al. 2017) dan mengkonstruksi identiti dalam talian mengikut acuan yang mereka mahukan untuk paparan umum (Jamilah, Normah & Mohd Nor 2019). Apabila lebih ramai yang mengunjungi profil dirinya, keyakinan diri bertambah (Jamilah, Normah & Mohd Nor 2019) manakala komen positif dan jumlah 'suka' yang diperoleh dalam paparan media sosial dapat meningkatkan estim sendiri (Bharucha 2018). Dalam masa yang sama, mereka terdorong untuk menyemak telefon pintar dengan lebih kerap bagi melihat jumlah respons terkini yang diperoleh pada status atau gambar yang mereka muat naik dalam media sosial. Tindakan mereka akan mencetuskan kegelisahan dan kebimbangan apabila telefon pintar tidak bersama mereka.

Murid-murid berkeperluan khas kurang berkeyakinan dalam komunikasi disebabkan ketidakupayaan yang dialami dan bimbang diketawakan oleh rakan-rakan. Mereka juga berhadapan dengan stigma terhadap ketidakupayaannya (Brunnberg 2010). Telefon pintar telah menyediakan alternatif lain untuk murid-murid yang kurang keyakinan dalam berkomunikasi secara bersemuka (Gezgin, Cakir & Yildirim 2018), iaitu melalui penghantaran mesej

sama ada mesej teks mahupun mesej suara. Murid-murid berkeperluan khas mendapat kesamarataan semasa berinteraksi dalam rangkaian sosial. Tiada lagi masalah komunikasi akibat perbezaan medium berinteraksi antara murid kurang upaya pendengaran dan murid tipikal. Bagi murid-murid masalah pembelajaran, penggunaan *instant messaging* dan media sosial dalam telefon pintar juga memberi masa kepada mereka untuk berfikir dan memberi respon dalam sesuatu perbualan, berbanding dengan komunikasi bersemuka. Oleh itu, aplikasi dalam telefon pintar seperti WhatsApp, WeChat dan Telegram dapat mengatasi kekangan yang dialami oleh murid-murid berkeperluan khas ini. Mereka mempunyai lebih banyak kawalan ke atas komunikasi sosial melalui internet tanpa perlu mendedahkan identiti sebenar atau penampilan fizikalnya (Abdul Aziz et al. 2018). Murid-murid ini juga berasa lebih terlindung di sebalik skrin telefon pintar yang seterusnya meningkatkan estim sendiri tetapi penggunaan secara keterlaluan turut menyebabkan mereka mengalami nomofobia dan ketagihan terhadap telefon pintar.

Jika dilihat dari segi hubungan antara tahap nomofobia dan tahap estim sendiri murid-murid berkeperluan khas dalam kajian ini, korelasinya adalah rendah. Apabila murid-murid berkeperluan khas bersama rakan-rakan atau ahli keluarga yang tipikal, ada masanya mereka berasa terasing disebabkan ketidakupayaan yang dialami, misalnya murid kurang upaya pendengaran sukar berkomunikasi dengan persekitaran mereka. Kesunyian yang dirasai menyebabkan mereka beralih daripada dunia fizikal, menjarakkan diri daripada persekitaran sosial serta pengurangan komunikasi bersama ahli keluarga (Durak 2018). Mereka turut mengadu dan mendedahkan hal peribadi secara atas talian (Abdul Aziz et al. 2018) sekiranya tiada tempat untuk berkongsi masalah di rumah, yang menyebabkan berlakunya nomofobia. Bagaimanapun, sekembalinya murid-murid berkeperluankhas ke asrama sekolah, persekitarannya berubah. Mereka menerima sokongan sosio emosi yang dapat meningkatkan estim sendiri dari rakan sebaya yang mempunyai minat dan orientasi yang sama (Manisah & Norfaziha 2018). Pada masa ini, mereka tidak lagi perlu bergantung kepada telefon pintar untuk berinteraksi dan berkongsi masalah kerana mereka dikelilingi oleh rakan-rakan yang mampu menggantikan peranan telefon pintar dalam memberi sokongan, yang seterusnya mengurangkan nomofobia dan kebergantungan mereka terhadap

