

**UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA**

**INTEGRASI PSIKOSPIRITUAL ISLAM  
DAN KONSEP HISBAH KENDIRI  
DALAM MENANGANI MASALAH  
KETAGIHAN PERMAINAN  
DALAM TALIAN**

**MUHAMMAD DANISH RIF'QI BIN  
LUKMAN**

**MA**

**Februari 2026**

**UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA**

**INTEGRASI PSIKOSPIRITUAL ISLAM  
DAN KONSEP HISBAH KENDIRI  
DALAM MENANGANI MASALAH  
KETAGIHAN PERMAINAN  
DALAM TALIAN**

**MUHAMMAD DANISH RIF'QI BIN LUKMAN**

Tesis dikemukakan bagi memenuhi keperluan untuk  
ijazah

**Sarjana Pengajian Islam Kontemporari**

**Akademi Pengajian Islam Kontemporari**

**Februari 2026**

## **PENGESAHAN OLEH PANEL PEMERIKSA**

Saya sahkan bahawa Panel Pemeriksa yang telah bermesyuarat pada 14 November 2025 untuk mengendalikan peperiksaan akhir Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman bagi tesis **Sarjana** yang bertajuk “Integrasi Psikospiritual Islam dan Konsep Hisbah Kendiri dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan dalam Talian” berdasarkan Akta Universiti Teknologi MARA 1976 (Akta 173). Panel Pemeriksa telah mencadangkan pelajar tersebut layak dianugerahkan ijazah yang tersebut. Panel Pemeriksa adalah seperti berikut

Azri Bhari, PhD  
Profesor Madya  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA  
(Pengerusi)

Faridah Mohd Sairi, PhD  
Pensyarah Kanan  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA  
(Pemeriksa Dalam)

Mardzelah Makhsin, PhD  
Professor Madya  
School of Education  
Universiti Utara Malaysia  
(Pemeriksa Luar)

**PROFESSOR DR HJH ZURAEDA  
IBRAHIM**

Dekan  
Institut Pengajian Siswazah  
Universiti Teknologi MARA  
Tarikh: 27 Februari 2026

## DEKLARASI PENULIS

Saya mengakui bahawa penghasilan tesis ini dilakukan mengikut peraturan Universiti Teknologi MARA. Ia adalah asli dan dapatan hasil usaha saya sendiri, melainkan dinyatakan sebaliknya atau diberikan penghargaan sebagai hasil rujukan. Tesis ini tidak pernah diserahkan kepada mana-mana institusi akademik atau bukan akademik untuk apa-apa ijazah atau kelayakan.

Saya, dengan ini, menyatakan bahawa saya telah mengikuti Kaedah dan Peraturan Akademik bagi Pasca Siswazah, Universiti Teknologi MARA, sepanjang melakukan pengajian dan penyelidikan saya.

Nama Pelajar : Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman

No. Pelajar : 2022239156

Program : Sarjana Pengajian Islam Kontemporari – IC780

Fakulti : Akademi Pengajian Islam Kontemporari

Tajuk Tesis : Integrasi Psikospiritual Islam dan Konsep Hisbah  
Kendiri dalam Menangani Masalah Ketagihan  
Permainan dalam Talian

Tandatangan Pelajar :

Tarikh : 27 Februari 2026

## ABSTRAK

Ketagihan permainan dalam talian adalah ketagihan tingkah laku yang telah dikategorikan oleh World Health Organization (WHO) sebagai masalah kesihatan mental. Terdapat pelbagai kesan ketagihan yang berkait psikososial dan gangguan mental seperti kemurungan serius dan juga menyebabkan kematian. Malaysia sebagai negara ke sembilan aktif penggunaan media digital di dunia sangat berisiko dalam isu ini dan perlu kepada tindakan segera bagi menanganinya. Pendekatan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri merupakan suatu pendekatan alternatif terapi yang cuba diketengahkan dalam menjadikan ia sebagai suatu sistem sokongan dan rawatan alternatif dalam membantu mengatasi masalah berkaitan ketagihan tingkah laku khususnya ketagihan permainan dalam talian. Ia adalah suatu metod bersandarkan kaedah yang berpandukan al-Quran dan hadis seperti yang digariskan oleh agama Islam dalam membantu individu yang menghadapi masalah fizikal, rohani dan mental. Psikospiritual Islam berkisarkan terapi kerohanian dalam menguatkan sistem ketahanan spiritual dalam diri. Hisbah sendiri ini juga berkisarkan pengawasan diri dan sosial berkonsepkan amar makruf dan nahi mungkar. Walaupun kaedah spiritual dan keagamaan telah banyak dibahas oleh para sarjana di dalam rawatan psikoterapi, namun keberkesanannya belum diteliti sepenuhnya. Maka, kajian ini dijalankan bagi mengenal pasti konsep integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri berupaya untuk menjadi suatu terapi alternatif bagi menangani masalah ketagihan tingkah laku khususnya ketagihan permainan dalam talian. Kajian ini berbentuk konseptual dan menggunakan kaedah kualitatif dilaksanakan melalui temu bual bertujuan terhadap tujuh orang pakar yang terdiri daripada psikiatris, kaunselor dan pensyarah daripada beberapa Universiti Awam di Malaysia. Tematik analisis berdasarkan transkripsi temubual digunakan bagi mengenalpasti simptom, kesan dan faktor ketagihan serta solusi psikospiritual Islam bagi menangani ketagihan permainan dalam talian. Hasil dapatan kajian menunjukkan terdapat pelbagai kesan dan faktor penyumbang kepada permasalahan yang berlaku. Kajian juga telah mengenalpasti beberapa solusi oleh pakar bagi mengurangkan masalah ketagihan permainan dalam talian menggunakan pendekatan psikospiritual Islam dan hisbah sendiri. Pendekatan integrasi psikospiritual Islam dan hisbah sendiri dilihat berupaya memberi kesan positif kepada kerohanian manusia. Kajian lanjutan amat digalakkan untuk mengenal pasti dan menangani masalah psikologi melalui psikoterapi Islam terutamanya menggunakan pendekatan psikospiritual Islam dan hisbah sendiri.

## **ABSTRACT**

Online gaming addiction is a behavioral issue recognized by the World Health Organization (WHO) as a mental health problem. This addiction can lead to serious psychosocial and mental disorders, including severe depression, and may even result in death. Given that Malaysia ranks ninth globally in digital media usage, it faces urgent risks related to this issue. The Islamic psychospiritual approach, paired with self-hisbah, offers alternative therapeutic strategies to help individuals overcome online gaming addiction. Rooted in the Quran and hadith, this approach aims to support those dealing with physical, spiritual, and mental challenges by enhancing their inner resilience. Self-hisbah emphasizes personal and social responsibility based on the principles of promoting good and prohibiting evil. This study investigates the potential of Islamic psychospirituality and self-assessment as therapies for this addiction. Qualitative interviews with seven experts, including psychiatrists, counselors, and university lecturers in Malaysia, were conducted to identify symptoms, effects, and factors related to addiction, as well as possible solutions. Findings revealed various effects and contributing factors associated with online gaming addiction, along with solutions from experts using the Islamic psychospiritual approach. Both methods appear to positively impact spiritual well-being. Further research is encouraged to explore psychological issues through Islamic psychotherapy and these alternative approaches

## **PENGHARGAAN**

Alhamdulillah, segala kesyukuran dipanjatkan ke hadrat Allah SWT di atas limpah rahmat kasih sayangNya mempermudah perjalanan keberhasilan tesis sarjana ini. Selawat dan salam buat junjungan besar Nabi Muhammad SAW, keluarga baginda, para sahabat baginda dan siapa jua yang mengikuti perjuangan baginda hingga ke hari kiamat.

Pelbagai drama suka duka, pengalaman pahit dan manis, episod jatuh dan bangkit yang tercipta sepanjang penulisan kajian ini dijalankan. Sungguh jalan perjuangan itu tidak mudah dan tidak juga dihampari oleh permaidani merah, akan tetapi terhidang penuh dengan onak dan duri serta jalan air mata. Sepanjang proses menyiapkan tesis ini, saya sangat terhutang budi dan merakamkan jutaan terima kasih kepada mereka yang telah banyak membantu dari segi idea, kudrat, sistem sokongan, dan sebagainya.

Setinggi penghargaan ditujukan kepada penyelia utama saya iaitu Dr Zuraimy Ali atas segala tunjuk ajar, nasihat dan bantuan yang diberikan sepanjang keberhasilan tesis ini. Tidak terkecuali barisan penyelia bersama dan kumpulan kolaborasi penyelidik iaitu Dr Noraini Ismail, Dr Afiffudin Mohammed Noor, Ustazah Nadiyah Hashim, Profesor Dr Che Zarrina Sa'ari, Profesor Dr Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip atas bantuan dan bimbingan sepanjang menjayakan penulisan tesis ini.

Setinggi penghargaan juga ditujukan kepada seluruh informan yang sudi melapangkan masa dalam menjayakan sesi temu bual bagi tujuan dapatan kajian serta pandangan bagi penambahbaikan dalam kajian.

Tesis ini didedikasikan untuk adik, abah dan arwah ummi tercinta atas kesungguhan didikan, bimbingan, limpahan kasih sayang serta sokongan yang tidak pernah berbelah bahagi dari dulu, hingga kini dan selamanya. Secebis kemenangan ini didedikasikan untuk kalian semua. Alhamdulillah.

# ISI KANDUNGAN

|                                        | <b>Muka Surat</b> |
|----------------------------------------|-------------------|
| <b>PENGESAHAN OLEH PANEL PEMERIKSA</b> | <b>i</b>          |
| <b>DEKLARASI PENULIS</b>               | <b>ii</b>         |
| <b>ABSTRAK</b>                         | <b>iii</b>        |
| <b>ABSTRACT</b>                        | <b>iv</b>         |
| <b>PENGHARGAAN</b>                     | <b>v</b>          |
| <b>ISI KANDUNGAN</b>                   | <b>vi</b>         |
| <b>SENARAI JADUAL</b>                  | <b>xii</b>        |
| <b>SENARAI RAJAH</b>                   | <b>xiii</b>       |
| <b>SENARAI SINGKATAN</b>               | <b>xiv</b>        |
| <b>JADUAL TRANSLITERASI</b>            | <b>xv</b>         |
| <br>                                   |                   |
| <b>BAB 1 PENGENALAN</b>                | <b>1</b>          |
| 1.1 Pendahuluan                        | 1                 |
| 1.2 Pernyataan Masalah                 | 1                 |
| 1.3 Objektif Kajian                    | 7                 |
| 1.4 Persoalan Kajian                   | 7                 |
| 1.5 Definisi Operasi                   | 8                 |
| 1.5.1 Ketagihan                        | 8                 |
| 1.5.2 Ketagihan Tingkah Laku           | 9                 |
| 1.5.3 Gangguan Permainan               | 9                 |
| 1.5.4 Permainan Dalam Talian           | 9                 |
| 1.5.5 Ketagihan Permainan Dalam Talian | 10                |
| 1.5.6 Psikospiritual Islam             | 10                |
| 1.5.7 Hisbah Kendiri                   | 12                |
| 1.6 Skop Dan Batasan Kajian            | 13                |
| 1.7 Kepentingan Kajian                 | 14                |
| 1.8 Organisasi Kajian                  | 15                |
| 1.9 Kesimpulan                         | 15                |

|                                |                                                                                                 |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>BAB 2 SOROTAN LITERATUR</b> | <b>16</b>                                                                                       |
| 2.1                            | Pendahuluan 16                                                                                  |
| 2.2                            | Latar Belakang Kajian 16                                                                        |
| 2.3                            | Kajian Ketagihan Tingkah Laku 18                                                                |
| 2.4                            | Kajian Ketagihan Permainan Dalam Talian 18                                                      |
| 2.4.1                          | Jenis Permainan Dalam Talian 23                                                                 |
| 2.4.1.1                        | Permainan Penembak Orang Pertama Dalam Talian Berbilang Pemain Secara Besar-Besaran (MMOFPS) 23 |
| 2.4.1.2                        | Permainan Strategi Masa Nyata Dalam Talian Berbilang Pemain (MMORTS) 24                         |
| 2.4.1.3                        | Permainan Peranan Dalam Talian Berbilang Pemain Secara Besar-Besaran (MMORPG) 24                |
| 2.4.1.4                        | Permainan Merentasi Pelbagai Platform (Cross Platform Online) 24                                |
| 2.4.1.5                        | Permainan Simulasi 25                                                                           |
| 2.4.1.6                        | Permainan Dalam Talian Berbilang Pemain Secara Besar-Besaran (MMOG) 25                          |
| 2.4.1.7                        | Permainan Muzik/Tarian 25                                                                       |
| 2.4.1.8                        | Perjudian 26                                                                                    |
| 2.4.2                          | Faktor Ketagihan Permainan Dalam Talian 26                                                      |
| 2.4.2.1                        | Faktor Psikologi 26                                                                             |
| 2.4.2.2                        | Faktor Teknologi 27                                                                             |
| 2.4.2.3                        | Faktor Media 27                                                                                 |
| 2.4.2.4                        | Faktor Perbezaan Jantina 28                                                                     |
| 2.4.2.5                        | Kepelbagaian Jenis Permainan Dalam Talian 28                                                    |
| 2.4.3                          | Kesan Negatif Ketagihan Permainan Dalam Talian 28                                               |
| 2.4.3.1                        | Penurunan Pencapaian Akademik 29                                                                |
| 2.4.3.2                        | Kecenderungan Perlakuan Negatif 29                                                              |
| 2.4.3.3                        | Perubahan Emosi 30                                                                              |
| 2.4.3.4                        | Perubahan Pola Pemakanan 31                                                                     |
| 2.4.3.5                        | Pembaziran 31                                                                                   |
| 2.4.3.6                        | Menjejaskan Kesihatan 32                                                                        |
| 2.5                            | Konsep Psikospiritual Islam 32                                                                  |
| 2.6                            | Konsep Hisbah Kendiri 38                                                                        |

|                                  |                                                      |           |
|----------------------------------|------------------------------------------------------|-----------|
| 2.6.1                            | Proses Hisbah Kendiri                                | 40        |
| 2.6.1.1                          | Musyratah (Berazam Menjauhi Kemungkaran)             | 41        |
| 2.6.1.2                          | Muraqabah (Waspada Dari Terjebak Dengan Kemungkaran) | 41        |
| 2.6.1.3                          | Muhasabah (Analisis Tindakan Dan Amalan)             | 42        |
| 2.6.1.4                          | Mu'aqabah (Menilai Tindakan Dan Amalan)              | 43        |
| 2.6.1.5                          | Mujahadah (Berjuang Menjauhi Kemungkaran)            | 43        |
| 2.6.1.6                          | Mu'atabah (Mengkritik Diri)                          | 44        |
| 2.7                              | Ulasan Sorotan Karya                                 | 44        |
| 2.8                              | Kerangka Konseptual Kajian                           | 45        |
| 2.9                              | Kesimpulan                                           | 45        |
| <b>BAB 3 KAEDAH PENYELIDIKAN</b> |                                                      | <b>46</b> |
| 3.1                              | Pendahuluan                                          | 46        |
| 3.2                              | Reka Bentuk Kajian                                   | 46        |
| 3.2.1                            | Kajian Konseptual                                    | 47        |
| 3.3                              | Kaedah Pemilihan Sampel                              | 48        |
| 3.3.1                            | Kumpulan Pakar (Informan Temu Bual)                  | 48        |
| 3.4                              | Instrumen Kajian                                     | 49        |
| 3.4.1                            | Penyelidik                                           | 50        |
| 3.4.2                            | Instrumen Temu Bual                                  | 50        |
| 3.4.3                            | Kesahan Kandungan Instrumen                          | 52        |
| 3.5                              | Kaedah Pengumpulan Data                              | 53        |
| 3.5.1                            | Pengumpulan Data Primer                              | 53        |
| 3.5.2                            | Pengumpulan Data Sekunder                            | 54        |
| 3.6                              | Prosedur Kajian                                      | 54        |
| 3.7                              | Kaedah Penganalisan Data                             | 56        |
| 3.8                              | Kesahan Data                                         | 59        |
| 3.9                              | Kebolehpercayaan Data                                | 60        |
| 3.10                             | Jejak Audit                                          | 61        |
| 3.11                             | Kesimpulan                                           | 64        |

|                                                                                                                          |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>BAB 4 HASIL DAPATAN DAN PERBINCANGAN</b>                                                                              | <b>65</b> |
| 4.1 Pengenalan                                                                                                           | 65        |
| 4.2 Pembentukan Tema                                                                                                     | 65        |
| 4.2.1 Tema Pertama: Simptom Individu Ketagihan Permainan Dalam Talian                                                    | 67        |
| 4.2.1.1 Subtema Pertama: Ketidakmampuan Bersosial                                                                        | 68        |
| 4.2.1.2 Subtema Kedua: Ketidakmampuan Kawalan Emosi                                                                      | 69        |
| 4.2.1.3 Subtema Ketiga: Ketidakmampuan Kawalan Masa                                                                      | 70        |
| 4.2.1.4 Subtema Keempat: Ketidakmampuan Kawalan Diri                                                                     | 71        |
| 4.2.1.5 Kesimpulan                                                                                                       | 72        |
| 4.2.2 Tema Kedua: Kesan Ketagihan Permainan Dalam Talian                                                                 | 72        |
| 4.2.2.1 Subtema Pertama: Menipu                                                                                          | 73        |
| 4.2.2.2 Subtema Kedua: Pengabaian Spiritual                                                                              | 73        |
| 4.2.2.3 Subtema Ketiga: Pengabaian Tanggungjawab Dan Rutin Harian                                                        | 74        |
| 4.2.2.4 Subtema Keempat: Perubahan Pola Pemakanan                                                                        | 75        |
| 4.2.2.5 Kesimpulan                                                                                                       | 75        |
| 4.2.3 Tema Ketiga: Faktor Terlibat Dengan Ketagihan Permainan Dalam Talian                                               | 76        |
| 4.2.3.1 Subtema Pertama: Kurang Kawalan Daripada Ibu Bapa                                                                | 76        |
| 4.2.3.2 Subtema Kedua: Kurang Kawalan Diri                                                                               | 77        |
| 4.2.3.3 Subtema Ketiga: Pengaruh Rakan Sebaya                                                                            | 78        |
| 4.2.3.4 Subtema Keempat: Pengaruh Sosial Media                                                                           | 80        |
| 4.2.3.5 Subtema Kelima: Pengaruh Persekitaran                                                                            | 80        |
| 4.2.3.6 Subtema Keenam: Kurang Kefahaman Agama                                                                           | 82        |
| 4.2.3.7 Subtema Ketujuh: Capaian Gajet Dan Internet                                                                      | 83        |
| 4.2.3.8 Subtema Kelapan: Visual Dan Grafik                                                                               | 83        |
| 4.2.3.9 Kesimpulan                                                                                                       | 84        |
| 4.2.4 Tema Keempat: Terapi Psikospiritual Islam Bagi Menangani Masalah ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan | 84        |
| 4.2.4.1 Subtema Pertama: Pemeliharaan Ibadah Asas                                                                        | 85        |
| 4.2.4.2 Subtema Kedua: Penghayatan Konsep Ihsan                                                                          | 90        |
| 4.2.4.3 Subtema Ketiga: Penghayatan Konsep Itqan                                                                         | 91        |
| 4.2.4.4 Subtema Keempat: Penghayatan Sukan Islamik                                                                       | 91        |

|                      |                                                                                                                                          |            |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 4.2.4.5              | Kesimpulan                                                                                                                               | 93         |
| 4.2.5                | Tema Kelima: Amalan Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan                  | 93         |
| 4.2.5.1              | Subtema Pertama: Pemeliharaan Ibadah                                                                                                     | 94         |
| 4.2.5.2              | Subtema Kedua: Amalan Yang Dipraktik Atau Bantuan Dari Pakar                                                                             | 100        |
| 4.2.5.3              | Kesimpulan                                                                                                                               | 100        |
| 4.2.6                | Tema Keenam: Proses Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Ketagihan Permainan Dalam Talian                                           | 101        |
| 4.2.6.1              | Subtema Pertama: Musyaratah                                                                                                              | 102        |
| 4.2.6.2              | Subtema Kedua: Muraqabah                                                                                                                 | 104        |
| 4.2.6.3              | Subtema Ketiga: Muhasabah                                                                                                                | 106        |
| 4.2.6.4              | Subtema Keempat: Mu'aqabah                                                                                                               | 109        |
| 4.2.6.5              | Subtema Kelima: Mujahadah                                                                                                                | 110        |
| 4.2.6.6              | Subtema Keenam: Mu'atabah                                                                                                                | 112        |
| 4.2.6.7              | Kesimpulan                                                                                                                               | 114        |
| 4.3                  | Kesimpulan Tema-Tema                                                                                                                     | 114        |
| 4.4                  | Hasil Analisis: Integrasi Amalan Psikospiritual Islam Dan Konsep Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian | 115        |
| 4.5                  | Kesimpulan                                                                                                                               | 118        |
| <b>BAB 5 PENUTUP</b> |                                                                                                                                          | <b>119</b> |
| 5.1                  | Pengenalan                                                                                                                               | 119        |
| 5.2                  | Hasil Kajian Utama (Hasil Kajian Berdasarkan Kepada Objektif Dan Persoalan Kajian)                                                       | 119        |
| 5.2.1                | Hasil Kajian Objektif Pertama                                                                                                            | 119        |
| 5.2.2                | Hasil Kajian Objektif Kedua                                                                                                              | 124        |
| 5.2.3                | Hasil Kajian Objektif Ketiga                                                                                                             | 126        |
| 5.2.4                | Hasil Penemuan Baru                                                                                                                      | 127        |
| 5.3                  | Implikasi Kajian                                                                                                                         | 128        |
| 5.3.1                | Implikasi Teoritikal                                                                                                                     | 128        |

|                       |                              |            |
|-----------------------|------------------------------|------------|
| 5.3.2                 | Implikasi Praktikal          | 128        |
| 5.4                   | Cadangan Kajian Masa Hadapan | 130        |
| 5.5                   | Rumusan                      | 131        |
| <b>RUJUKAN</b>        |                              | <b>132</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>       |                              | <b>152</b> |
| <b>PROFIL PENULIS</b> |                              | <b>173</b> |

## SENARAI JADUAL

| <b>Jadual</b> | <b>Tajuk</b>                                                                        | <b>Muka Surat</b> |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Jadual 3.1    | Jadual Objektif Kajian, Persoalan Kajian, Pengumpulan Data dan Kaedah Analisis Data | 58                |
| Jadual 3.2    | Jejak Audit                                                                         | 61                |
| Jadual 4.1    | Jadual Pembentukan Tema dan Subtema                                                 | 65                |
| Jadual 4.2    | Jadual Tema Pertama dan Subtema                                                     | 67                |
| Jadual 4.3    | Jadual Tema Kedua dan Subtema                                                       | 73                |
| Jadual 4.4    | Jadual Tema Ketiga dan Subtema                                                      | 76                |
| Jadual 4.5    | Jadual Tema Keempat dan Subtema                                                     | 85                |
| Jadual 4.6    | Jadual Tema Kelima dan Subtema                                                      | 94                |
| Jadual 4.7    | Jadual Tema Keenam dan Subtema                                                      | 101               |

## SENARAI RAJAH

| <b>Rajah</b> | <b>Tajuk</b>                                                                                                                            | <b>Muka Surat</b> |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
| Rajah 2.1    | Kerangka Konseptual Kajian                                                                                                              | 45                |
| Rajah 3.1    | Prosedur Kajian                                                                                                                         | 56                |
| Rajah 3.2    | Prosedur Penganalisan Data                                                                                                              | 57                |
| Rajah 4.1    | Kerangka Integrasi Amalan Psikospiritual Islam Dan Konsep<br>Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan<br>Permainan Dalam Talian | 117               |

## SENARAI SINGKATAN

| <b>Singkatan</b> | <b>Kenyataan</b>                                                                                     |
|------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CBT              | Cognitive Behavioural Therapy                                                                        |
| DKMN             | Dasar Kesihatan Mental Negara                                                                        |
| ICD              | International Classification of Diseases 11th Revision                                               |
| IGD              | Internet Gaming Disorder                                                                             |
| IPSA             | Persatuan Psikospiritual Islam                                                                       |
| ISRA             | Islamic Spiritual Rehabilitation Approach                                                            |
| JAKIM            | Jabatan Kemajuan Islam Malaysia                                                                      |
| KKM              | Kementerian Kesihatan Malaysia                                                                       |
| KPWKM            | Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga Dan Masyarakat                                              |
| PAKSI            | Persatuan Kaunseling Syarie Malaysia                                                                 |
| PIPATIC          | Program for Individualized Psychotherapy for addiction to Information and Communication Technologies |
| PPIM             | Persatuan Pengguna Islam Malaysia                                                                    |
| SDGs             | Sustainable Development Goals                                                                        |
| WHO              | World Health Organization                                                                            |
| WKB 2030         | Wawasan Kemakmuran Bersama 2030                                                                      |

## JADUAL TRANSLITERASI

Senarai pedoman transliterasi adalah seperti berikut:

### 1. Konsonan

| Huruf Arab | Huruf Latin | Huruf Arab | Huruf Latin | Huruf Arab | Huruf Latin |
|------------|-------------|------------|-------------|------------|-------------|
| ا, ء       | a, ʾ        | ز          | z           | ق          | q           |
| ب          | b           | س          | s           | ك          | k           |
| ت          | t           | ش          | sh          | ل          | l           |
| ث          | th          | ص          | ṣ           | م          | m           |
| ج          | j           | ض          | ḍ           | ن          | n           |
| ح          | ḥ           | ط          | ṭ           | ه          | h           |
| خ          | kh          | ظ          | ẓ           | و          | w           |
| د          | d           | ع          | ʿ           | ي          | y           |
| ذ          | dh          | غ          | gh          | ت          | h,t         |
| ر          | r           | ف          | f           |            |             |

### 2. Vocal

| Vokal Pendek |   | Vokal Panjang |   | Diftong |       |
|--------------|---|---------------|---|---------|-------|
| َ            | a | ا, آ          | ā | وَاوْ   | aw    |
| ِ            | i | ي             | ī | ي       | ay    |
| ُ            | u | و             | ū | و       | uww   |
|              |   |               |   | ي       | Iy, ī |

# **BAB 1**

## **PENGENALAN**

### **1.1 Pendahuluan**

Kajian penyelidikan ini adalah bertujuan dalam membina sebuah kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Kajian ini bersifat teoritikal dan konseptual bertujuan untuk mengenal pasti elemen atau amalan psikospiritual yang sedia ada yang mampu diintegrasikan bersama konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah berkaitan ketagihan tingkah laku dan pemfokusan diberi dalam menangani ketagihan permainan dalam talian.

Dalam bab ini akan membincangkan tentang justifikasi keperluan dibina langkah integrasi psikospiritual islam dan konsep hisbah sendiri dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Sebagai mukadimah, bab ini memfokuskan kepada pernyataan masalah, objektif kajian, persoalan kajian dan definisi operasional. Ianya sebagai suatu gambaran awal berkenaan kajian. Penyelidik juga menyatakan tentang skop dan batasan kajian, kepentingan kajian, organisasi kajian dan kesimpulan dalam bab ini.

### **1.2 Pernyataan Masalah**

Isu ketagihan permainan dalam talian merupakan suatu implikasi negatif peralihan kehidupan manusia kepada kehidupan yang berorientasikan dunia maya yang semakin membimbangkan pada hari ini. Pertubuhan Kesihatan Sedunia (World Health Organization) juga telah menyatakan bahawa ketagihan permainan dalam talian atau dikenali sebagai '*gaming disorder*' merupakan suatu masalah kesihatan mental (World Health Organization, 2020). The 11th Revision of the International Classification of Diseases (ICD-11) pada tahun 2018 menurut Rumpf et al., (2018), mengkategorikan ketagihan permainan dalam talian sebagai 'gangguan mental, gangguan tingkah laku

atau gangguan perkembangan otak'. Ketagihan permainan dalam talian menjejaskan penduduk di seluruh dunia. Terdapat juga ikhtiar bagi mencari penyelesaian seperti penghasilan alat pengukuran dan pengkonsepkan gangguan ketagihan permainan dalam talian menurut rangka kerja Pertubuhan Kesihatan Sedunia yang dilakukan oleh Pontes et al., (2021) dan sebagainya tetapi penyelidikan berkenaan metod perawatan masih kurang dan perlu diperluaskan lagi di masa yang akan datang.

Menurut penelitian Ericson Ginsos dan Salleh Amat (2022) laporan daripada World Health Organization (2018) telah menyatakan bahawa seseorang individu itu dikategorikan mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian jika meluangkan waktu selama empat jam dan ke atas sehari dengan hanya bermain permainan video. Dengan banyak jumlah penglibatan jam hanya dihabiskan bagi bermain permainan di dalam talian akan menjejaskan rutin harian kehidupan individu dan ianya mampu mengganggu proses pengembangan sosial dan sikap manusia seperti kemahiran dalam pergaulan, kemahiran dalam berkomunikasi dan sebagainya yang mana boleh diperoleh melalui penghayatan dunia luar.

Ketagihan permainan dalam talian juga membawa impak perubahan yang sangat ketara yang mampu mengubah dan mempengaruhi corak tingkah laku pemain terhadap diri, keluarga, sosial, pendidikan, pekerjaan dan juga fungsi penting kehidupan yang lain. Ianya diperakui oleh Nurhafizah Mohd Sukor (2019) di mana menurut beliau, kegagalan dalam mengawal mengawal diri dari terjebak dengan kancas ketagihan permainan dalam talian boleh membawa mudarat terhadap diri, keluarga dan masyarakat.

Dalam perubahan tingkah laku, menurut Wanpen et al., (2022) seseorang yang terlibat dengan ketagihan permainan akan mempamerkan corak kelakuan dalam permainan yang berulang dan berterusan. Menurut Wanpen et al., (2022) Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental, Edisi Ke-5 (DSM-5) melaporkan seseorang yang ketagihan permainan dalam talian akan menunjukkan sekurang-kurangnya lima keadaan daripada sembilan kriteria berikut: Pertama, pemain yang mengalami ketagihan akan menyibukkan diri dengan permainan sehingga ia menjadi sebahagian dari rutin dalam kehidupan seharian.

Kedua, pemain yang mengalami ketagihan akan menunjukkan kebimbangan, kelesuan atau kesedihan sekiranya aktiviti permainan video terhenti. Ketiga, pemain yang mengalami ketagihan akan mempunyai rasa keinginan yang berterusan untuk meneruskan tempoh masa untuk bermain permainan video. Keempat, pemain yang

mengalami ketagihan sukar untuk mengawal bahkan mengurangkan tempoh masa yang dihabiskan untuk sesuatu sesi permainan video. Kelima, pemain yang mengalami ketagihan akan mengabaikan aktiviti harian yang lain seperti minat atau hobi yang pernah dilakukan.

Keenam, pemain yang mengalami ketagihan akan menimbulkan masalah sosial apabila kekerapan yang keterlaluan terhadap penglibatan permainan dalam talian. Ketujuh, pemain yang mengalami ketagihan sering mengamalkan tabiat menipu orang di sekeliling tentang tempoh permainan yang dihabiskan. Kelapan, pemain yang mengalami ketagihan akan menjadikan permainan sebagai alat atau penenang bagi menghindari perasaan negatif yang menyelubungi diri. Kesembilan, pemain yang mengalami ketagihan akan mempunyai risiko yang tinggi dalam kerenggangan atau kehilangan hubungan, pekerjaan dan peluang dalam pendidikan dan kerjaya kerana ketagihan yang melampau dalam permainan video (American Psychiatric Association, 2013).

Selain itu, keterlaluan penggunaan media sosial seperti ketagihan permainan dalam talian boleh mengakibatkan banyak masalah psikologi, masalah sosial dan masalah budaya sepertimana kajian oleh Tantri Widyarti Utami dan Atik Hodikoh (2020) yang menunjukkan terdapatnya hubungan yang signifikan antara ketagihan permainan dalam talian dengan penyesuaian sosial dalam kalangan remaja. Penyesuaian sosial menurut Tantri Widyarti Utami dan Atik Hodikoh (2020) ialah keupayaan individu dalam menyesuaikan diri dengan sekitarnya. Antara faktor yang mempengaruhi individu dalam penyesuaian sosial ialah faktor media massa, faktor keluarga, faktor umur, faktor psikologi dan faktor sekeliling (Gerungan, 2012). Dalam kajian Tantri Widyarti Utami dan Atik Hodikoh (2020) jelas menunjukkan bahawa kebanyakan remaja mengalami kesukaran dalam hubungan di alam realiti walaupun mempunyai persamaan dari segi umur.

Mereka lebih memilih menjalinkan hubungan atau mencipta kawan yang baru menerusi permainan dalam talian. Kebimbangan akan timbul kepada generasi yang akan datang apabila ketagihan permainan yang dianggap hanya sebagai alat untuk hiburan namun pada akhirnya akan merosakkan diri individu dan mampu merencatkan percambahan hubungan di alam realiti. Hal ini kerana, mereka yang ketagihan hanya memfokuskan sekadar apa yang ada di dalam layar kaca alat peranti tanpa mempedulikan apa yang berada di alam realiti di persekitarannya.

Ketagihan permainan dalam talian ini dilihat kritikal apabila memberi kesan buruk kepada pemain mengalami tekanan, perubahan pola pemakanan, perubahan pola rehat dan tidur, pengurangan fokus sewaktu bekerja atau belajar dan penurunan pergaulan sosial (Sherina Mohd Sidik, 2020). Diri seseorang akan menjadi tidak normal apabila berlaku pertukaran waktu makan sama ada seseorang itu makan lambat ataupun melangkaui masa makan. Hal ini akan menyebabkan seseorang itu bakal ditimpa penyakit. Seseorang yang banyak menghabiskan masa dengan bermain permainan dalam talian juga sering kali menghabiskan masanya dengan bermain sehingga ada di antara mereka yang mengorbankan waktu tidur mereka. Sekiranya ia berlarutan, mereka yang ketagihan permainan dalam talian ini akan mengalami kesukaran untuk tidur atau ia dikenali sebagai insomnia. Ianya seiring dengan apa yang dinyatakan oleh Mais et al., (2020) mengatakan belia yang terlibat dalam ketagihan permainan dalam talian akan menghabiskan waktunya untuk bermain sehingga mengabaikan waktu rehat serta tidur dan pada akhirnya, mereka mengalami insomnia.

Menurut Sherina Mohd Sidik (2020) ketagihan permainan dalam talian juga mampu mendorong para pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian hilang fokus dalam pelajaran sehingga mengakibatkan kegagalan dalam pelajaran, seseorang yang bekerja, kehilangan pekerjaan dan seseorang yang berkahwin menemui kegagalan dalam hubungan sehingga berlakunya keruntuhan rumahtangga. Rentetan dari ketagihan permainan dalam talian juga mampu menyebabkan sesebuah hubungan berakhir dengan penceraian. Ketagihan permainan juga mampu merencatitkan pembangunan dalam pembelajaran individu kerana mengalami masalah fokus semasa belajar. Ia seiring dengan apa yang dinyatakan oleh Maizatul Haizan Mahbob dan Muhammad Faiz Othman (2020) bahawa pertambahan jumlah akses terhadap peranti elektronik atau permainan video telah mengakibatkan penurunan gred dalam mata pelajaran (Gentile et al., 2004).

Ketagihan permainan dalam talian juga mampu mengakibatkan permasalahan sosial apabila ada yang hilang kewarasan apabila sanggup kehilangan dan meninggalkan pasangan dek kerana obsess yang keterlaluan dalam permainan dalam talian sehingga mengabaikan tanggungjawab sosial terhadap pasangan seperti memberikan keperluan secukupnya dan sebagainya kepada pasangan. Terdapat kes menurut penelitian Park dan Ahn (2010) seorang suri rumah memohon cerai, mendakwa suaminya tidak menyara keluarganya kerana ketagihan permainan. Mahkamah

memutuskan bahawa ketagihan permainan adalah sebab yang sah untuk perceraian (Game Spot, 2007).

Melihatkan ketagihan permainan dalam talian bukan sahaja mampu mengakibatkan permasalahan fizikal, sosial malahan rentetan daripada itu turut menjurus ke arah gangguan dan masalah kesihatan mental seperti mana yang dinyatakan oleh World Health Organization (2020). Namun, pada hari ini langkah rawatan yang diiktiraf bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian menurut Q. Wang et al., (2019) masih kurang. Hal ini kerana patogenesis atau cara perkembangan penyakit bagi gangguan permainan atau *gaming disorder* masih samar. Maka langkah intervensi rawatan yang sedia atau pada dasarnya bersandarkan berdasarkan pengalaman rawatan gangguan mental seperti gangguan penggunaan bahan. Langkah-langkah rawatan secara am juga termasuk rawatan *psikobehavioural*, rawatan dadah dan rawatan komprehensif (Q. Wang et al., 2019).

Ianya seiring dengan apa yang dinyatakan oleh Pontes et al., (2021) mengatakan usaha dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian seperti penghasilan alat pengukuran dan pengkonsepkan gangguan ketagihan permainan dalam talian menurut rangka kerja Pertubuhan Kesihatan Sedunia ada dihasilkan namun kajian penyelidikan berkenaan kaedah perawatan masih di tahap yang rendah dan perlu diperkasakan lagi di masa yang akan datang. Walaupun kajian penyelidikan berkenaan rawatan ketagihan permainan video sedang dijalankan, namun menurut Mohammad et al., (2023) hanya beberapa ujian klinikal yang telah dijalankan ke atas keberkesanan pilihan rawatan; contohnya, *Cognitive behavioural therapy* (CBT), *Program for Individualized Psychotherapy for addiction to Information and Communication Technologies* (PIPATIC), dan farmakoterapi.

Melihatkan permasalahan yang berlaku, maka intervensi rawatan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian perlu diusahakan. Antara cadangan yang dikemukakan oleh Q. Wang et al., (2019) ialah terapi psikologi iaitu ia terbahagi kepada terapi secara individu dan berkumpulan. Q. Wang et al., (2019) juga menyebut tentang terapi gabungan dari sudut psikologi di mana menurutnya rawatan komprehensif ialah intervensi yang menggabungkan *Cognitive behavioural therapy* (CBT) dengan kaedah rawatan lain iaitu CBT digabungkan dengan berbentuk psikoterapi. Pemfokusan terapi individu menurut Q. Wang et al., (2019) juga ada menyatakan berkenaan kawalan sendiri. Penyelidik memahami bahawa Q. Wang et al., (2019) juga berpendapat bahawa ada keperluan dan usaha bagi seseorang itu berusaha

mengawal dirinya sendiri bagi menangani permasalahan yang dihadapinya. Ia juga seiring dengan pendapat Mohammad et al., (2023) yang turut mencadangkan strategi pengawalan sendiri bagi menangani masalah berkaitan ketagihan permainan dalam talian.

Psikoterapi menurut pendekatan psikoterapi Islam menurut (Muhammad Afiq Abd Razak & Mohd Syukri Zainal Abidin, 2020) ialah suatu jalan yang menggunakan kaedah terapi *maqamat* yang mana telah dipraktikkan oleh ahli sufi bersandarkan kaedah tazkiyyah al-nafs iaitu kaedah penyucian, pembersihan dan penyuburan diri individu (Abu Talib al-Makki, 1997). Konsep *maqamat* menurut Rosni Wazir et al., (2020) secara umumnya ialah suatu konsep yang mempraktikkan aura yang positif, pemfokusan elemen teori dan praktikal dan mempunyai elemen motivasi yang sangat tinggi. Justeru, Rosni Wazir et al., (2020) mencadangkan kaedah *maqamat* ini agar dapat dikembangkan lagi sehingga dapat membentuk model atau modul psikospiritual Islam yang boleh digunakan dalam kaedah perawatan dan pencegahan golongan yang berisiko.