telefon pintar. Tambahan pula, telefon pintar tidak boleh digunakan di asrama sekolah tanpa mendapat kebenaran pihak pengurusan asrama, yang memaksa mereka untuk berpisah dengan telefon pintar sepanjang sesi persekolahan. Bagi mengurangkan nomofobia, Gezgin et al. (2018) telah mencadangkan agar remaja terlibat dalam aktiviti-aktiviti seperti bersukan dan bersosial dalam dunia realiti supaya mereka dapat menjauhi daripada telefon pintar. Oleh itu, suasana di asrama sekolah menengah pendidikan khas menyokong cadangan tersebut dalam mengurangkan tahap nomofobia dan pada masa yang sama, membantu perkembangan estim sendiri yang lebih positif. Ini seterusnya menyumbang kepada korelasi yang rendah antara tahap nomofobia dan tahap estim sendiri mereka.

KESIMPULAN

Secara keseluruhannya, dapatan kajian ini menunjukkan nomofobia murid-murid di sekolah menengah pendidikan khas berada pada tahap sederhana dengan subkonstruk "Tidak dapat berkomunikasi" mencatatkan nilai min yang paling tinggi. Dapatan kajian ini membuktikan kepentingan peranan telefon pintar sebagai perantara dalam membantu murid-murid berkeperluan khas berinteraksi dengan masyarakat. Oleh itu, penyelidikan selanjutnya boleh dilakukan bagi mengenalpasti peranan yang dimainkan oleh telefon pintar sebagai teknologi bantu dalam membantu kehidupan sosial dan akademik murid-murid berkeperluan khas sehingga menyebabkan mereka mengalami nomofobia. Selain itu, pendekatan kualitatif boleh dilaksanakan bagi mendalami faktor-faktor yang membawa kepada nomofobia dalam kalangan murid-murid berkeperluan khas supaya mereka boleh dibantu dan dibebaskan daripada nomofobia.

Dari aspek estim sendiri, murid-murid sekolah menengah pendidikan khas mengalami estim sendiri yang tinggi. Ini merupakan satu penemuan baru yang berbeza dengan dapatan-dapatan kajian sebelumnya. Jenis program pendidikan khas menjadi antara faktor kepada perbezaan dapatan ini. Oleh itu, bagi meneliti pengaruh faktor ini terhadap estim sendiri mereka, penyelidikan akan datang boleh membandingkan tahap estim sendiri murid-murid berkeperluan khas dari aspek jenis program pendidikan khas, iaitu Program Pendidikan Inklusif (PPI), Program Pendidikan Khas Integrasi (PPKI) dan Sekolah Pendidikan Khas (SPK).

Nomofobia didapati memberi kesan yang positif terhadap estim sendiri, yakni tahap nomofobia mempunyai korelasi yang positif tetapi lemah dengan tahap estim sendiri. Dapatan ini turut memaparkan perbezaan dengan kebanyakan dapatan-dapatan lain yang menunjukkan ketagihan telefon pintar, ketagihan internet atau nomofobia mencatatkan perhubungan yang negatif. Faktor-faktor kebergantungan murid-murid berkeperluan khas terhadap telefon pintar yang menyumbang kepada peningkatan estim sendiri mereka perlu diteliti dalam kajian akan datang supaya kita dapat mengenalpasti aspek positif dan aspek negatif dalam penggunaan telefon pintar terhadap estim sendiri murid-murid. Seterusnya, aspek positif ini boleh digunakan sebagai intervensi dalam meningkatkan estim sendiri murid-murid berkeperluan khas.