Psikospiritual Islam merupakan satu istilah dan disiplin ilmu yang merujuk kepada satu kombinasi terapi dari sudut psikologi dan spiritual individu serta kaedah terapi tersebut bersandarkan kepada apa yang diajarkan dalam Islam (Lilin Rosyanti et al., 2018; Mohd Hefzan Azmi & Muhammad Nubli Abdul Wahab, 2019; Mohd Rushdan Mohd Jailani & Ahmad Bukhari Osman, 2015; Wan Fatimah Zahra' Wan Yusoff & Mohd Zohdi Mohd Amin, 2020). Psikospiritual juga boleh difahami sebagai suatu pendekatan dalam merawat kerohanian, jiwa, emosi, mental dan tingkah laku manusia (Muhammad Afiq Abd Razak & Mohd Syukri Zainal Abidin, 2020). Kaedah intervensi kaunseling ini dilihat oleh Nor Ezdianie Omar & Mohd Tajudin Ninggal (2019), bukan Sahaja mampu menolong menyelesaikan masalah klien yang memiliki masalah berkenaan psikologi semata-mata, malahan mampu meningkatkan kerohanian klien dalam penghayatan agama sebagai contoh, penghayatan tentang Tuhan, dosa dan pahala, syurga dan neraka, alam akhirat dan hari kiamat (Suhaya Deraman et al., 2017).

Kawalan sendiri atau hisbah sendiri merupakan suatu teknik pengawasan diri dalam menurut segala syariat yang diperintahkan oleh Allah. Menurut Afifi Farhana Mhd Poad & Muslihah Mazlan (2019) hisbah menurut pandangan Ibnu Khaldun ialah satu tugas dan suruhan agama yang merangkumi prinsip amar makruf dan nahi mungkar ke atas individu yang diberi amanah dalam menjaga hal ehwal manusia khususnya umat Islam. Implimentasi hisbah sendiri menurut Mardzelah Makhsin et al.,

(2014) ialah kaedah kawalan dan sebuah alternatif bagi pengawasan dalam usaha untuk membangunkan sahsiah individu yang bertanggungjawab berusaha membendung diri daripada melakukan kemungkaran. Pelaksanaan hisbah sendiri ini menurut Mardzelah Makhsin et al., (2012) melibatkan enam proses amalan hisbah sendiri iaitu *musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran), *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran), *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan), *mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan), *mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran) dan *mu'atabah* (mengkritik diri) (Sa'id Hawwa, 1998). Dengan ini, konsep hisbah sendiri dapat meningkatkan pengawasan diri dan amar makruf dalam membentuk sahsiah seseorang.

Perkhidmatan kaunseling menurut Nor Ezdanie Omar & Mohd Tajudin Ninggal (2019) di negara kita telah wujud sejak tahun 1960an secara professional manakala perkhidmatan kaunseling syari'e berasaskan keagamaan dan kerohanian telah bermula seawal tahun 1980an (Norazlina Zakaria & Noor Shakirah Mat Akhir, 2017). Perkhidmatan kaunseling menurut Nor Ezdanie Omar & Mohd Tajudin Ninggal (2019) sangat diperlukan bagi sektor perkhidmatan awam dan agensi swasta serta menjadi sebuah kepentingan kepada kelompok masyarakat dan komuniti setempat (Jabatan Pendidikan Tinggi, 2011). Maka dalam hal ini, penyelidik cuba beradaptasi dengan kaunseling *syari'e* yang sedia ada menerusi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani ketagihan kelakuan khususnya dalam kajian ini yang melibatkan ketagihan permainan dalam talian.

### **1.3 Objektif Kajian**

Objektif ini boleh disimpulkan seperti berikut :

- i) Mengkaji faktor dan kesan ketagihan permainan dalam talian kepada individu.
- ii) Mengenal pasti amalan psikospiritual yang boleh diintegrasikan dengan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.
- iii) Mencadangkan kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

### **1.4 Persoalan Kajian**

Berdasarkan kepada objektif kajian yang telah dinyatakan, kajian ini menetapkan beberapa persoalan untuk dijadikan sebagai garis panduan. Soalan-soalan kajian adalah seperti berikut :

- i) Apakah faktor dan kesan ketagihan permainan dalam talian kepada individu?
- ii) Apakah amalan psikospiritual yang boleh diintegrasikan dengan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian?
- iii) Bagaimanakah integrasi amalan psikospiritual Islam dan proses hisbah sendiri boleh dibentuk sebagai satu kerangka intervensi bagi menangani ketagihan permainan dalam talian?

## **1.5 Definisi Operasi**

Terdapat enam kata kunci yang menjadi sandaran di dalam kajian ini. Kata-kata kunci ini mencakupi ketagihan, ketagihan kelakuan, permainan dalam talian, ketagihan permainan dalam talian, psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri. Ianya bertujuan bagi menjelaskan maksud kepada kata-kata kunci yang terlibat yang diguna pakai sepanjang kajian ini dijalankan.

### **1.5.1 Ketagihan**

Ketagihan boleh didefinisikan sebagai suatu situasi penyakit mental di mana berlakunya kehendak terhadap sesuatu masalah dan ianya boleh mendatangkan keburukan apatah lagi memudaratkan. Ketagihan secara klinikal didefinisikan oleh Grau et al., (2019) sebagai ketidak upayaan fungsi dalam ganjaran otak, motivasi, ingatan dan litar berkaitan yang membawa kepada manifestasi biologi, psikologi, sosial dan rohani (American Psychiatric Association, 2000).

Ketagihan juga melibatkan gangguan yang melibatkan individu bergantung terhadap apa yang dilakukannya secara berterusan tanpa menilai sebarang kesan yang buruk yang akan berlaku di masa akan datang. Menurut Yee (2006) menyatakan ketagihan merupakan perlakuan yang tidak sehat yang sukar untuk dihentikan atau diakhiri oleh pihak ketiga yang bakal menimbulkan kesan negatif kepada individu tersebut serta pihak ketiga.

Penyakit ketagihan ini bakal mengundang kepada permasalahan yang lebih kronik sekiranya tidak dibendung dengan kadar yang segera kerana ia bukan sahaja memberi kesan buruk kepada fizikal dan psikologi individu malahan mampu mengundang kepada permasalahan sosial. Maka, konsep ketagihan dalam kajian ini merujuk kepada perbuatan yang dilakukan secara berulang-ulang dan berterusan dikhuatiri mampu membawa kepada perubahan sosial terhadap individu.

### **1.5.2 Ketagihan Tingkah Laku**

Menurut Walther et al. (2012) konsep ketagihan bukan berkaitan bahan (atau tingkah laku) menggambarkan sindrom yang sama dengan ketagihan bahan, tetapi dengan tumpuan kepada tingkah laku tertentu yang, sama seperti penggunaan bahan, menghasilkan ganjaran jangka pendek dan mungkin berterusan walaupun berbahaya akibat berkurangnya kawalan ke atas tingkah laku kita. Ketagihan tingkah laku menurut gambaran Grau et al., (2019), mengejar beberapa ganjaran atau pelepasan daripada tekanan secara kompulsif. Kompulsif dalam bahasa mudah difahami adalah suatu bentuk desakan untuk melakukan sesuatu yang akan mengurangkan rasa ketidakselesaan dan akibat pemikiran obsesif yang melampau. Maka, konsep ketagihan tingkah laku dalam kajian ini merujuk kepada ketagihan terhadap perlakuan atau perbuatan tanpa dipengaruhi oleh bahan.

### **1.5.3 Gangguan Permainan**

Permainan internet yang berlarutan tanpa kawalan mampu membawa kepada ketagihan serta mengakibatkan kemelesetan fungsi manusia dalam kehidupan seharian. Ketagihan Gangguan permainan Internet (IGD) menurut Paulus et al. (2018), adalah gangguan serius yang membawa kepada kemerosotan peribadi dan sosial yang berkaitan. Gangguan Permainan Internet (Internet Gaming Disorder) telah dikategorikan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) sebagai satu bentuk gangguan berasaskan tingkah laku ketagihan dan diiktiraf secara rasmi dalam The 11th Revision of the International Classification of Diseases (ICD-11).

Gangguan permainan menurut Richard (2019), dicirikan oleh corak tingkah laku permainan yang berterusan atau berulang sama ada permainan digital atau permainan video yang mungkin dalam talian iaitu, melalui internet atau luar talian. Corak tingkah laku yang berulang dan berterusan ini berupaya mengakibatkan kemerosotan yang ketara dalam peribadi, keluarga, sosial, pendidikan, pekerjaan atau bidang fungsi penting lain. Maka, gangguan permainan dalam kajian ini merujuk kepada corak tingkah laku yang berterusan dan berulang-ulang kerana gangguan permainan.

### **1.5.4 Permainan Dalam Talian**

Permainan dalam talian merupakan sebuah permainan yang dimainkan dan

dihubungkan dengan capaian internet dan ia merupakan hasil adaptasi dan inovasi melalui perkembangan internet. Permainan dalam talian telah dinyatakan oleh Yusnizal Firdaus et al. (2018) bahawa ia adalah sebuah bentuk permainan elektronik yang terhubung dengan capaian internet dan dimainkan menerusi telefon pintar, konsol game, peranti komputer, laptop, dan sebagainya serta bersifat *multiplayer* atau dapat dimainkan oleh ramai pengguna dalam waktu yang sama. Ia juga dapat diakses secara terus dalam talian seperti mana yang telah tersedia di sistem oleh *developer* game. Oleh kerana corak permainan berubah mengikut peredaran zaman dan *trend* semasa, kini permainan dalam talian lebih menjadi tumpuan dan banyak menjadi pilihan pengguna tanpa mengikut peringkat umur dan perbezaan jantina. Maka, permainan dalam talian dalam kajian ini merujuk kepada permainan yang hanya mampu dicapai dengan capaian internet dan ia bebas dimainkan oleh pengguna di seluruh dunia tanpa sempadan.

#### **1.5.5 Ketagihan Permainan Dalam Talian**

Menurut Angela (2013), ketagihan permainan dalam talian adalah suatu bentuk ketagihan yang disebabkan oleh teknologi internet atau dikenali dengan istilah *internet addictive disorder*. Manakala, Weinstein dan Lejoyeux (2010) pula menjelaskan perilaku seseorang pemain yang bermain secara berlebihan seolah-olah, tiada hal yang perlu dilakukan kecuali bermain game dan seolah-olah game merupakan kehidupannya dan mempunyai kesan yang negatif bagi pemainnya.

Ketagihan permainan dalam talian menurut Xu et al., (2012), merujuk kepada gangguan permainan yang berkaitan dengan penggunaan platform permainan dalam talian yang bermasalah, berulang dan kompulsif, yang menyumbang kepada ketidakupayaan yang teruk dalam tempoh masa yang berpanjangan untuk bekerja di pelbagai alam.

Maka, dalam kajian ini, ketagihan permainan dalam talian merujuk kepada sikap kebergantungan seseorang secara melampau terhadap permainan dalam talian dan sikap ingin bermain secara berterusan yang mana akan memberi kesan buruk kepada fizikal dan mental seseorang.

#### **1.5.6 Psikospiritual Islam**

Psikospiritual Islam merupakan dua perkataan yang digabungkan daripada perkataan psikologi dan spiritual yang membawa makna pemikiran atau kajian tentang

proses mental dan pemikiran yang bersifat rohaniiah dari perspektif agama Islam (Che Zarrina Sa'ari et al., 2021; Mohd Rushdan Mohd Jailani & Ahmad Bukhari Osman, 2015). Spiritual juga merupakan faktor pendorong kepada daya kecerdasan intelektual dan emosional yang memandu individu ke arah jalan yang lebih baik.

Spiritual merupakan anugerah yang dikurniakan oleh Tuhan kepada manusia menerusi ilmu pengetahuan, penghayatan dan pengalaman hidup (Che Zarrina Sa'ari, 2019). Spiritual dalam perspektif Islam merujuk kepada dimensi dalaman manusia yang menghubungkan diri individu dengan pencipta iaitu Allah. Ia adalah fitrah yang wujud sejak manusia diciptakan dan menjadi asas kepada pencarian makna hidup, tujuan kewujudan serta hubungan moral dengan persekitaran. Anugerah ini berkembang melalui tiga saluran utama iaitu ilmu pengetahuan, penghayatan dan pengalaman hidup.

Psikospiritual menurut al-Ghazali merupakan elemen dalaman yang merujuk kepada roh, akal dan nafsu dan roh (Muhammad Afiq Abd Razak & Mohd Syukri Zainal Abidin, 2020). Elemen dalaman ini yang membentuk personaliti diri seseorang. Unsur roh dalam diri manusia merupakan elemen spiritual yang wajar dipelihara dan dibersihkan sentiasa bagi memastikan kesihatan dalaman berada dalam keadaan sihat, baik dan sempurna.

Unsur akal atau rasional yang dianugerahkan oleh Allah SWT dalam diri manusia berperanan dalam proses berfikir (kefahaman), komunikasi (pertuturan) dan sosial (tanggungjawab). Nafsu pula mempunyai dua potensi iaitu daya marah dan syahwat. Aspek hati pula, al-Ghazali menyifatkan hati sebagai raja kepada seluruh anggota manusia (Siti Jamiaah Abdul Jalil et al., 2017) dan ianya merupakan teras kepada falsafah manusia dan mempunyai hubungan dengan unsur lain.

Dalam kajian ini, psikospiritual Islam merujuk kepada amalan-amalan psikospiritual dan juga pendekatan psikospiritual Islam dan hisbah sendiri yang diketengahkan oleh para ulamak bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Amalan-amalan psikospiritual mampu berfungsi sebagai penyucian rohani, malah turut berkesan sebagai penyembuhan, perawatan, pencegahan dan lain lain yang mana telah lama diaplikasikan bersandarkan ilmu tasawwuf.

Justeru, kajian ini memfokuskan, amalan psikospiritual Islam dan hisbah sendiri sebagai alternatif bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian bersandarkan kepada spiritual, moral mahupun fizikal melalui al-Quran dan sunnah.

### 1.5.7 Hisbah Kendiri

Menurut Ibnu Manzur (1998) perkataan hisbah itu berasal dari perkataan arab iaitu ihtasaba, yahtasibu dan intisaban yang bermaksud bersegera dalam mendapatkan ganjaran pahala ibadah daripada Allah SWT dengan melakukan amar makruf seperti mana yang menjadi tuntutan dalam agama Islam. Menurut Afifi Farhana Mhd Poad & Muslihah Mazlan (2019) dalam kajiannya menyatakan bahawa hisbah secara terminologinya merupakan suatu perlakuan, tugas dan suruhan agama yang mencakupi pertimbangan untuk *amar makruf* dan *nahi mungkar* ke atas individu yang diberi tanggungjawab dalam menjaga urusan manusia khususnya umat Islam.

Menurut Alias Azhar et al., (2020) hisbah boleh dibahagikan kepada tiga bahagian iaitu pengawasan diri (hisbah sendiri), pengawasan sosial dan pengawasan pihak berautoriti. Hisbah sendiri merupakan suatu konsep yang mampu memberi perkembangan terhadap kemampuan diri bagi mengukur diri sendiri dengan menekankan elemen kerohanian, perubahan kelakuan terhadap diri dan kemudiannya menempa kesedaran berakhlak dalam kehidupan berpandukan syariat (Mardzelah Makhsin et al., 2014). Menurut Auni Abdullah (2000) seseorang individu dapat mencegah diri daripada terjerumus dalam aktiviti yang melibatkan kemungkaran semasa melakukan pekerjaannya sekiranya amalan hisbah sendiri ini diamalkan.

Amalan hisbah sendiri yang dipraktikkan secara berterusan mampu membantu individu membendung diri individu daripada terlibat dalam perbuatan yang bercanggah dengan syariat ketika menjalankan tugas dan tanggungjawab (Auni Abdullah, 2000). Tambahan pula, pengawasan dalaman ini meneguhkan integriti moral, meningkatkan kepekaan terhadap batasan dalam agama, serta membentuk disiplin diri yang diperlukan bagi memastikan setiap tingkah laku yang dilakukan seiring dengan nilai etika Islam.

Menurut Mardzelah Makhsin et al. (2014), hisbah sendiri merupakan konsep yang berupaya memperkukuh keupayaan individu untuk menilai diri secara berterusan dengan menekankan aspek kerohanian, pembentukan perubahan tingkah laku, serta pemantapan kesedaran berakhlak dalam kehidupan berlandaskan syariat. Konsep ini bukan sahaja menuntut individu untuk melakukan muhasabah terhadap perbuatan dan niat, tetapi juga mendorong proses pemurnian diri secara berperingkat melalui disiplin rohani seperti *muhasabah*, *mujahadah* dan *tazkiyah al-nafs*. Melalui hisbah sendiri, seseorang dapat membina kesedaran moral yang tinggi, mengawal dorongan negatif, serta menentukan setiap tingkah laku seiring dengan nilai keagamaan dan prinsip etika

Islam. Pendekatan ini seterusnya mengukuhkan integriti peribadi dan membantu individu mencapai keseimbangan emosi, spiritual dan tingkah laku dalam kehidupan seharian.

Maka, dalam kajian ini, hisbah sendiri merujuk kepada mekanisme pengawasan dalaman yang melibatkan enam proses utama dalam pelaksanaan amalan hisbah sendiri, iaitu *musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran), *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran), *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan), *muqaah*, *mujahadah* dan *mu'atabah* (mengkritik diri).

## **1.6 Skop Dan Batasan Kajian**

Skop kajian ini bersifat konseptual. Kajian ini hanya mengkaji konsep psikospiritual Islam berfokuskan kepada amalan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri. Kajian akan mengkaji amalan yang bersesuaian dalam psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri untuk diintegrasikan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

Segala data bagi membina langkah pengintegrasian ini diperolehi dari dua sumber. Pertama, dapatan kajian akan dilakukan melalui sesi temu bual secara bersemuka dan dalam talian bagi mendapatkan maklumat yang lebih mendalam dengan pakar psikologi dan kaunseling (Islam dan konvensional), ahli sarjana, pegawai kerajaan dan para pengamal yang mempunyai pengalaman yang luas dalam bidang psikologi berkenaan ketagihan kelakuan, psikospiritual Islam dan hisbah sendiri. Kedua, penelitian data sekunder maklumat yang diperolehi secara dalam talian bagi memperolehi kefahaman yang lebih jitu berkenaan konsep psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri menerusi artikel-artikel, jurnal-jurnal, buku-buku serta bahan-bahan yang telah diterbitkan baik secara ilmiah menerusi jalan akademik mahupun disebarkan melalui hebahan kepada orang awam melalui seminar.

Bagi memastikan kajian ini lebih berfokus tanpa sebarang penyimpangan, berikut merupakan batasan-batasan kajian yang telah digariskan. Ia seperti berikut :

- i) Subjek kajian adalah terhad bagi memfokuskan kepada kajian konseptual. Kajian ini memfokuskan konsep psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian melalui pengintegrasian amalan psikospiritual dan konsep hisbah sendiri.

- ii) Subjek kajian adalah terhad mengkaji ketagihan tingkah laku hanya berfokuskan kepada isu dan masalah melibatkan ketagihan permainan di dalam talian. Maka segala isu dan masalah berkaitan ketagihan kelakuan yang lain adalah di luar batasan penyelidik.
- iii) Informan temu bual adalah terhad kepada mereka yang merupakan pakar psikologi, pakar psikiatri, kaunselor, pensyarah universiti yang berkeelayakan PhD dalam akademik serta pegawai kerajaan yang mempunyai autoriti dan dilihat sesuai untuk terlibat sebagai peserta kajian. Pemfokusan bidang dan kepakaran informan temu bual adalah terhad kepada mereka yang terdiri dalam kalangan tiga bidang iaitu pakar psikologi, pakar atau pengamal amalan psikospiritual Islam dan pakar atau pengamal konsep hisbah sendiri.

### **1.7 Kepentingan Kajian**

Kajian ini mempunyai beberapa kepentingan iaitu:

- i) Kajian ini diharapkan mampu menjadi amalan alternatif, sokongan sosial dan diguna pakai dalam menangani individu yang mengalami permasalahan ketagihan permainan dalam talian.
- ii) Kajian ini berpotensi menghasilkan kerangka baharu yang bersepadu, yang boleh dijadikan rujukan oleh pengkaji lain untuk penyelidikan lanjut dalam pengurusan ketagihan digital.
- iii) Memberikan panduan praktikal kepada kaunselor, guru, dan pakar psikologi Islam dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian secara lebih efektif dan berteraskan nilai agama sekaligus mengurangkan risiko berulangnya ketagihan.
- iv) Kajian ini dijangka dapat membuka peluang dan ruang perbincangan serta penyelidikan secara menyeluruh di peringkat nasional untuk mengetengahkan Psikologi Islam sebagai inisiatif penyelesaian kepada pelbagai masalah.
- v) Kajian ini dijangka dapat membantu pihak yang berautoriti terutamanya badan berkepentingan seperti Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM) dan sebagainya dalam inisiatif penyelesaian masalah mental khususnya serta dapat melahirkan masyarakat yang sihat fizikal dan mental seperti mana yang disasarkan dalam agenda

Sustainable Development Goals (SDGs) yang ketiga iaitu dasar Kesihatan Baik dan Kesejahteraan.

- vi) Kajian ini diyakini mampu mewujudkan suasana persekitaran yang harmoni dengan adanya masyarakat yang sihat dari sudut fizikal dan mental dan bersatu padu bagi mencapai kelestarian kehidupan yang lebih sejahtera dari yang sedia ada.

## **1.8 Organisasi Kajian**

Secara keseluruhannya, bab ini mempunyai lima bab. Bab pertama merupakan pendahuluan bagi kajian ini. Ia menghuraikan tentang pengenalan, pernyataan masalah, objektif kajian, persoalan kajian, definisi operasional, skop dan batasan kajian, kepentingan kajian, organisasi kajian dan kesimpulan.

Bab kedua menceritakan tunjauan literatur yang menghuraikan tentang kajian-kajian lepas, teori-teori yang berkaitan dan sorotan karya berkenaan dengan topik kajian. Bab ini bukan hanya memfokuskan kepada kelompongan yang wujud dalam kajian-kajian yang terdahulu akan tetapi menunjukkan justifikasi keperluan pengintegrasian konsep perlu dilakukan bagi memantapkan kaedah perawatan alternatif dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

Bab ketiga pula menceritakan berkenaan kaedah penyelidikan yang digunakan sepanjang kajian ini dijalankan dari aspek pengumpulan data dan analisis data. Bab keempat menceritakan hasil dapatan dan analisa kajian. Bab terakhir merupakan kesimpulan secara menyeluruh kajian penyelidikan ini.

## **1.9 Kesimpulan**

Bab ini telah membincangkan berkenaan pernyataan masalah kajian, objektif kajian dan persoalan kajian. Pengkaji juga telah memuatkan berkenaan definisi operasi kajian, skop dan batasan kajian, kepentingan kajian, organisasi kajian serta kesimpulan di dalam bab ini.

## BAB 2

### SOROTAN LITERATUR

#### 2.1 Pendahuluan

Tujuan kajian ini dijalankan untuk menangani ketagihan permainan dalam talian menggunakan langkah pengintegrasian psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri. Maka bab ini akan mengupas latar belakang berkenaan kajian tentang ketagihan, ketagihan kelakuan, kajian ketagihan permainan dalam talian, psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri berdasarkan kajian- kajian yang lepas. Kajian-kajian lepas amatlah penting untuk diteliti bagi menentukan *trend* kajian yang pernah dilakukan dan memastikan adakah wujud sebarang jurang mahupun kelompongan kajian yang memerlukan penambahbaikan pada masa kini.

#### 2.2 Latar Belakang Kajian

Pada era ini, kecanggihan teknologi telah menjadi alat sebuah kebergantungan dalam kehidupan, sehinggakan kehidupan menjadi tidak normal sekiranya berlaku keterbatasan apatah lagi gangguan terhadapnya. Di samping pertumbuhan ekonomi, kemajuan dari sudut sosial banyak mendapat manfaat daripada penggunaan teknologi, terutamanya dari perspektif strategik iaitu perhubungan manusia, pendidikan, dan sebagainya. Kepesatan media pada hari ini telah menjadi sebuah *platform* kepada wacana keadilan serta kesaksamaan dalam masa yang sama mengalami revolusi menjadi lebih kompeten sesuai mengikut peredaran zaman.

Platform media sosial merupakan medium yang banyak membawa kepada sisi yang bercanggah dan songsang apabila ianya diguna pakai tanpa pertimbangan yang waras dan rasional. Banyak pautan yang boleh diguna pakai melalui *platform* ini daripada bersifat kerohanian, pendidikan, ekonomi termasuklah menjadi medium bagi mengisi masa lapang menerusi hiburan termasuklah permainan video. Oleh kerana, sifat manusia yang memiliki tahap kepuasan tanpa batasan, maka ia sering ditambah baik dan menjadikan ia dipenuhi dengan kepelbagaian ciri dan keunikan yang tersendiri dari masa ke semasa. Kini para pelayar permainan video dapat menikmati dan merasai

pengalaman bermain seolah-olah mereka berada di suatu kehidupan yang nyata walau hakikatnya hanyut di dalam fantasi mereka tersendiri.

Sejarah penciptaan permainan video ini menurut Maizatul Haizan Mahbob & Muhammad Faiz Othman (2020), muncul pada era 1949-an setelah penciptaan asalnya diberi nafas yang baharu lalu divariasikan oleh Thomas T. Goldsmith Jr dan Estle Ray Mann. Permainan video yang pertama di dunia iaitu 'Tennis for Two' telah diperkenalkan oleh William Higinbotham pada tahun 1958. Manakala pada tahun 1972, permainan video jenis konsol yang pertama bernama Magnavox Odyssey telah dibangunkan oleh Ralph Baer. Pada tahun 1970an pula, permainan elektronik telah dimulakan dan telah berada di dalam pasaran pada tahun 1980an (Maizatul Haizan Mahbob & Muhammad Faiz Othman, 2020).

Teknologi semakin berkembang. Dan kini, muncul pula permainan di dalam talian selaras dengan kemunculan Revolusi Industri 4.0 (IR 4.0) yang mana banyak memikat hati para pemain kerana kepelbagaian ciri yang unik dan selaras dengan peredaran watak hero dan heroin semasa yang ada di dalam media hiburan. Permainan dalam talian telah berkembang pesat dan menjadi aktiviti yang sangat diminati bagi mengisi masa senggang dalam kehidupan seharian. Tidak dinafikan, ianya berkembang secara meluas dalam kebanyakan orang di seluruh pelosok dunia pada hari ini.

Permainan video atau game menurut Adams (2013), memberi impak positif sekiranya dimanfaatkan dengan baik untuk hiburan, yang mana ianya dapat memberi impak pengurangan stress dan kepenatan melalui permainan game tidak kira di luar talian, mahupun di dalam talian. Tidak dinafikan, permainan dalam talian banyak memberi manfaat kepada para pengguna bagi tujuan hiburan. Namun penggunaannya secara maksima mampu memberi impak yang negatif bukan sahaja kepada individu, malahan masyarakat dan negara.

Aktiviti permainan dalam talian yang berlarutan yang melibatkan pembaziran masa akan menjerumuskan seseorang itu di dalam ketagihan. Ianya seiring dengan apa yang dinyatakan oleh Ericson Ginsos dan Salleh Amat (2022) bahawa World Health Organization (2018), mengeluarkan fakta pengkategorian individu yang terjerumus dalam masalah berkaitan ketagihan permainan dalam talian sekiranya seseorang individu itu menghabiskan masa selama empat jam dan ke atas dalam sehari dengan hanya bermain permainan video semata-mata.

Maka tujuan kajian ini dijalankan bagi menangani masalah yang telah berlaku terhadap para pemain yang telah mengalami ketagihan permainan dalam talian melalui

amalan psikospiritual dan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Semoga hasil kajian ini dapat menjadi batu loncatan dalam memberi sumbangan untuk negara tanpa mengira peringkat umur agar usaha untuk merawat ketagihan permainan dalam talian dapat dilakukan dengan cara yang lebih baik.

### **2.3 Kajian Ketagihan Tingkah Laku**

Kajian ketagihan tingkah laku merupakan topik yang hangat dibahaskan pada era kini. Ketagihan tingkah laku menurut Wan Mohd Yusoff Wan Yaccob et al. (2021) diklasifikasikan sebagai salah satu aspek psikososial bermain komputer dan permainan digital yang paling kerap dibahaskan pada masa kini. Beliau mengulas bahawa dari segi sejarah, ketagihan tingkah laku boleh digambarkan sebagai sebarang tingkah laku yang melibatkan faktor utama ketagihan.

Ketagihan tingkah laku menurut Taş (2017) boleh digambarkan sebagai suatu kemerosotan fungsi individu dan ketidaksesuaian disebabkan oleh pameran yang tidak normal dan kerap bagi tingkah laku tertentu. Menurut Walther et al. (2012), impulsif dan kebimbangan sosial adalah satu-satunya faktor keperibadian yang menjadi ramalan yang ketara untuk semua lima tingkah laku ketagihan. Nilai impulsif yang tinggi secara konsisten meramalkan penggunaan bahan terlarang, perjudian, ketagihan internet dan permainan dalam talian yang bermasalah.

### **2.4 Kajian Ketagihan Permainan Dalam Talian**

Klasifikasi telah dibuat oleh World Health Organization (2020), ketagihan permainan dalam talian atau gangguan permainan dalam talian merupakan kecenderungan ke arah penyakit mental. Pernyataan ini diulas lebih lanjut jika seseorang individu itu terjebak dengan sering menghabiskan masa dengan bermain permainan dalam talian sehingga mengabaikan rutin harian dan menjejaskan aktiviti harian yang lain akibat keutamaan yang diberi sepenuhnya terhadap permainan dalam talian tanpa kawalan ke atasnya.

Kebimbangan muncul seiring dengan melihat pendapat Ericson Ginsos dan Salleh Amat (2022), menyatakan bahawa ketagihan permainan dalam talian ini boleh mengakibatkan kepelbagaian perubahan dan kesan terhadap fizikal dan mental seorang pemain. Menurut Wang et al. (2021) ketagihan permainan dalam talian ini juga mampu

mengakibatkan seseorang itu mengalami keresahan, kemurungan dan rasa khuatir untuk bersosial. Terdapat pelbagai kes di seluruh dunia yang menyebabkan kematian di antaranya pada tahun 2014, hasil laporan dari Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan (2020), seorang wanita yang berusia dua puluh tujuh tahun telah dilaporkan mati secara mengejut. Kematianannya dikatakan setelah menghabiskan masanya bermain permainan video selama sepuluh jam tanpa henti.

Pada tahun berikutnya 2015, seorang remaja dilaporkan dimasukkan ke wad kecemasan. Dia dikatakan meninggal di hospital tersebut dan dilaporkan akibat koma semasa bermain permainan video. Dia yang berusia tujuh belas tahun dilaporkan telah bermain permainan video tersebut selama dua puluh dua hari tanpa rehat dan berhenti hanya untuk makan dan juga tidur (Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan, 2020). Pada 26 Februari 2021, akhbar Utusan Malaysia melalui Adlinahani Khalil (2021) melaporkan tentang kematian seorang kanak-kanak yang berusia dua belas tahun di Indonesia. Kanak-kanak tersebut dilaporkan mati kerana telah dikenal pasti mengalami gangguan saraf akibat radiasi yang telah dikeluarkan daripada telefon pintar semasa bermain. Kematianannya juga dilaporkan berpunca daripada ketagihan permainan dalam talian yang keterlaluan.

Ketagihan permainan dalam talian boleh mengakibatkan seseorang itu hilang kawalan dan boleh mengakibatkan kematian. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Chen et al. (2018) melaporkan Ryan Van Cleave, pengarang *Unplugged: My Journey in the Dark World of Video Game Addiction*, memberikan gambaran yang menyentuh tentang betapa merosakkan *Internet Gaming Disorder* (IGD). Bekas penagih permainan dan merupakan seorang profesor Inggeris di sebuah universiti, Van Cleave menggambarkan dalam memorinya bagaimana dia hampir kehilangan segala-galanya apabila hidupnya dipengaruhi oleh permainan dalam talian (Spekman et al., 2013). Dia teringat bahawa dia akan memerah pada bila-bila masa yang dia dapati untuk berada di komputer bermain permainan dalam talian iaitu sebelum kelas, semasa waktu makan, dan larut malam semasa keluarganya tidur. Dia mengabaikan isteri dan anak-anaknya, serta kerjayanya di universiti. Akibat ketagihan permainannya, dia hilang kawalan ke atas hidupnya dan cubaan membunuh diri, sebelum mendapatkan bantuan yang menyelamatkan nyawanya, hubungan dan pekerjaannya. Jika tidak dirawat, IGD boleh mengakibatkan kematian.

Ketagihan permainan dalam talian juga mampu mempengaruhi emosi seseorang untuk bertindak membunuh diri. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wan

Muhammad Iskandar Firdaus Wan Ahmad et al. (2022) melaporkan pada tahun 2020, telah menggemparkan Pakistan setelah terdapat tiga kes bunuh diri. Kes bunuh diri ini dilaporkan berpunca dari ketagihan yang keterlaluan dalam bermain permainan dalam talian (M. Ichsan Nawawi et al., 2021). Sejak kebelakangan ini, isu ketagihan permainan dalam talian dilihat semakin kritikal di Malaysia tanpa mengira peringkat umur. Menurut Nadzim Johan (2019) yang merupakan ketua aktivis Persatuan Pengguna Islam Malaysia (PPIM) telah melaporkan melalui akhbar Sinar Harian, akhir-akhir ini pihak Persatuan Pengguna Islam Malaysia telah menerima sejumlah aduan dari orang awam dan juga ketua-ketua jabatan. Aduan tersebut berkenaan terdapat segelintir penjawat awam yang terjejas tugas dan tanggungjawab mereka akibat mengalami ketagihan permainan dalam talian yang keterlaluan. Beliau menzahirkan kerisauan sekiranya masalah ini berterusan tanpa tindakan kerana ia bakal mengurangkan mutu perkhidmatan awam walaupun aduan yang diterima berada di tahap yang minima.

Permainan dalam talian juga dikhuatiri dapat meruntuhkan akhlak kerana mempunyai ada di antaranya yang mempunyai adegan lucah. Pada masa yang sama, terdapat unsur syirik yang diserap ke dalam elemen permainan tersebut. Kebimbangan pada pemain muslim kerana permainan dalam talian banyak melibatkan unsur lucah dan syirik seperti kweujudan karakter kuasa Tuhan dan syaitan, pelaksanaan ritual berunsurkan kuasa, ritual penyembahan dan sebagainya (Mohd Yusra Abdullah, Mohammad Taqiuddin Mohamad, et al., 2022). Perkara ini amat membimbangkan kerana memberi pendedahan terhadap unsur syirik dan agama lain terhadap pemain yang beragama Islam.

Terdapat juga laporan berkenaan pengabaian solat akibat daripada ketagihan permainan dalam talian. Menurut laporan Muhammad Haziq Ikhmal Huzairi dan Mohd Syukri Zainal Abidin (2023) menyatakan pengabaian solat dalam kalangan pelajar akibat terlampau obsess dengan permainan dalam talian. Ianya seiring dengan apa yang dinyatakannya dalam kajian A'dawiyah Ismail et al. (2020) yang mengemukakan kelekaan bermain permainan dalam talian yang mengasyikkan telah mengakibatkan seseorang itu leka dengan waktu untuk makan, minum dan mengerjakan solat. Hal yang sama menurut kajian Shahirah Rafee & Nurhikmah Mubarak Ali (2022) yang mengemukakan kelekaan dan ketagihan para pelajar terhadap peranti pintar akan menyebabkan seseorang itu berasa malas, suka menyendiri, ponteng dari sekolah dan sering meninggalkan ibadat solat.

Hal ini perlu dipandang dengan lebih serius kerana solat merupakan ibadat wajib yang sangat dituntut oleh Islam terhadap Muslim. Dengan adanya sikap samal lewa seseorang dalam isu membabitkan ibadat yang wajib, mampu meruntuhkan institusi agama mahupun spiritual dalam diri seseorang. Kebimbangan ini adalah selari dengan peratusan statistik yang semakin meningkat di peringkat global. Terdapat sebilangan kajian yang telah dilakukan di peringkat antarabangsa dan mendapati peratusan ketagihan permainan dalam talian di negara-negara di dunia adalah di antara 0.7% hingga 27.5%. Selain itu, menurut Dr. Alok Kanojia, pakar psikiatri dunia berkaitan ketagihan permainan dalam talian, beberapa negara Asia bergelut dengan ketagihan permainan dalam talian dalam populasi mereka. 10% kanak-kanak di Singapura ketagih dengan internet dan permainan.

Satu kajian yang dijalankan di Hong Kong pada 2017 mendedahkan bahawa secara purata, 13.9% pelajar lelaki menghabiskan lebih dua puluh jam seminggu bermain permainan video. Korea Selatan pula mengisytiharkan gangguan permainan sebagai krisis kesihatan awam kerana lebih enam ratus ribu kanak-kanak bergelut dengannya. Manakala ketagihan permainan dalam talian tertinggi di dunia adalah di Iran iaitu sebanyak 22.8%. Di Thailand pula, jumlah kanak-kanak yang mengalami ketagihan permainan dalam talian meningkat sehingga 400% pada tahun 2018.

Berdasarkan penelitian terhadap ketagihan permainan di Thailand, menurut Wanpen et al. (2022), berdasarkan pemantauan ketagihan permainan oleh Institut Kesihatan Mental Kanak-Kanak dan Remaja Rajanagarindra dalam tempoh lima tahun yang lalu, antara tahun fiskal 2014–2018, kes ketagihan permainan, seperti yang ditakrifkan oleh ICD-11, dalam kalangan kanak-kanak dan remaja (bawah lapan belas tahun) adalah tujuh kali lebih tinggi daripada sebelumnya. Kelaziman masalah ketagihan permainan di kalangan pelajar gred empat hingga enam adalah pada 15% mengikut penyelidikan di Thailand mengenai kelaziman ketagihan permainan. Ini menunjukkan bahawa kanak-kanak dan remaja di negara Thailand berumur enam hingga lapan belas tahun paling terdedah kepada ketagihan permainan.

Malaysia juga perlu segera memberi perhatian sepenuhnya dalam isu ini kerana ia berkait rapat dengan penggunaan internet dan media sosial. Ini kerana menurut statistik di peringkat global, Mohamad Hafifi Jamri et al., (2021) menyatakan Malaysia merupakan negara kesembilan paling aktif media sosial pada tahun 2018. Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (SKMM) telah melaporkan bahawa pengguna Internet telah meningkat daripada dua puluh empat perpuluhan lima juta pengguna

(76.9%) pada 2016 kepada dua puluh lapan perpuluhan tujuh juta (87.4%) pada 2018 (Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia, 2019). Manakala peminat permainan dalam talian atau e-Sukan Malaysia terdiri daripada lebih sembilan perpuluhan lima juta orang pada tahun 2018 dan dianggarkan jumlah peningkatan berganda pada tahun yang seterusnya. Atas sebab ini, menurut Norshakirah Aziz et al. (2021) Malaysia telah menjadi salah satu daripada kawasan e-Sukan yang paling pesat meningkat.