Natijahnya, penggunaan telefon pintar dalam kalangan murid-murid berkeperluan khas perlu dikawal supaya tidak memudaratkan mereka sehingga mencapai tahap nomofobia yang membimbangkan. Murid-murid yang mengalami nomofobia pada tahap sederhana dan tahap tinggi perlu dikenalpasti dengan awal supaya mereka dapat dibantu dan tidak mengalami nomofobia yang lebih teruk. Antaranya, dengan mengadakan sesi bimbingan dan kaunseling, intervensi serta program-program yang bersesuaian di sekolah. Pembinaan estim sendiri murid-murid di sekolah menengah pendidikan khas juga tidak seharusnya diabaikan kerana peringkat umur ini adalah penting dalam pembentukan identiti diri yang lebih positif. Justeru itu, seluruh lapisan masyarakat terutamanya ibu bapa dan komuniti perlu menggembleng tenaga dalam menyokong perkembangan murid-murid berkeperluan khas ke arah keperibadian unggul yang boleh menyumbang kepada pembangunan bangsa dan negara.

RUJUKAN

- Abdul Aziz, M., Wan Ismail, W.S., Bahar, N., Mahadevan, R. & Azhar Shah, S. 2018. Internet Addiction among Secondary School Students in Klang Valley, Malaysia: What is the Association with Depressive Symptoms, Anxiety Symptoms, and Self- Esteem? *The IJUM Medical Journal of Malaysia* 17(2): 17-26.
- Agren, K.A., Kjellberg, A. & Hemmingsson, H. 2019. Digital participation? Internet use among adolescents with and without intellectual disabilities: A comparative study. *New Media and Society*. <https://doi.org/10.1177/1461444819888398> Retrieved on: 7 April 2020.
- Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J. & Vigil-Colet, A. 2017. Exploratory investigation of theoretical predictors of nomophobia using the Mobile Phone Involvement Questionnaire (MPIQ). *Journal of Adolescence* 56: 127-135.
- Bharucha, J. 2018. Social network use and youth well-being: A study in India. *Safer Communities* 17 (2): 119-131.
- Brunnberg, E. 2010. Hard-of-hearing children's sense of identity and belonging. *Scandinavian Journal of Disability Research* 12(3): 179-197.
- Burhanettin Ozdemir, Cakir, O. & Irshad Hussain. 2018. Prevalence of Nomophobia among University Students: A comparative study of Pakistani and Turkish undergraduate students. *EURASIA Journal of Mathematics, Science and Technology Education* 14(4): 1519-1532.
- Durak, H.Y. 2018. What would you do without your smartphone? Adolescents' social media usage, locus of control, and loneliness as a predictor of nomophobia. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 5(2): 1-15.
- Farooqui, I.A., Pore, P. & Gothankar, J. 2018. Nomophobia: An emerging issue in medical institutions? *Journal of Mental Health* 27(5): 438-441.
- Gezgin, D.M., Cakir, O. & Yildirim, S. 2018. The relationship between levels of nomophobia prevalence and internet addiction among high school students: The factors influencing nomophobia. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)* 4(1): 215-225.
- Gezgin, D.M., Hamutoglu, N.B., Sezen-Gultekin, G. & Ayas, T. 2018. The relationship between nomophobia and loneliness among Turkish adolescents. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES)* 4(2): 358-374.
- Ghazali Darusalam & Sufean Hussin. 2018. *Metodologi Penyelidikan dalam Pendidikan: Amalan dan Analisis Kajian*. Ed. Ke-2. Kuala Lumpur: Penerbit Universiti Malaya.
- Hazita Azman, Ali Salman, Norizan Abdul Razak, Supyan Hussin, Mohd Safar Hasim & Musa Abu Hassan. 2014. Determining digital maturity among ICT users in Malaysia. *Jurnal Komunikasi* 30(1): 23-35.
- Jamilah Maliki, Normah Mustaffa & Mohd Nor Shahizan Ali. 2019. Konstruksi identiti dalam talian daripada perspektif pengguna Facebook. *Jurnal Komunikasi* 35(4): 119-134.
- Kar, S., Sarma, N.N., Mistry C. & Pal R. 2017. Prevalence of nomophobia among medical students in a private college of Bhubaneswar, Odisha. *Journal of Bio Innovation*. 6(6): 914-920.
- Manisah Mohd. Ali & Noorfaziha Hassan. 2018. Defining concepts of student engagement and factors contributing to their engagement in schools. *Creative Education*. 9: 2161-2170.