Maka, rakyat Malaysia dilihat mempunyai risiko yang lebih tinggi untuk terjebak dengan pelbagai bentuk ketagihan siber seperti ketagihan permainan dalam talian. Di antara platform yang paling banyak digunakan oleh pemain di Malaysia menurut Khairah @ Asma'a Baharun et al. (2017) adalah telefon mudah alih atau telefon pintar dan ia melibatkan pemain dari kalangan lelaki dan perempuan. Masalah ini perlu segera ditangani dan diberi solusi alternatif agar tidak bertambah kritikal seperti yang berlaku di peringkat global.

Islam merupakan sebuah agama yang *syumul* dan menyediakan tawaran berserta penyelesaian bagi segenap aspek masalah di dalam kehidupan dan ianya selari dengan fitrah penciptaan manusia. Oleh sebab itu, kajian ini mencadangkan kaedah alternatif dalam perawatan dengan menggunakan elemen psikospiritual Islam dan juga konsep hisbah sendiri bagi membendung masalah ketagihan permainan dalam talian. Kedua-dua pendekatan ini akan memfokuskan kepada kaedah penyucian jiwa dan pengawasan sendiri yang diketengahkan oleh para ulamak. Integrasi kaedah psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri adalah satu pendekatan baru bagi meningkatkan motivasi pengawasan sendiri dan perubahan yang konsisten ke arah kebaikan sehingga perubahan yang dilakukan dirasakan bebas daripada pergantungan dengan orang lain.

Tuntasnya, mereka yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian tidak lagi memerlukan kepada pengawasan orang lain untuk melakukan sebarang perubahan. Ini bertepatan dengan tuntutan Islam ke atas umatnya iaitu orang yang beriman tidak melakukan perkara yang tidak memberikan manfaat kepada agama, bangsa dan negara. Setiap detik kehidupan amatlah bernilai dan perlu dihargai sebaiknya. Hal ini kerana orang mukmin mempunyai sifat takwa yang menyebabkan mereka gerun sekiranya perbuatan mereka menjadi asbab menuju ke neraka. Menjadi seorang mukmin bukan bermaksud seseorang itu perlu meninggalkan hal keduniaan secara keseluruhan, namun menjadi seorang mukmin bermaksud bijak menjadikan segala hal berkaitan pekerjaan dunia sebagai *wasilah* menuju ke syurga yang abadi.

Sesungguhnya kehidupan di dunia amat singkat waktunya, oleh itu kehidupan ini perlu ditadbir urus dengan sebaiknya dalam kerangka membangunkan agama Islam serta memenuhi tuntutan dan ketaatan kepada Allah SWT.

#### **2.4.1 Jenis Permainan Dalam Talian**

Permainan dalam talian merupakan suatu fenomena yang telah mengiringi manusia sepanjang sejarah umat manusia. Permainan dalam talian pada hari ini terdiri dari kepelbagaian jenis dan mempunyai ciri keunikannya yang tersendiri. Menurut Krista Surbakti (2017) permainan dalam talian pada hari ini terdiri dari kepelbagaian jenis. Ianya bermula dari permainan sederhana yang berasaskan teks semata sehingga permainan yang menggunakan layar grafik kompleks lalu membina sebuah dunia maya yang sangat hebat pada hari ini sehingga ia banyak mendapat tempat di hati masyarakat tanpa mengira faktor usia.

Terdapat persamaan jenis-jenis permainan dalam talian yang disenaraikan menurut kajian yang dilakukan oleh (Ahmad Hanif Sabielal Muttaqin, 2018; Krista Surbakti, 2017). Jenis permainan dalam talian tersebut akan dibahasakan di dalam sub topik seterusnya.

##### ***2.4.1.1 Permainan Penembak Orang Pertama Dalam Talian Berbilang Pemain Secara Besar-Besaran (MMOFPS)***

Permainan Penembak Orang Pertama Dalam Talian Berbilang Pemain Secara Besar-besaran atau *Multiplayer Online First-Person Shooter* (MMOFPS) dalam talian jenis ini menurut Krista Surbakti (2017), mengambil sudut pandang orang pertama. Hal ini demikian menjadikan pemain mengalami dan merasai watak yang dimainkan dari sudut pandang tokoh atau figura karakter yang diguna pakai dalam permainan tersebut. Setiap figura yang ada pula mempunyai kuasa dan kemampuan yang berlainan dalam setiap tahap tindak balas, ketepatan dan lain-lain. Jenis permainan seperti ini kebanyakannya bercorak ketenteraan dan dapat disertai oleh ramai pemain dalam satu masa. Matlamat utama permainan jenis ini adalah untuk menembak pemain lain dalam peta 3D. Antara contoh permainan dalam talian jenis ini adalah *Call of Duty*, *Counter Strike*, *Quake*, *Blood*, *Unreal*, *Point Blank*, *Counterstrike*, *Project Blackout* dan sebagainya (Krista Surbakti, 2017; Lebres et al., 2018).

#### ***2.4.1.2 Permainan Strategi Masa Nyata Dalam Talian Berbilang Pemain (MMORTS)***

Permainan strategi masa nyata dalam talian berbilang pemain atau *massive multiplayer online real time strategy* (MMORTS) menurut Lebres et al., (2018) merupakan permainan yang memfokuskan strategi dan taktikal agar pemain tunggal mempunyai kemajuan dan bergantung kepada gaya permainan sendiri serta hubungan bersama para pemain yang lain. Kemahiran individu dan taktikal susun-aturl strategi amat penting di mana ia akan diuji sepanjang permainan dimainkan. Antara contoh permainan dalam talian jenis ini adalah *Tribal Wars*, *Clash of Clans* dan sebagainya (Lebres et al., 2018).

#### ***2.4.1.3 Permainan Peranan Dalam Talian Berbilang Pemain Secara Besar-Besaran (MMORPG)***

Permainan peranan dalam talian berbilang pemain secara besar-besaran atau *Massively Multiplayer Online Role-Playing Games* (MMORPG) biasanya menampilkan karakter khayalan dan kolaborasi untuki menjalinkan penceritaan bersama (Ahmad Hanif Sabielal Muttaqin, 2018; Krista Surbakti, 2017). Ia biasanya lebih mengarah kepada kolaborasi sosial daripadapertandingan. Pada umumnya dalam RPG, para pemain digabungkan dalam satu kelompok.

#### ***2.4.1.4 Permainan Merentasi Pelbagai Platform (Cross Platform Online)***

Permainan merentasi pelbagai *platform* dalam talian menurut Krista Surbakti (2017) dapat dimainkan menggunakan peranti yang berbeza secara dalam talian. Saat ini alat kawalan permainan konsol (*console games*) mula berkembang menjadi seperti komputer yang dilengkapi dengan jaringan sumber terbuka (*open source networks*), seperti Dreamcast, PlayStation 2, dan Xbox yang memiliki fungsi dalam talian. Sebagai contoh permainan jenis ini ialah *Need for Speed Underground*, yang dapat dimainkan secara online dari PC maupun Xbox 360.

#### **2.4.1.5 Permainan Simulasi**

Matlamat permainan jenis simulasi ini ialah untuk memberi pengalaman kepada para pemain melalui simulasi (Rizki Agusman, 2019; Wan Muhammad Iskandar Firdaus Wan Ahmad et al., 2022) . Krista Surbakti (2017) menyatakan bahawa permainan jenis ini mempunyai banyak jenis pecahan. Antaranya ialah permainan simulasi-kehidupan (*life-simulation games*), permainan simulasi pembinaan dan pengurusan (*construction and management simulation games*) dan simulasi kenderaan (*vehicle simulation*). Pada permainan simulasi-kehidupan, para pemain mempunyai tanggungjawab ke atas sesebuah watak dalam memenuhi segala keperluan dan kecukupan terhadap watak tersebut seolah-olah watak tersebut hidup di dunia yang nyata seperti aktiviti bekerja, rutin pemakanan, pergaulan dan lain-lain seperti kebiasaan kehidupan manusia di dunia nyata. Antara contoh permainan jenis simulasi adalah *Second Life*.

#### **2.4.1.6 Permainan Dalam Talian Berbilang Pemain Secara Besar-Besaran (MMOG)**

Permainan Dalam Talian Berbilang Pemain Besar-besaran atau *Massive Multiplayer Online Games* (MMOG) merupakan jenis permainan video yang dimainkan sejumlah besar pemain dan mampu berinteraksi antara satu sama lain melalui dalam talian secara serentak tanpa mengira sama ada pemain di log masuk dalam permainan atau tidak) menerusi watak/karakter yang pemain cipta sendiri, dengan watak/karakter pemain lain serta dengan perisian permainan tersebut (Lebres et al., 2018). Permainan dalam talian berbilang pemain besar-besaran telah berevolusi secara meluas tahun demi tahun. Aplikasi ini menurut Ghobaei-Arani et al. (2019) dianggap aplikasi yang mempunyai pelbagai tahap dan peringkat yang mempromosikan kepada para pemain, dunia maya yang lebih luas di mana para pemain boleh berhubung dengan semua pemain (Bossche et al., 2006).

#### **2.4.1.7 Permainan Muzik/Tarian**

Permainan jenis muzik/tarian merupakan jenis permainan yang baru diperkenalkan. Permainan ini menurut Ahmad Hanif Sabielal Muttaqin (2018) menyediakan ciri-ciri yang menampilkan muzik dan tarian. Ianya cukup terkenal dan

banyak dimainkan di tempat keramaian. Antara contoh permainan jenis muzik/tarian adalah *showtime*, *streetidol* dan lain-lain.

#### **2.4.1.8 Perjudian**

Permainan perjudian (kasino) merupakan bentuk hiburan yang diadaptasi ke alam maya sebagaimana di dunia nyata, berasaskan elemen nasib serta disertai sedikit strategi bagi mempengaruhi pihak lawan dengan tujuan memperoleh pulangan yang lebih besar (Mohd Yusra Abdullah, Mohd Ashrof Zaki Yaakob, et al., 2022). Aktiviti ini pada asasnya mendorong pemain bergantung kepada untung nasib, sekali gus mewujudkan kecenderungan terhadap ketagihan kerana wujudnya harapan untuk menang dengan mudah.

### **2.4.2 Faktor Ketagihan Permainan Dalam Talian**

Terdapat banyak faktor yang menjerumuskan masyarakat dalam ketagihan permainan dalam talian. Menurut kajian yang telah dilakukan oleh Wardatul Hayat Adnan & Ateefa Azairi (2021) dalam ketagihan permainan dalam talian yang berjudul “PlayerUnknown’s Battlegrounds” (PUBG), pengkaji telah menyenaraikan kepelbagaian faktor yang mengakibatkan para pemainnya terjerumus dalam ketagihan iaitu elemen perisian yang terdapat dalam permainan, kebolehcapaian permainan dalam talian, keakraban yang lemah dalam kekeluargaan, rasa sunyi dalam diri dan rasa rendah diri yang ada dalam diri.

Antara faktor ketagihan permainan dalam talian yang disenaraikan oleh Mahathir Muhamad et al. (2022) ialah faktor psikologi, teknologi dan media. Manakala Dewandari (2013), menyatakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi ketagihan permainan dalam talian (Rizki Agusman, 2019; Sapto Irawan & Dina Siska W., 2021). Antara yang dikemukakan ialah perbezaan jantina, keadaan psikologi dan jenis permainan dalam talian.

#### **2.4.2.1 Faktor Psikologi**

Faktor psikologi ini berlaku apabila pemain mempunyai daya imajinsi yang tinggi terhadap alur penceritaan, watak fiksiyen dan karakter yang terdapat di dalam permainan dalam talian (Mahathir Muhamad et al., 2022). Sikap keterujaan dan hal-hal

yang luar biasa yang berlaku sejajar dengan fantasi para pemain telah membawa para pemain untuk bermain permainan dalam talian secara berulang-ulang hari demi hari tanpa rasa jemu. Semangat dan motivasi para pemain menurut Sapto Irawan dan Dina Siska W. (2021) timbul dalam diri pemain apabila permainan dalam talian mempunyai kepelbagaian cabaran yang disediakan dalam slot permainan dalam talian untuk dipersembahkan kepada para pemain dan mereka menikmatinya sehingga mereka lebih tertarik untuk menikmati kehidupan di alam maya berbanding dengan realiti kehidupan yang sebenar.

#### ***2.4.2.2 Faktor Teknologi***

Teknologi terus berevolusi dari semasa ke semasa. Teknologi dikatakan pendorong kepada ketagihan dan dinamakan sebagai ‘ketagihan teknologi’ berpunca kepada trend para pengguna yang dilihat mempunyai obses dan ketergantungan yang melampau terhadap peranti elektronik (Mahathir Muhamad et al., 2022). Teknologi semakin meningkat dan bergerak maju apabila jumlah para pengguna dan pemain meningkat. Pelbagai kelebihan ditawarkan kepada manusia melalui penggunaan teknologi namun berlaku pula eksplotasi salah guna terhadapnya.

Mahathir Muhamad et al. (2022) menyatakan kemajuan yang mendadak terhadap teknologi telah menjadi sebuah tarikan terhadap para pengguna. Kualiti resolusi video dan penghasilan bunyi yang baik dalam sesebuah permainan juga menjadi salah satu punca tarikan terhadap permainan dalam talian. Perbandingan telah dilakukan di antara permainan dalam talian yang dimainkan secara bersendirian atau bermain secara teman juga diteliti di mana pemerhatian menunjukkan bermain bersama teman menjadi punca permainan lebih diminati dan menarik perhatian para pemain. Revolusi teknologi yang kian berkembang pesat ini menurut Mahathir Muhamad et al. (2022) bakal menjadi suatu penamat dengan gejala yang negatif.

#### ***2.4.2.3 Faktor Media***

Ketagihan terhadap permainan menunjukkan kesan buruk di kalangan individu hari ini. Ketagihan internet berkongsi beberapa ciri negatif pergantungan bahan dan telah terbukti mempunyai kesan seperti kegagalan akademik, kegagalan keluarga dan isu hubungan. Ia boleh membuat orang yang telah menjadi ketagih percaya seperti permainan akan mempunyai ganjaran untuk kejayaan, kemerdekaan dan juga hubungan

dengan pemain. Peranan media dalam mempromosikan permainan juga menyumbang kepada mengapa permainan sedemikian akan menjadi lebih popular dalam permainan ketagih. Pemprosesan iklan yang tidak disengajakan, keadaan pembelajaran yang tidak sedarkan diri, dan kesan pendedahan yang disengajakan dalam kesusasteraan iklan dan pemasaran tetap menjadi topik yang hangat diperdebatkan.

#### ***2.4.2.4 Faktor Perbezaan Jantina***

Faktor perbezaan jantina mampu mempengaruhi seseorang ketagih terhadap permainan dalam talian. Fantasi permainan dalam talian merupakan punca tarikan yang mempengaruhi ketagihan permainan dalam talian. Dalam beberapa kajian ada melaporkan bahawa kecenderungan banyak masa dihabiskan dengan bermain permainan dalam talian ialah lelaki berbanding wanita.

#### ***2.4.2.5 Kepelbagaian Jenis Permainan Dalam Talian***

Kepelbagaian jenis permainan dalam talian timbul dan diperkenalkan di pasaran membuatkan para pemain mempunyai pelbagai pilihan untuk memilih jenis permainan dalam talian mengikut citarasa mereka sehingga rasa bosan terhadap permainan dalam talian tidak wujud di dalam hidup mereka. Menurut Rizki Agusman (2019) menyatakan permainan dalam talian merupakan sebahagian dari dimensi sosial yang dapat menghapuskan perasaan sepi, ketidakmampuan berinteraksi bagi para pemain yang mengalami ketagihan. Oleh sebab itu, para pemain yang mengalami ketagihan merasakan bahawa dunia realiti kurang menarik dan membuatkan rutin harian mereka terabai kerana terlampau banyak menghabiskan masa dengan berseronok memainkan permainan dalam talian.

### **2.4.3 Kesan Negatif Ketagihan Permainan Dalam Talian**

Masalah berkaitan tingkah laku akan memberi akibat dan kesan negatif sekiranya diulang secara berkali-kali. Begitu juga dengan ketagihan permainan di dalam talian yang akan mendatangkan kepada kepelbagaian kesan dan kemudharatan kepada para pemainnya sekiranya permainan dalam talian dimainkan secara berulang-ulang. Permainan dalam talian menurut Agustarika & Adam (2020) pada awalnya merupakan sebuah platform yang dicipta bertujuan untuk mengurangkan tahap tekanan atau tahap

keimbangan rentetan daripada aktiviti rutin harian yang dilakukan oleh manusia pada setiap hari. Namun apa yang berlaku diluar dari jangkaan di mana permainan dalam talian tidak mengurangkan beban dan keimbangan manusia malah makin menambahkan lagi permasalahan kepada manusia itu sendiri.

#### ***2.4.3.1 Penurunan Pencapaian Akademik***

Ketagihan permainan dalam talian menurut Taş (2017) telah menjadi punca berlakunya penurunan dan menyebabkan para pemain menghadapi masalah di dalam akademik. Ketagihan permainan dalam talian menurut Brunborg et al., (2014) berkait positif dengan prestasi akademik yang rendah rentetan daripada pengabaian pelajaran akademik dan halangan untuk melakukan kerja rumah. Taş (2017) di dalam kajian Young (1998) bersependapat bahawa situasi seperti kegagalan untuk melakukan persediaan untuk ujian peperiksaan, menyiapkan kerja rumah yang diberikan dan bukannya peperiksaan; mengambil gred rendah, malah mendapat penggantungan daripada sekolah merupakan aspek negatif yang berlaku akibat daripada ketagihan permainan dalam talian dan penggunaan teknologi keterlaluan.

Ketagihan permainan dalam talian mampu memberi kesan buruk terhadap akademik individu sekiranya pelajar mendapat penggantungan dari pihak sekolah kerana ia bakal menjejaskan dan mempengaruhi penglibatan dan kehadiran pelajar tersebut ke sekolah.

#### ***2.4.3.2 Kecenderungan Perlakuan Negatif***

Penyelidikan mengenai kesan permainan dalam talian pada tahap keagresifan telah membawa kepada keimbangan bahawa mereka mungkin menimbulkan risiko kesihatan awam. Kajian keratan rentas menurut Hollingdale & Greitemeyer (2014) telah menemui korelasi yang positif antara permainan video ganas dan pencerobohan kehidupan sebenar (Craig A. Anderson & Karen E. Dill, 2000). Menurut kajian yang dilakukan oleh Brunborg et al., (2014) mereka yang terlibat di dalam ketagihan permainan dalam talian juga terjerumus ke arah perlakuan negatif. Perlakuan negatif atau tingkah laku yang agresif boleh diukur melalui corak tindak balas individu. Corak tindak balas seseorang terhadap keagresifan menurut Agustarika & Adam (2020) memerlukan rangsangan dalam bentuk keadaan sosial dan persekitaran (faktor psikososial) untuk menimbulkan tingkah laku agresif.

Ia adalah selaras dengan penyelidikan yang dijalankan oleh Hollingdale & Greitemeyer (2014) yang mengenal pasti kanak-kanak yang bermain permainan yang berunsur keganasan menunjukkan keagresifan yang lebih besar daripada kanak-kanak yang bermain permainan video yang biasa, tetapi bentuk rangsangan yang sama tidak selalu membawa kepada tingkah laku pencerobohan yang sama dalam setiap diri individu. Apabila keseimbangan antara keupayaan mengawal diri dan jumlah rangsangan terganggu, ia akan menghasilkan tingkah laku agresif yang mana akan membawa ke arah perlakuan yang negatif.

#### ***2.4.3.3 Perubahan Emosi***

Menurut Butet Agustarika dan Adriyani Adam (2020), dalam hasil penyelidikan Cao dan Su terhadap tujuh orang pelajar yang mengalami ketagihan permainan dalam talian di Korea menunjukkan bahawa pelajar yang mengalami ketagihan mudah dipengaruhi oleh perasaan yang tidak stabil, imaginasi dan khayalan, pemikiran yang mendalam, berdikari, bereksperimen untuk mengetahui sesuatu dan memilih untuk membuat keputusan secara sendirian. Perasaan emosi yang tidak stabil dan mudah marah adalah simptom yang dialami oleh remaja apabila dia mengalami ketagihan bermain permainan dalam talian.

Sifat kemarahan menurut Butet Agustarika dan Adriyani Adam (2020) merupakan suatu bentuk komunikasi dan proses penyampaian mesej daripada seseorang individu. Tindak balas kemarahan seseorang berbeza-beza bergantung kepada kawalan diri setiap individu. Apabila kemarahan dimanifestasikan dalam tingkah laku maladaptif, maka tingkah laku ganas berlaku. Tingkah laku maladaptif merupakan keadaan perilaku individu yang tidak mampu beradaptasi dengan persekitarannya secara wajar. Sekiranya individu tidak mampu mengawalinya, maka individu tersebut akan bertindak di luar dari jangkaan dan kawalan.

Menurut Butet Agustarika dan Adriyani Adam (2020) dalam kajian Rika Agustina Amanda (2016), telah mendapati bahawa hasil kajiannya menunjukkan sebanyak 61.38% responden menyatakan apabila berlaku perlawanan permainan dalam talian, responden mengalami rasa gementar, takut, cemas dan mereka takut akan kekalahan apabila bermain permainan dalam talian. Dalam pada itu, mereka mengatakan akan berasa marah sekiranya mengalami kekalahan semasa bermain permainan dalam talian.

Keadaan ini merupakan salah satu faktor risiko paling kuat untuk gangguan ketagihan permainan dalam talian yang datang dari faktor individu iaitu keadaan psikopatologi Defisit Perhatian dan Hiperaktif atau *Attention Deficit and Hyperactivity* (ADHD) dan kemurungan serta kebimbangan (Rho et al., 2018). Inilah yang menyebabkan pelajar yang bermain permainan dalam talian mempunyai ketakutan kekalahan yang akan mengakibatkan mereka meluahkan dan melampiaskan amarah mereka dengan cara yang keras.

#### **2.4.3.4 Perubahan Pola Pemakanan**

Perubahan yang berlaku terhadap pola pemakanan merupakan sebuah kebiasaan terhadap para pemain permainan dalam talian. Para pemain permainan dalam talian yang mengalami ketagihan mampu menghabiskan masa mereka seharian dengan bermain permainan dalam talian tanpa menghirau rutin harian mereka seperti makan dan minum (Ridwan Syahrin, 2015). Perubahan pola pemakanan ini terjadi kerana berlakunya penurunan pengawalan terhadap diri daripada bermain permainan dalam talian (Ahmad Hanif Sabielal Muttaqin, 2018; Krista Surbakti, 2017).

Rentetan daripada kesukaran mengawal diri daripada bermain permainan dalam talian yang berterusan, waktu ideal pengambilan pemakanan tidak diendahkan dan tidak teratur. Para pemain yang mengalami ketagihan, rela melangkau dan melepaskan waktu tidur, waktu makan dan rutin harian seperti manusia yang normal dan masa mereka dihabiskan di dunia maya dengan bermain permainan dalam talian (K. Young, 2009).

#### **2.4.3.5 Pembaziran**

Dalam kajian yang dilakukan oleh Rho et al., (2018) mendapati bahawa pengguna yang mengalami Gangguan Permainan Internet atau *Internet Gaming Disorder* (IGD) lebih banyak membelanjakan wang untuk permainan berbanding kumpulan kawalan sepanjang kajian dijalankan (Choo et al., 2010). Penyelidikan terdahulu telah melaporkan bahawa pengguna IGD bukan sahaja membazirkan sejumlah wang, namun mereka juga menghabiskan masa dan rutin harian mereka dengan bermain permainan dalam talian secara keterlaluan.

Banyak wang dikeluarkan oleh para pemain yang tidak mempunyai kelengkapan bagi mengakses komputer di Kafe Siber yang menyediakan perkhidmatan menggunakan komputer bagi para pemain yang tidak mempunyai kelengkapan (Ahmad

Hanif Sabielal Muttaqin, 2018; Krista Surbakti, 2017). Pembelian yang keterlaluan terhadap *gold/point/* karakter dan lain-lain juga diperlukan bagi memenuhi minat dan kepuasan para pemain. Bagi pemain yang mempunyai akses komputer di rumah pula, kebiasaannya akan membeli jaringan talian/ internet atau aksesori bagi memenuhi kehendak diri terhadap modifikasi dan keperluan alat permainan dalam talian.

Menurut Lo et al. (2005) telah melakukan penelitian dan mendapati bahawa jumlah masa yang dihabiskan oleh para penggemar permainan di dalam talian untuk bermain secara langsung dikaitkan dengan tahap kebimbangan sosial di mana sekiranya tidak ditangani dan dibendung secepatnya, ia bakal menjadi semakin parah dalam kalangan pemain.

#### **2.4.3.6 Menjejaskan Kesihatan**

Terdapat pelbagai kesan ketagihan permainan dalam talian yang berkait psikososial dan gangguan mental yang menjerumuskan para pemain ke arah kemerosotan kesihatan yang serius. Menurut Amir Arif Roslan et al. (2021), satu kajian telah dijalankan bagi mengemukakan bahawa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara ketagihan permainan video dan kesihatan psikologi (Choo et al., 2010) dan ia konsisten dengan hasil dapatan kajian di mana terdapat peningkatan yang signifikan hubungan antara ketagihan permainan dalam talian dan kesan psikososial.

Kajian daripada Brunborg et al., (2014) melaporkan bahawa pemain yang mengalami masalah ketagihan permainan khususnya golongan belia mempunyai risiko yang lebih besar untuk berasa rendah diri, mudah marah atau dalam *mood* yang tidak baik, gugup, letih dan penat dan berasa ketakutan berbanding pemain yang tidak bermasalah atau tidak mengalami ketagihan permainan.

### **2.5 Konsep Psikospiritual Islam**

Konsep psikospiritual merupakan sebuah pendekatan yang menggabungkan konsep psikologi (psiko) dan kerohanian (spiritual). Ia bertujuan untuk memahami dan memelihara aspek mental, emosi, dan rohani manusia secara menyatu. Psikospiritual Islam merupakan satu istilah yang merujuk kepada satu kombinasi terapi dari sudut psikologi dan spiritual individu (Lilin Rosyanti et al., 2018; Mohd Hefzan Azmi & Muhammad Nubli Abdul Wahab, 2019; Mohd Rushdan Mohd Jailani & Ahmad Bukhari Osman, 2015; Wan Fatimah Zahra' Wan Yusoff & Mohd Zohdi Mohd Amin,

2020) dan bersandarkan kepada disiplin ilmu yang digariskan di dalam prinsip Islam Islam (Muhammad Afiq Abd Razak & Mohd Syukri Zainal Abidin, 2020). Matlamat psikospiritual Islam ini adalah bagi memulihkan masalah berkaitan kejiwaan atau kerohanian bersandarkan sumber syariat yang mampu melahirkan kestabilan dan ketenteraman jiwa dan hati manusia.

Menurut Farah Mohd Ferdaus et al., (2022), psikospiritual Islam didefinisikan sebagai suatu konsep dan alternatif kaedah dalam merawat jiwa, rohani, mental, emosi serta perilaku moral manusia. Ia mempunyai persamaan menurut pandangan Siti Nur Aafifah Hashim dan Wan Norhaniza Wan Hasan (2022) yang menyatakan bahawa psikospiritual ini merupakan alternatif dalam merawat jiwa yang terbahagi kepada (nafsu, roh, hati), mental (akal), perasaan serta tingkah laku (akhlak) bersandarkan amalan yang diterapkan agama Islam berpanduan al-Quran, hadis, amalan yang dipraktikkan oleh *salafussoleh* dan ilmu yang tidak bertentangan dengan syariah.

Konsep teori ini ditunjangi kepada tokoh ilmuan Islam iaitu Imam al-Ghazali. Al-Ghazali mengemukakan psikospiritual Islam mengandungi empat unsur rohani yang terdapat dalam diri manusia iaitu roh, akal, nafsu dan hati. Pendekatan ini mengetengahkan kaedah dalam menyucikan jiwa (*tazkiyyah al-nafs*) yang mana menjadi satu keperluan kepada manusia demi mencapai dan merasai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat. Ia sealiran dengan apa yang dikemukakan oleh Khairul Hamimah Mohamad Jodi et al. (2014) yang menyatakan Abu Talib al-Makki mengemukakan kaedah psikoterapi Islam mengintegrasikan kaedah psikospiritual Islam dengan mengetengahkan pendekatan *tasawwuf* yang berfungsi sebagai pencegahan, penyembuhan, perawatan dan penyucian hati.

Dalam konsep psikospiritual Islam, konsep ini melihat kepada elemen psikologi, spiritual dan holistik. Elemen psikologi dalam kerangka psikospiritual merujuk kepada aspek yang melibatkan proses mental, emosi dan tingkah laku yang membentuk dalaman serta reaksi individu terhadap persekitaran. Menurut Md Noor Saper (2018), Al-Ghazali menegaskan dalam kitab *Ihya Ulumuddin* bahawa konsep keseimbangan manusia yang merangkumi keperluan jasmani (fizikal/luaran) dan rohani (dalaman). Elemen ini menjadi asas kepada cara seseorang menginterpretasi diri, menilai situasi, melakukan keputusan, dan mengekspresikan emosi.

Dalam konteks interpretasi sendiri, al-Ghazali melihat bahawa individu menilai diri berdasarkan kesedaran rohani yang terhasil melalui muhasabah, tazkiyah al-nafs dan penghayatan terhadap nilai-nilai keagamaan. Kesedaran ini membentuk prinsip

kognitif yang mempengaruhi cara seseorang menterjemahkan pengalaman hidup. Individu yang mempunyai rohani dan jasmani yang seimbang berupaya menganalisa situasi secara lebih teliti kerana proses pemaknaan pengalaman itu digerakkan oleh hati yang sejahtera dan kebolehpayaan akal yang mampu berfungsi dengan baik. Ia juga memainkan peranan penting sebagai elemen dalam pengintegrasian personaliti serta pemerkasaan motivasi tingkah laku (Siti Jamiaah Abdul Jalil et al., 2017).

Dari perspektif emosi pula, keseimbangan jasmani dan rohani menjadi asas kepada kestabilan afektif. Al-Ghazali menyatakan bahawa emosi tanpa kawalan merupakan manifestasi ketidakseimbangan jiwa, manakala emosi yang terkawal adalah hasil daripada pengurusan rohani melalui ibadah, zikir dan disiplin diri. Kegagalan mengawal emosi akan menjadi faktor manusia akan melakukan perkara yang di luar rasional dan membawa kepada unsur negatif. Kelemahan kawalan emosi dalam laporan (Amin Che Ahmat et al., 2024) akan membawa seseorang itu kembali kepada perkara pengulangan terhadap perkara negatif seperti ketagihan akan sesuatu diikuti dengan ketidaktenteraman hati, tekanan dan kelompongan kerohanian.

Maka, keseimbangan ini membantu individu mengekspresikan emosi dengan penuh adab, hikmah dan empati, bukan dengan reaksi impulsif atau keterlaluan. Secara keseluruhan, konsep keseimbangan menurut al-Ghazali bukan sekadar memenuhi dua dimensi manusia secara terpisah, tetapi menekankan integrasi yang harmoni antara tubuh dan jiwa sebagai asas pembentukan insan yang sejahtera.

Dalam elemen psikologi terdapat komponen kognitif, emosi dan tingkah laku. Aspek kognitif (fungsi pemikiran) memandu manusia dalam membina persepsi dan membuat penilaian terhadap realiti berpandukan akal pemikiran mengikut logik dan rasional. Selain itu, aspek emosi pula memandu manusia dalam mengawal dan mengurus perasaan dalam menghadapi tekanan dan cabaran hidup. Seterusnya, aspek tingkah laku merujuk kepada sebuah penzahiran yang jelas daripada proses pemikiran dan keadaan emosi dalam mengawal tingkah laku adaptif atau maladaptif. Tindakan dan tingkah laku seseorang didorong oleh pengaruh yang lebih besar dan dengan itu berpotensi mengimbangi pengaruh ini dalam aspek rohani dan juga psikologi (Sargeant & Yoxall, 2023)

Dari sudut konseptual, elemen psikologi dalam psikospiritual memahami manusia sebagai entiti yang berfikir, beremosi dan bertingkah laku secara bersepadu. Setiap aspek ini saling berkaitan mempengaruhi antara satu sama lain dalam membentuk tahap kesejahteraan manusia. Kesejahteraan mental pula tidak hanya

ditakrifkan sebagai ketiadaan simptom psikopatologi, tetapi merangkumi keharmonian antara kognitif, emosi dan tingkah laku yang selaras dengan nilai-nilai kerohanian yang lebih tinggi. Hal ini jelas kesepaduan antara kognitif, emosi dan tingkah laku dilihat berupaya mampu merawat dan memandu manusia ke arah yang lebih baik. Ia dijelaskan Sargeant dan Yoxall (2023), *Cognitive Behavioural Therapy* (CBT) atau Terapi Tingkah Laku Kognitif kekal sebagai salah satu rangka kerja yang paling diiktiraf dalam aplikasi psikologi pada hari ini.

Elemen spiritual dalam kerangka psikospiritual merujuk kepada dalaman diri manusia yang berkaitan dengan makna, nilai kehidupan dan hubungan dengan Tuhan. Spiritual menurut Che Zarrina Sa'ari (2019), merupakan anugerah yang dikurniakan oleh Tuhan dalam diri manusia melalui ilmu pengetahuan, penghayatan dan juga pengalaman hidup (Hasimah Chik et al., 2021). Menurut perspektif Islam, spiritual merujuk kepada dimensi dalaman manusia yang menghubungkan individu dengan Tuhan, iaitu Allah. Spiritual ini adalah fitrah asas yang tertanam sejak penciptaan manusia dan menjadi landasan bagi pencarian makna hidup, tujuan kewujudan serta pembentukan hubungan moral dengan persekitaran sekeliling. Elemen spiritual ini berkembang melalui tiga asas utama, iaitu ilmu pengetahuan, penghayatan nilai dan pengalaman hidup yang membentuk kematangan kerohanian individu.

Ilmu pengetahuan berfungsi sebagai dasar utama pembinaan spiritual kerana ia menyediakan kefahaman yang tepat mengenai hakikat sesuatu ciptaan, makna dan tujuan hidup dan hubungan manusia dengan Allah. Ibnu Sina mengemukakan bahawa spiritual ini merupakan fitrah dalam diri manusia dan memerlukan kepada jasad dan menjadi alat bagi mencari ilmu untuk menyempurnakan diri dan mengenal sang pencipta (Emie Sylviana Mohd Zahid, 2019). Dalam kerangka Islam, ilmu tidak terhad kepada maklumat kognitif, tetapi ia merangkumi pengenalan terhadap kebenaran wahyu serta pemahaman terhadap syariat. Ilmu yang sahih berperanan memandu manusia melakukan penilaian yang wajar, menghindari kekeliruan agama dan membentuk pandangan yang seimbang antara keperluan duniawi dan ukhrawi. Maka, pembinaan spiritual menuntut proses pencarian ilmu yang berterusan agar akal dan hati dapat dipandu secara selaras tanpa penyelewengan.

Penghayatan nilai merujuk kepada penghayatan prinsip-prinsip kerohanian seperti sifat syukur, sabar, ikhlas, tawakal dan taqwa. Nilai-nilai ini tidak hanya bercambah menerusi kebijaksanaan, tetapi ia menjalani proses penghayatan makna dalam diri sehingga ia membentuk sebuah karakter dan keperibadian individu. Menurut

Nur Shahidah Pa'ad (2017), penetapan matlamat tanpa diikuti penghayatan serta pembentukan niat yang baik akan mengakibatkan setiap usaha ke arah pembangunan diri yang dirancang dan dilaksanakan tidak mencapai tujuan, bahkan ia berisiko menjadi sia-sia. Penghayatan ini berlaku apabila individu menterjemahkan ilmu kepada amalan, mewujudkan nilai spiritual sebahagian daripada keputusan, tingkah laku dan reaksi emosinya. Tanpa penghayatan nilai, ilmu akan kekal bersifat teori dan tidak berkembang dalam penghasilan perubahan hakikat kerohanian.

Pengalaman hidup merupakan elemen yang mengukur, memantapkan dan mematangkan spiritual individu. Menurut Khairunnas Rajab (2006), seseorang individu akan mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri apabila wujud ketidakserasian antara persepsi terhadap diri dengan pengalaman hidup yang dilaluinya. Melalui pengalaman seperti ujian, kejayaan, kekecewaan atau perubahan kehidupan, seseorang belajar memahami hikmah Tuhan dan mengevaluasi kembali kedudukan diri dalam perjalanan spiritualnya. Pengalaman hidup yang dilalui dengan refleksi dan muhasabah akan membina kekuatan spiritual, kecerdasan emosi serta empati terhadap orang lain. Dalam tradisi kerohanian Islam, pengalaman hidup boleh dianggap sebagai guru yang membantu menguatkan hubungan individu dengan Allah melalui proses psikospiritual Islam. Dalam kerangka psikospiritual Islam, aspek ini memainkan peranan signifikan dalam pengukuhan daya tahan psikologi, kestabilan emosi dan panduan hala tuju kehidupan.

Pendekatan holistik merupakan asas penting dalam psikospiritual Islam. Pendekatan ini melihat manusia sebagai makhluk yang mempunyai pelbagai dimensi iaitu emosi, rohani, psikologi dan emosi yang saling berhubung dan tidak boleh dipisahkan antara satu sama lain. Dalam kerangka ini, kesejahteraan individu hanya dapat dicapai apabila semua dimensi tersebut berkembang secara seimbang dan saling menyokong antara satu sama lain. Ketidaksempurnaan satu aspek mampu mempengaruhi dan menjejaskan kesejahteraan individu secara keseluruhan (Hasimah Chik et al., 2021).

Terdapat banyak kerangka dan modul psikospiritual Islam yang dikemukakan oleh penyelidik-penyelidik sebelum ini. Antaranya ialah modul *Islamic Spiritual Rehabilitation Approach* (ISRA) atau Pendekatan Pemulihan Kerohanian Islam yang dilaporkan oleh Mohammad Adam Danial Hafiz Goh et al. (2021) yang mengemukakan lapan komponen yang boleh dipraktikkan iaitu terapi talqin, terapi mandi, terapi solat, terapi zikir, *khotaman*, *manaqiban*, *tadarus* al-Quran dan terapi puasa. Modul yang

dibina ini merupakan modul holistik hasil gabungan dan adaptasi Modul Inabah dan Modul Sokongan Psikososial daripada Agensi Anti Dadah Kebangsaan (Agensi Anti Dadah Kebangsaan, 2019)

Menurut Mohammad Adam Danial Hafiz Goh et al. (2021), hasil laporan pengaplikasian Modul Psikososial ke atas bekas klien ketagihan terhadap dadah, sebilangan besar klien menyatakan modul ini membawa mereka ke arah pembentukan disiplin, membantu memulihkan ketagihan ke atas mereka dapat dicapai melalui pembelajaran Modul Psikososial ini. Bagi Modul ISRA pula, ia menunjukkan kesan yang positif terhadap klien dan memupuk kepercayaan mereka bahawa konsep psikospiritual Islam juga berupaya menjadi suatu alternatif pemulihan ketagihan dadah. Oleh itu, pengukuhan dimensi kerohanian melalui proses penyucian jiwa dalam konsep psikospiritual Islam ini didapati memberikan kesan positif dalam usaha menangani masalah penagihan dadah.