- Mazzone, L., Postorino, V., Reale, L., Guarnera, M., Mannino, V., Armando, M., Fatta, L., Peppo, L.D. & Vicari, S. 2013. Self-esteem evaluation in children and adolescents suffering from ADHD. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health* 2013(9): 96-102.
- Mekonnen, M., Hannu, S., Elina, L. & Matti, K. 2016. The self-concept of Deaf/Hard-of-Hearing and Hearing students. *The Journal of Deaf Studies and Deaf Education* 21(4): 345-351.
- Meynert, M.J. 2014. Inclusive education and perceptions of learning facilitators of children with special needs in a school in Sweden. *International Journal of Special Education* 29(2): 1-18.
- Naimie Mohd Nawawi, Mohd Khairul Amri Kamarudin, Fuad Mat Jali & Mohd Syaiful Nizam Abu Hassan. 2020. Penilaian analisis keperluan kepada penggunaan bahasa isyarat bagi Orang Kurang Upaya (OKU) kategori masalah pendengaran. *Akademika* 90(Isu Khas 1/Special Issue): 51-61.
- Ntshangase, S., Mdikana, A. & Cronk, C. 2008. A comparative study of the self-esteem of adolescent boys with and without learning disabilities in an inclusive school. *International Journal of Special Education* 23(2): 75-84.
- Park, N. & Lee, H. 2014. Nature of youth smartphone addiction in Korea. *Journal of Communication Research* 51(1):100-254
- Rosenberg, M. 1965. *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Shahrul Nazmi Sannusi, Fauziah Ibrahim, Azianura Hani Shaari & Nasrudin Subhi. 2019. Penggunaan Media Sosial dalam Kalangan Remaja B40 di sekitar Lembah Klang. *Jurnal Komunikasi* 35(4): 101-118.
- Souza, P.E.S. de & Amorim, R.J.R. 2019. The use of smartphones by Brazilian deaf students in the process of learning Portuguese as a second language. *International Journal of Advanced Engineering Research and Science* 6(6): 611-616.
- Suhaniya Kalaisilven & Mohamad Fauzi Sukimi. 2019. Kawalan ibu bapa terhadap anak-anak dalam penggunaan media sosial. *Akademika* 89(1): 111-124.
- Tafarodi, R.W. & Swann, W.B. 2001. Two-dimensional self-esteem: Theory and measurement. *Personality and Individual Differences* 31 (2001): 653-673.
- Thang, S.M., Noorizah Mohd Noor, Ng, L.S., Adzuhaidah Md Taha & Noor Baizura Abdul Aziz. 2017. Influence of social networking on Malaysian female secondary students: A qualitative study across three schools. *Akademika* 87(1): 267-278.
- Yasan Ak, N. & Yildirim, S. 2018. Nomophobia among undergraduate students: The case of a Turkish State University. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications*. 9(4): 11-20.
- Yildirim, C. & Correia A. 2015. Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior* 49(2015): 130-137.
- Zhao, L., Yu, X., Zhang, L. & Ren, Z. 2017. Stability of implicit self-esteem among internet-addicted college students in China. *Social Behavior and Personality* 45(2): 339-352.

Tang Lai Shin
SMK Padang Polo
Sepoy Lines
George Town, Pulau Pinang
Malaysia
Email: tanglaishin@yahoo.com

Manisah Mohd Ali (corresponding author)
Fakulti Pendidikan
Universiti Kebangsaan Malaysia
Bangi Selangor
Malaysia
Email: mma@ukm.edu.my

Received: 20 June 2019
Accepted: 30 August 2020