Menurut laporan Nooraini Othman et al. (2013) berkenaan perbezaan personaliti psiko-spiritual dalam kalangan pelajar sekolah, megemukakan bahawa remaja yang bersekolah dalam aliran sekolah agama lebih menampilkan ciri-ciri personaliti psikospiritual berbanding pelajar sekolah aliran sekolah sains dan teknik (Intan Farhana Saparudin & Siti Nabilah Che Soh, 2018). Ciri-ciri personaliti psikospiritual itu merangkumi sifat amanah, penguasaan ilmu serta amal ibadah. Ia merupakan sebuah struktur keperibadian menyeluruh yang membina seseorang bagi memahami dirinya, berhubung dengan dunia dan bereaksi terhadap pengalaman hidup melalui keseimbangan aspek psikologi dan spiritual. Hal ini kerana, pelajar yang diberi pengetahuan ilmu agama secara mendalam dan pengamalan yang diterapkan dalam kehidupan seharian akan membawa impak kepada pembinaan personaliti psiko-spiritual mereka.

Menurut Akbar Husain (2005), kaedah psikospiritual mengemukakan tumpuan pada bagaimana rohani ditentukan dan dinaik taraf dengan kaedah solat, tafakur, meditasi dan pelbagai teknik spiritual yang ditonjolkan sebagai alternatif rawatan pemulihan (Intan Farhana Saparudin & Siti Nabilah Che Soh, 2018). Pendefinisian ini menunjukkan bahawa agama berperanan sebagai medium utama dalam membentuk jati diri dan kerohanian seseorang. Peranan agama tidak hanya bersifat ritualistik, tetapi merupakan mekanisme pembinaan diri yang holistik, yang akhirnya menghasilkan individu yang seimbang dari segi emosi, moral dan rohani.

Farah Mohd Ferdaus et al., (2022) mengemukakan tiga kaedah metod psikospiritual yang boleh diaplikasikan menurut Muhammad Afiq Abd Razak dan Mohd Syukri Zainal Abidin (2020), iaitu psikoterapi iman, psikoterapi ibadah dan psikoterapi *tasawwuf*.

Pendekatan ini memberikan kerangka yang komprehensif untuk memahami tingkah laku manusia, khususnya dari perspektif psikologi Islam yang menekankan aspek kognitif, afektif dan spiritual secara serentak. Kesimpulannya, psikospiritual merupakan alternatif rawatan bagi merawat dan membimbing manusia ke arah kebaikan menerusi jalan agama iaitu seperti mana yang telah dinyatakan dan bersandarkan kepada al-Quran, hadis dan para amalan salafussoleh bagi mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan di akhirat.

## **2.6 Konsep Hisbah Kendiri**

Hisbah merupakan kawalan pengawasan diri dan sosial dalam mentaati segala perintah yang disyariatkan Allah iaitu *amar makruf* dan *nahi mungkar*. Menurut Ibnu Manzur (1998) perkataan hisbah itu berasal dari perkataan arab iaitu ihtasaba, yahtasibu dan intisaban yang bermaksud bersegera dalam mendapatkan ganjaran pahala ibadah daripada Allah SWT dengan melakukan amar makruf seperti mana yang menjadi tuntutan dalam agama Islam. Melalui proses pengawasan dan penilaian diri yang berterusan, individu terlebih dahulu membentuk kesedaran moral dan kerohanian dalam diri sebelum melaksanakan tanggungjawab sosial tersebut terhadap orang lain. Kesedaran ini menjadikan amalan amar makruf nahi mungkar dilakukan secara beretika, berhikmah dan berasaskan keikhlasan, bukan semata-mata bersifat reaktif atau memaksa.

Dalam kajian yang dilakukan oleh Afifi Farhana Mhd Poad dan Muslihah Mazlan (2019), menyatakan Ibnu Khaldun berpendapat bahawa hisbah merupakan suatu perlakuan, tugas dan suruhan agama yang mencakupi pertimbangan untuk amar makruf dan nahi mungkar ke atas individu yang diberi tanggungjawab dalam menjaga urusan manusia khususnya umat Islam. Secara ringkas untuk difahami, hisbah boleh ditakrifkan sebagai *amar makruf* dan *nahi mungkar* atau mengajak masyarakat ke arah kebaikan dan menegah melakukan sebarang kemungkaran, memahami batas atau sesuatu perkara yang bertentangan dalam syariat agama.

Menurut Menurut Alias Azhar et al. (2020) hisbah mempunyai tiga pembahagian iaitu pengawasan diri (hisbah sendiri), pengawasan sosial dan pengawasan pihak berautoriti. Hisbah sendiri merujuk kepada usaha individu mengawasi, menganalisa dan mengawal tingkah laku sendiri agar sentiasa seiring dengan tuntutan syarak. Ia berasaskan kesedaran rohani, ketakwaan dan disiplin diri. Melalui pengawasan sendiri ini, individu bertanggungjawab memainkan peranan ke atas setiap kemahuan, tingkah laku dan keputusan yang dilakukan bebas daripada anasir luar, penyelewengan, ketidakadilan dan dosa. Hisbah sendiri ini merupakan sebuah teras kerana ia menyematkan nilai amanah dan integriti dalam diri individu sebelum campur tangan luar diperlukan.

Hisbah sendiri merupakan suatu konsep yang mampu memberi perkembangan terhadap kemampuan diri bagi mengukur diri sendiri dengan menekankan elemen kerohanian, perubahan kelakuan terhadap diri dan kemudiannya menempa kesedaran berakhlak dalam kehidupan berpandukan syariat (Mardzelah Makhsin et al., 2014). Auni Abdullah (2000) berpendapat, seseorang individu itu boleh mencegah dirinya sendiri daripada terjerumus dalam aktiviti yang melibatkan kemungkaran dan kemaksiatan semasa melakukan pekerjaan dan tanggungjawabnya sekiranya amalan hisbah sendiri ini diamalkan secara praktikal.

Elemen kerohanian ini berfungsi memperkukuh hubungan individu dengan Allah melalui kesedaran iman, keikhlasan niat dan amalan ibadah, yang seterusnya menjadi asas kepada proses muhasabah dan pengawalan diri. Melalui pendekatan ini, individu bukan sahaja menilai tingkah laku luaran, tetapi turut meneliti keadaan batin seperti niat, dorongan dan kecenderungan nafsu yang mempengaruhi perbuatan.

Selain itu, hisbah sendiri berfungsi sebagai medium transformasi tingkah laku yang bersifat reflektif dan progresif. Proses penilaian sendiri yang konsisten mendorong individu menilai kelemahan, membetulkan kesilapan dan membentuk tingkah laku baharu yang seiring dengan nilai moral dan tuntutan syariat. Perubahan ini berlaku secara berperingkat melalui latihan disiplin diri (*mujahadah al-nafs*) dan pembersihan jiwa (*tazkiyah al-nafs*), yang akhirnya membantu individu membina kawalan sendiri yang lebih kukuh terhadap pengaruh negatif dalaman dan luaran. Hisbah sendiri bersifat berterusan dan konsisten. Individu sentiasa memantau perkembangan diri, menilai kemajuan rohani dan akhlak, serta mengekalkan istiqamah dalam amalan dan tingkah laku yang diredai Allah (Muhammad Danish Rif'qi Lukman et al., 2023). Ia juga berfungsi sebagai benteng kawalan sendiri yang efektif dalam

membentuk individu berakhlak, berintegriti dan seimbang dari segi rohani, emosi dan sosial.

Kesannya, hisbah sendiri menatijahkan pembentukan kesedaran berakhlak yang mantap dalam kehidupan seharian. Kesedaran ini menjadikan individu lebih bertanggungjawab terhadap tindakan sendiri, peka terhadap implikasi moral setiap keputusan, serta konsisten dalam mempraktikkan adab dan etika Islam dalam pelbagai konteks kehidupan. Dengan berpandukan syariat sebagai kerangka nilai, hisbah sendiri bukan sekadar proses penilaian diri, tetapi merupakan suatu pendekatan holistik yang membentuk keseimbangan antara aspek spiritual, emosi dan tingkah laku, sekali gus menyumbang kepada pembangunan insan yang berintegriti dan sejahtera.

Maka, dalam kajian ini, hisbah sendiri adalah merujuk kepada elemen pengawasan diri dalam pembentukan tanggungjawab peribadi terhadap perlakuan kebaikan dan pencegahan kemungkaran yang melibatkan enam proses amalan hisbah sendiri iaitu *musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran), *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran), *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan), *muqaah*, *mujahadah* dan *mu'atabah* (mengkritik diri). Dengan amalan hisbah sendiri ini seseorang mampu untuk memelihara dirinya daripada terlibat dengan kemungkaran atau keluar dari kemungkaran yang dilakukan. Amalan hisbah sendiri dapat meningkatkan kawalan diri dan *amar makruf* dalam membentuk jati diri individu. Amalan *amar makruf nahi mungkar* yang lahir daripada hisbah sendiri akhirnya menyumbang kepada pembinaan masyarakat yang seimbang, beretika dan berlandaskan nilai Islam.

### **2.6.1 Proses Hisbah Kendiri**

Proses hisbah sendiri merujuk kepada satu medium penilaian dan pengawasan dalaman yang dilakukan oleh individu secara berterusan terhadap diri sendiri, dengan tujuan memastikan pemikiran, niat dan tingkah laku sentiasa seiring dengan tuntutan syariat dan nilai akhlak Islam. Ia merupakan proses reflektif yang bersifat dalaman, sukarela dan berterusan, berasaskan kesedaran kerohanian dan tanggungjawab peribadi kepada Allah. Berikut adalah proses hisbah sendiri.

### **2.6.1.1 Musyaratah (Berazam Menjauhi Kemungkaran)**

*Musyaratah* bermaksud sifat keazaman hati untuk menjauhi kemungkaran. Menurut Mardzelah Makhsin et al. (2012) musyaratah bermaksud membuat persyaratan melalui ikatan perjanjian di dalam hati atau menanam azam di dalam kehidupan. Jika difahami dengan baik, hati merupakan satu medan dalam menentukan sama ada melakukan perkara yang positif ataupun sebaliknya. Afifi Farhana Mhd Poad dan Azrin Ibrahim (2019) pula menyatakan bahawa musyaratah membawa erti penanaman keinginan dengan menyematkannya di dalam hati. Dengan penyematan azam ini, seseorang dapat melakukan tanggungjawabnya dengan sebaiknya.

Elemen ini sangat penting untuk menangani sebarang perselisihan dan pertikaian dalaman yang wujud dalam diri individu serta dapat mendokong ia daripada terlibat serta terjerumus dengan segala perkara yang bertentangan dengan syarak mahupun fitrah manusiawi. Secara tidak langsung, musyaratah berperanan penting dalam penyucian jiwa yang membawa ke arah kebahagiaan. Ini bertepatan dengan firman Allah dalam surah Asy-Syams, ayat 9 hingga 10 yang bermaksud :

*“Sesungguhnya berjaya lah orang yang menyucikan jiwanya (dengan iman dan amal kebajikan) Dan sesungguhnya hampalah orang yang menodai jiwanya sendiri (dengan kekotoran maksiat).”*

Ringkasnya, elemen ini boleh difahami sebagai suatu mekanisme refleksi atau mengambil ibrah dari apa yang telah berlaku dalam usaha transformasi diri ke arah yang lebih positif dari sebelumnya bersandarkan azam dan fokus yang selari dengan matlamat hidup manusia bagi mencapai *mardhatillah*.

### **2.6.1.2 Muraqabah (Waspada Dari Terjebak Dengan Kemungkaran)**

*Muraqabah* bermaksud kewaspadaan dari terjebak dengan kemungkaran. *Muraqabah* pada pandangan al-Ghazali membawa makna pengawasan dan kewaspadaan terhadap sebarang penyakit yang melibatkan hati dalam diri individu (Mardzelah Makhsin et al., 2012). Safiah Abd Razak et al., (2021) pula mengulas petikan kenyataan dari Ibnu ‘Ajiba yang menyatakan bahawa seorang hamba itu secara berterusan merasa yakin bahawa Allah selalu mengawasi dan memerhatikan hambanya sama ada ketika zahir atau ketika rahsia termasuk apa yang terkandung di dalam isi hati seorang insan. Jadi, seseorang itu akan berusaha memeriksa lalu memperbaiki bisikan

mahupun lintasan tercela yang muncul di benak hati yang boleh menggugat hati hingga terleka dalam mengingat sang Pencipta.

Dengan ini, ia akan memastikan bahawa manusia itu mampu menangani kekurangan yang ada pada diri mereka dalam melakukan kewajipan mereka kepada yang maha Pencipta. Firman Allah dalam surah an-Nisa, ayat 1 yang bermaksud :

*“Wahai sekalian manusia! Bertaqwalah kepada Tuhan kamu yang telah menjadikan kamu (bermula) dari diri yang satu (Adam), dan yang menjadikan daripada (Adam) itu pasangannya (isterinya - Hawa), dan juga yang membiakkan dari keduanya - zuriat keturunan - lelaki dan perempuan yang ramai. Dan bertaqwalah kepada Allah yang kamu selalu meminta dengan menyebut-yebut namaNya, serta peliharalah hubungan (silaturrahim) kaum kerabat; kerana sesungguhnya Allah sentiasa memerhati (mengawas) kamu.”*

Proses *muraqabah* secara dasarnya dapat difahami, apabila seseorang itu mempunyai sikap menyesal, malu dan ingin bertaubat, dengan apa yang telah dilakukan olehnya dalam kadar yang segera setelah melakukan sesuatu yang melanggar fitrah manusiawi. Dalam masa yang sama, elemen ini mampu membendung diri individu dari terjerumus ke arah kemungkaran. Dengan ini, secara tidak langsung dapat meningkatkan nilai etika dan moral individu tersebut.

#### **2.6.1.3 Muhasabah (Analisis Tindakan Dan Amalan)**

*Muhasabah* membawa erti kepada perbuatan menilai dan menganalisa diri terhadap apa yang telah berlaku menurut perbuatan yang dilakukannya pada masa lampau. Ahli sufi pula berpendapat bahawa muhasabah dapat dimaksudkan sebagai penganalisan yang dibuat secara berterusan atas hati dengan situasinya yang sering berubah-ubah. Menurut Luky Arya Suwandi (2021) muhasabah muncul dari satu sumber yang mencakupi gagasan-gagasan seperti memperbaiki perincian, mengajak (seseorang) untuk melakukan perincian, menyempurnakan (dengan seseorang) dan memutuskan (seseorang untuk) bertanggung jawab. Ia bermaksud bahawa muhasabah ialah perbuatan menghitung perlakuan yang telah dibuat atau yang mahu dibuat pada tiap-tiap waktu. Allah berfirman dalam surah al-Hasyr ayat 18 yang bermaksud :

*“Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang melihat apa yang telah dilakukannya untuk hari*

*akhirat, dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Maha teliti terhadap apa yang kamu lakukan.”*

Elemen *muhasabah* ini amatlah penting kerana seseorang dapat melakukan analisis sendiri supaya dengan pantas memperbetulkan kesilapan dan berazam untuk menjaga hubungannya yang baik dengan Allah. Fasa ini mampu menjadikan pengawasan diri seseorang lebih berdisiplin dan menghindar diri mereka dari melakukan sebarang kemungkaran.

#### **2.6.1.4 Mu'aqabah (Menilai Tindakan Dan Amalan)**

*Mu'aqabah* membawa maksud menilai diri di atas setiap tindakan dan amalan. Yasir Abdul Rahman (2014) menyatakan *mu'aqabah* membawa makna seseorang itu berani dalam menghukum dirinya sendiri di atas kegagalan yang dilakukan ataupun dek kerana target-target yang tidak dapat dicapai di atas ketetapan yang dilakukan oleh diri sendiri. *Mu'aqabah* juga menurut Mardzelah Makhsin et al. (2012) merupakan penilaian yang dibuat setelah meneliti kekurangan yang muncul dalam setiap perbuatan. Kelemahan yang timbul juga berpunca daripada kecuaiannya individu dalam mengawal dirinya dari nafsu lalu melakukan perkara yang bertentangan dengan syarak sehingga melakukan perkara yang menyalahi fitrah manusiawi.

Jadi, kesilapan yang berlaku akan melalui proses semak dan imbang kerana dikhuatiri bakal berlakunya pengulangan. Ringkasnya, *mu'aqabah* wajar dititik berat kerana jika kegagalan tidak diambil peduli, maka ia akan menyumbang kepada kekurangan disiplin yang lebih besar dalam diri individu.

#### **2.6.1.5 Mujahadah (Berjuang Menjauhi Kemungkaran)**

Perkataan *mujahadah* umumnya berasal daripada Bahasa Arab iaitu *jahada*. *Jahada* membawa maksud berjuang sedaya upaya. Manakala ahli sufi pula berpendapat istilah ini mendorong kepada disiplin perjuangan rohani manusia. *Mujahadah* secara asasnya adalah menentang hawa nafsu dengan menundukkannya bagi menurut perintah Allah dalam segala hal. *Mujahadah* juga merupakan satu usaha untuk menentang hawa nafsu dari menjajah diri manusia dengan penuh kesungguhan secara maksima tidak kira sama ada zahiriah mahupun batiniah melalui tindakan yang benar dalam melaksanakan perintah Allah bersandarkan al-Quran dan al-Hadis (Melinda Selviana, 2022; Triyo Supriyatno & Wan Mamat, 2019).

Maka, elemen mu'aqabah merupakan suatu inisiatif dalam memperelokkan kerohanian manusia dalam menuruti dan melaksanakan perintah Allah. Seseorang itu akan merasa semangat dalam memperjuangkan arah hidupnya terutama dalam melakukan ibadah sekiranya dia memiliki sikap mujahadah dan secara tidak langsung akan menterjemahkan kesucian jiwa yang sempurna.

#### **2.6.1.6 Mu'atabah (Mengkritik Diri)**

*Mu'atabah* bermaksud kritikan terhadap diri terhadap apa yang telah dilakukan. Menurut Mardzelah Makhsin et al. (2012), *mu'atabah* merupakan proses kritikan terhadap diri hingga menimbulkan penyesalan terhadap kesilapan yang telah dibuat (Sa'id Hawwa, 1998). Sifat mengkritik diri berfungsi dalam memberi amaran terhadap diri sendiri dalam setiap perlakuan dan apa yang ingin dilakukan. Tanpa amaran, manusia akan terdedah kepada permasalahan yang akan mendatangkan mudarat tidak kira kepada diri sendiri, mahupun masyarakat sekeliling. Firman Allah yang bermaksud : tiap-tiap waktu. Allah berfirman dalam surah al-Hasyr ayat 18 yang bermaksud :

*“Dan tetap tekunlah engkau memberi peringatan, kerana sesungguhnya peringatan itu bermanfaat kepada orang-orang yang beriman.”*

Dengan munculnya penyesalan atas apa yang telah berlaku, akan membuahkan rasa kedamaian di benak jiwa, tidak merasa takut akan sebarang ujian untuk dihadapi serta yakin dengan rahmat Allah yang tersangat luas buat para hambanya.

Kesimpulannya, jelas bahawa proses hisbah sendiri melalui apa yang telah disenaraikan seperti *Musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran), *Muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran), *Muhasabah* (analisis tindakan dan amalan), *Mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan), *Mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran), *Mu'atabah* (kritikan terhadap diri sendiri) dapat membimbing dan mendorong manusia dari tersimpang jauh dari matlamat asal kehidupan.

### **2.7 Ulasan Sorotan Karya**

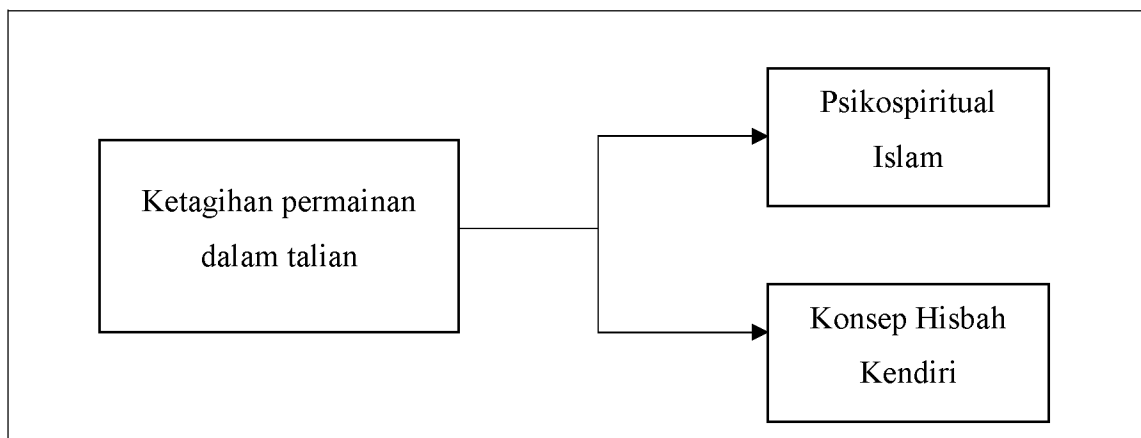
Masalah kejiwaan bukanlah suatu penemuan yang baru berlaku dalam masyarakat, bahkan ianya telah berlaku berkurun lamanya. Psikospiritual Islam telah dibincangkankan oleh seorang tokoh yang bernama Abu Talib al-Makki yang mana membicarakan tentang ikhtiar bagi membina akhlak dan kerohanian manusia melalui

peringkat yang tertentu contohnya sabar, syukur dan sebagainya. Elemen psikospiritual ini juga telah dikaji oleh Hairunas Rejab untuk diaplikasikan dalam masalah kesihatan mental.

Ketagihan boleh didefinisikan sebagai suatu situasi penyakit mental di mana berlakunya kehendak terhadap sesuatu masalah walaupun ianya boleh mendatangkan keburukan apatah lagi memudaratkan. Kenikmatan yang dicari pada ransangan awal, namun lama kelamaan menjadi sesuatu yang sangat diperlukan bagi memastikan badan dapat berfungsi secara normal. Masalah ketagihan permainan dalam talian dahulunya sering dianggap isu picisan. Namun saban hari, isu ini semakin menjadi-jadi.

## 2.8 Kerangka Konseptual Kajian

Seluruh perbincangan dapat dikumpul dan dirangka dalam sebuah kerangka konseptual yang meliputi masalah ketagihan permainan dalam talian. Permasalahan ini akan ditangani dengan hasil gabungan psikospiritual Islam dan hisbah sendiri bagi kerangka konseptual kajian.



Rajah 2.1 Rajah Kerangka Konseptual Kajian

## 2.9 Kesimpulan

Bab ini telah membincangkan mengenai kajian ketagihan permainan dalam talian, jenis permainan dalam talian, faktor ketagihan permainan dalam talian, kesan negatif ketagihan permainan dalam talian. Bab ini juga mengulas tentang konsep psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri.

## **BAB 3**

### **KAEDAH PENYELIDIKAN**

#### **3.1 Pendahuluan**

Menurut Mohd Majid Konting (2000) metodologi penyelidikan ialah bagaimana pengkaji memperoleh informasi bagi memenuhi sasaran kajian. Jadi, dalam bab ini pengkaji mengemukakan kaedah yang diguna pakai sepanjang kajian ini dilaksanakan. Pertama, reka bentuk kajian sepanjang kajian ini dilaksanakan. Kedua, kaedah bagi pemilihan sampel kajian sepanjang kajian ini dilaksanakan. Ketiga, instrumen kajian sepanjang kajian dilaksanakan. Keempat, kaedah pengumpulan data kajian sepanjang kajian ini dilaksanakan. Kelima, prosedur kajian bagi melaksanakan kajian. Keenam, kaedah penganalisan data. Ketujuh, kesahan dan kebolehpercayaan data yang akan diguna pakai dalam kajian ini. Kajian ini dilaksanakan bertujuan bagi menjawab persoalan kajian seterusnya mencapai kesemua objektif kajian.

#### **3.2 Reka Bentuk Kajian**

Reka bentuk kajian menurut Maxwell (2005) merupakan bentuk kepada sesebuah penyelidikan dan ia memerlukan penyusunan dalam pemilihan jenis data dan sumber yang diperlukan dalam sesebuah kajian. Kajian ini menggunakan kaedah kualitatif yang memfokuskan konseptual. Pendekatan kajian konseptual merujuk kepada usaha penyelidik untuk membangunkan model atau kerangka kerja tersendiri bagi menjelaskan hubungan antara pemboleh ubah utama, berasaskan idea serta kefahaman konseptual sendiri dan tidak bergantung sepenuhnya kepada teori sedia ada. Pendekatan ini menyediakan struktur logik dan hala tuju untuk memahami fenomena yang dikaji dengan memperlihatkan saling hubungan antara konsep-konsep dalam konteks penyelidikan tersebut. Pendekatan ini bersifat lebih fleksibel berbanding kerangka teoretikal serta berperanan sebagai panduan dalam memperjelas pemahaman terhadap permasalahan kajian.

Temu bual kualitatif menurut Creswell dan Guetterman (2021), melibatkan penyelidik mengemukakan soalan umum, terbuka kepada sebilangan peserta, merekodkan respon mereka, menyalin, memasukkan data ke dalam fail komputer untuk

dianalisis. Kaedah ini memberi ruang dan respon terbuka kepada peserta dan membenarkan peserta mencipta pilihan untuk menjawab soalan dan menyatakan pendapat mereka tanpa sebarang sekatan (Creswell & Guetterman, 2021).

Denzin dan Lincoln (2018) pula melakukan jenis strategi kualitatif mereka untuk menyelidik ke dalam etnografi (prestasi dan perwakilan etnografi), kajian kes, teori asas, pendekatan kehidupan dan naratif, penyelidikan tindakan penyertaan, dan penyelidikan klinikal. Kesimpulannya,, tiada kekurangan sistem klasifikasi untuk jenis penyelidikan kualitatif.

Dalam konteks yang sama, Othman Lebar (2015) yang berpendapat bahawa metod kualitatif mempunyai beberapa teknik yang sesuai untuk diguna pakai untuk mencapai objektif dan misi sesuatu penyelidikan. Ianya seiring dengan apa yang dikatakan oleh Ghazali Darusalam dan Sufean Hussin (2019) dalam mencari makna yang mendalam dan tepat bagi setiap perolehan data kajian berkenaan kaedah seseorang individu dalam konteks memahami pengalaman dan kehidupan.

Menurut Naoum (2007), reka bentuk penyelidikan berfungsi sebagai pelan tindakan yang menggariskan prosedur dan pendekatan dalam mencapai objektif penyelidikan. Dalam rangka kajian, terdapat beberapa prosedur penting yang mesti dilalui sebelum jawapan dapat dikenal pasti dan seterusnya menghasilkan kesimpulan bagi kajian penyelidikan. Perbincangan reka bentuk kajian penyelidikan ini telah dipecahkan kepada lima bahagian iaitu kaedah pemilihan sampel, instrumen kajian, kaedah pengumpulan data, prosedur kajian, kaedah penganalisan data, kesahan data, kbolehpercayaan data dan jejak audit kajian.

### **3.2.1 Kajian Konseptual**

Dalam kajian ini, penyelidik melakukan kajian konseptual bagi mengkaji pendekatan atau metod psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri untuk diintegrasikan bagi menjadikan ia sebagai langkah alternatif dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

Penyelidik memfokuskan kajian konseptual mengenai konsep yang sudah sedia ada iaitu psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri. Kajian ini ditambah baik dalam penerokaan terhadap kajian ini disamping dalam pembinaan gabungan dan pengintegrasian teori bertujuan untuk membina kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani ketagihan permainan dalam talian. Sebelum

dapat menjawab objektif kajian yang pertama iaitu menghuraikan masalah ketagihan permainan dalam talian, maklum balas telah pun diambil kira bagi memahami kesesuaian dan ketepatan permasalahan berkaitan ketagihan tingkah laku.

### **3.3 Kaedah Pemilihan Sampel**

Kaedah pemilihan sampel dalam kajian ini mencakupi sekumpulan pakar. Kaedah yang diguna pakai adalah persampelan bertujuan. Pemilihan persampelan bertujuan dipilih sesuai dengan objektif dan matlamat penyelidikan dalam memenuhi keperluan tujuan penyelidikan (Ahmad Sunawari Long, 2018). Pemilihan sampel pula bersandarkan ciri-ciri sampel mengikut apa yang diperlukan oleh penyelidik. Ia bertujuan bagi memenuhi keperluan dan tujuan penyelidikan.

Dalam kajian ini juga, penyelidik menggunakan teori *gatekeeping* bagi memilih dan menyaring informan temu bual yang diperoleh dari pakar yang berkeelayakan. Teori ini menurut Shoemaker dan Vos (2009), merupakan suatu proses berkuasa di mana peristiwa dipenuhi oleh media massa, menerangkan bagaimana dan mengapa maklumat tertentu sama ada melalui pintu atau ditutup daripada perhatian media. Proses ini memastikan bukan hanya maklumat yang dipilih, tetapi maklumat dan peranan yang diinginkan bertepatan dengan kajian. Gatekeeper merupakan mediator dan menurut Shoemaker & Vos (2009) ia, berperanan dalam menetapkan apa yang menjadi realiti sosial seseorang, pandangan tertentu tentang sesuatu perkara. Maka, mereka memilih siapa yang layak bagi melewati proses yang diinginkan oleh penyelidik. Maka dalam kajian ini, gatekeeper ialah laman web kakitangan dan kepakaran sesuatu Jabatan dan Universiti dirujuk bagi memperoleh maklumat dan calon yang tepat bagi memilih dan melantik seseorang informan temu bual.

#### **3.3.1 Kumpulan Pakar (Informan Temu Bual)**

Peserta temu bual atau informan temu bual merupakan individu yang dilantik bagi tujuan pengutipan dapatan kajian. Informan temu bual menurut Creswell (2007) merupakan seseorang atau institusi dengan siapa penyelidik bermula dalam pengutipan dapatan kajian kerana mereka berpengetahuan, boleh diakses, dan boleh memberikan petunjuk tentang maklumat lain.

Penglibatan pakar yang dipilih sebagai informan temu bual bertujuan bagi

memperolehi pengesahan mereka berkenaan soal jawab bagi mendapatkan informasi yang lebih mendalam. Sesuatu maksud yang samar atau tidak jelas mampu ditangani sekiranya temu bual secara bersemuka diadakan. Hal ini sekali gus membantu penyelidik bagi mendapatkan kejutuan data penyelidikan. Catatan, rakaman video dan suara akan dilakukan dengan persetujuan informan temu bual sepanjang sesi temu bual berlangsung.

Beberapa pakar akan dirujuk untuk mengesahkan kaedah pengiraan jumlah sampel temubual adalah menggunakan kaedah ketepuan data. Dalam fasa analisis data penyelidikan menurut Creswell (2007), penyelidik perlu mengidentifikasi sebanyak mungkin kejadian, peristiwa, atau aktiviti untuk memberikan sokongan bagi kategori. Semasa proses ini, penyelidik akhirnya sampai ke titik di mana kategori tepu, dan penyelidik berhenti dan tidak lagi mencari maklumat baru. Seramai beberapa informan yang terdiri daripada kaunselor, pegawai psikologi, pensyarah dan psikiatri yang telah berkhidmat dalam bidang berkaitan akan dipilih bagi objektif satu. Kategori pakar ini dipilih bagi mendapatkan maklumat berkaitan masalah ketagihan permainan dalam talian dalam kalangan masyarakat Malaysia.

Bagi objektif dua, beberapa peserta yang pakar dalam psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri yang mana telah berkhidmat dan mempunyai pengalaman dalam penyelidikan akademik dalam bidang berkaitan akan dipilih sebagai informan temu bual. Kategori pakar ini dipilih bagi mendapatkan maklumat berkaitan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri yang sesuai digunakan sebagai langkah intervensi bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

### **3.4 Instrumen Kajian**

Instrumen kajian merupakan cara yang digunakan bertujuan untuk mengumpul data dan maklumat. Maka dalam penyelidikan ini, instrumen utama kajian adalah penyelidik di mana ia perlu bertanggungjawab dalam mengutip, menganalisis dan memproses data yang diperolehi (Merriam, 2001). Menurut Zaenal Arifin (2017) berpendapat, dengan adanya instrumen penelitian, penyelidik akan mengetahui sumber data yang akan diteliti dan jenis data, teknik perolehan data, instrumen perolehan data, langkah penyusunan instrumen penelitian tersebut serta mengetahui kesahan, kebolehpercayaan, tingkat kesulitan, kuasa membezakan, dan gangguan suatu data

dalam pemerhatian. Maka, segala persoalan mahupun kenyataan yang dibina khas bertujuan bagi mendapatkan data dan maklumat kajian penyelidikan.

Kajian kepustakaan juga dilakukan oleh penyelidik bagi mendapatkan pandangan sarjana dalam jurnal, buku, kitab, kertas kerja dan kitab agama bagi mendapatkan maklumat berkenaan psikospiritual Islam, hisbah sendiri, ketagihan kelakuan dan ketagihan permainan dalam talian. Fakta-fakta yang dikumpul melalui kajian kepustakaan ini diharap mampu mendasari permasalahan kajian dalam ruang lingkup bidang yang dikaji. Ia merupakan suatu usaha yang dijalankan oleh penyelidik bagi mengumpul kepelbagaian maklumat yang dianggap relevan dengan permasalahan penyelidikan yang sedang dikaji.

### **3.4.1 Penyelidik**

Seperti mana yang telah dinyatakan sebelum ini, menurut Merriam (2001) penyelidik merupakan instrumen utama kajian. Maka, penyelidik perlu bertindak dalam mengumpul data menggunakan kaedah kepustakaan dan melakukan temu bual di lapangan seterusnya menganalisis data yang diperolehi. Penyelidik harus peka terhadap data yang dikumpul sama ada ianya mencukupi ataupun tidak memenuhi *standard* seperti mana yang telah dirancang. Penyelidik perlu mengetahui tentang para peserta yang mengambil penyertaan dalam penyelidikan sama ada ia mempunyai kelayakan, autoriti dan lain-lain sebelum menyertai kajian. Hal ini dikhuatiri peserta yang mengambil bahagian tidak dapat memberi maklumat yang tepat seperti mana dikehendaki oleh penyelidik.

### **3.4.2 Instrumen Temu Bual**

Menurut Merriam (2009) dalam penulisannya menyatakan bahawa Demarrais (2004), telah mentakrifkan temu bual sebagai suatu mekanisme di mana penyelidik dan peserta kajian terlibat dalam perbualan yang tertumpu pada soalan yang berkaitan dengan kajian penyelidikan. Pendapat ini seiring dengan Patton (2002) yang menyatakan kaedah temu bual diguna pakai untuk mengumpul data dan informasi tentang fenomena yang tidak boleh diperhatikan keadaannya secara langsung seperti kepercayaan, pendapat, sesuatu yang dipegang, minat, sikap dan niat.

Kajian ini menggunakan jenis temu bual semi-struktur di mana, protokol temu

bual telah pun dibina terlebih dahulu bagi mendapatkan informasi berkenaan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian secara mendalam. Kaedah ini membolehkan para penyelidik bertanyakan soalan susulan secara lebih mendalam sekiranya jawapan yang diberi oleh informan terlalu umum, hanya berada di peringkat permukaan, tidak mendalam dan sukar difahami penyelidik (Ghazali Darusalam & Sufean Hussin, 2019). Temu bual secara semi berstruktur menurut Ghazali Darusalam dan Sufean Hussin (2019), akan memberi perincian terhadap soalan-soalan seterusnya yang diutarakan berdasarkan jawapan yang diterima bagi memperolehi maklumat yang lebih terperinci.

Antara langkah dan panduan yang dinyatakan oleh Creswell (2012) dalam pelaksanaan temu bual agar kualiti dan keberkesanan temu bual itu di tahap yang baik ialah pertama, mengetahui dan mengenal pasti panel atau informan temu bual. Kedua, menetapkan bentuk temu bual yang bakal dilaksanakan. Ketiga, merekod perbincangan semasa sesi soal jawab dijalankan sepanjang sesi temu bual berlangsung. Keempat, mencatat nota ringkas sewaktu sesi temu bual berlangsung. Kelima, kesesuaian pemilihan tempat bagi melaksanakan temu bual. Keenam, memberi pemakluman awal berkenaan matlamat penyelidikan dan segala informasi yang diperolehi semasa temu bual adalah kepada tujuan penyelidikan kepada peserta/ informan temu bual. Ketujuh, temu bual mengikut apa yang telah dirancang pada sebelumnya. Kelapan, mengakhiri sesi temu bual secara baik dan mengikut etika dan professional.

Pertama, penyelidik perlu mengenal pasti latar belakang informan temu bual agar maklumat yang ingin diperolehi diketahui, dipelajari dan dialami oleh informan. Kedua, rakaman sesi soal jawab semasa perbincangan yang diadakan menerusi temu bual sangat membantu dalam memperolehi maklumat yang tepat. Ketiga, rakaman perbincangan boleh digunakan sebagai rujukan semasa penghasilan transkripsi dibina. Keempat, catatan ringkas yang dilakukan berfungsi bagi mencatat sesuatu ilmu, terma dan fakta yang dirasakan penting supaya penyelidik tidak terlepas pandang dan mampu bertanyakan dengan lebih mendalam sekiranya merasakan sesuatu yang tidak difahami memerlukan penjelasan yang lebih mendalam.

Kelima, pemilihan tempat bagi menjalankan sesi temu bual sangat penting bagi kesesuaian kesemua pihak yang terlibat (informan dan penyelidik) di samping menghindari gangguan bunyi dan faktor-faktor yang lain yang dikira mampu menjejaskan kesempurnaan perbualan serta rakaman semasa sesi temu bual berlangsung. Keenam, pemakluman awal penting kepada peserta/informan temu bual

agar bersedia bagi menjawab segala persoalan yang dikemukakan dan bersedia dengan segala maklumat yang diberi akan dimasukkan ke dalam data temu bual. Ketujuh, perjalanan temu bual perlu mengikut seperti mana yang dirancang pada sebelumnya namun penyelidik tidak perlu untuk terlalu terikat dengan skrip temu bual. Terakhir, penyelidik perlu mengakhiri sesi temu bual secara baik, mengikut etika dan professional dengan berterima kasih di atas kerjasama yang telah diberi.

### **3.4.3 Kesahan Kandungan Instrumen**

Kesahan yang tinggi pada instrumen menurut Mohd Syaubari Othman dan Ahmad Yunus Kassim (2019) jika instrumen itu dapat menguji apa yang sepatutnya diuji. Maka, bagi tujuan itu, kandungan dalam instrumen dan protokol temu bual dirujuk terhadap pakar. Bagi memastikan instrumen temu bual ini berupaya untuk menguji apa yang sepatutnya diuji, maka beberapa prosedur telah dilakukan.

Pertama, soalan temu bual atau protokol temu bual telah dibangunkan oleh penyelidik untuk diukur kesahan kandungan instrumen. Kesemua tema yang berkaitan dan pernyataan spesifik dikumpulkan dalam tiga instrumen yang mewakili tema psikospiritual Islam, hisbah sendiri dan ketagihan kelakuan untuk diteliti ketepatan isi kandungan instrumen adakah ia menepatmaksud kajian atau sebaliknya. Dalam hal ini, penyelidik akan merujuk kepada tiga orang pakar dalam bidang psikospiritual Islam, hisbah sendiri dan ketagihan kelakuan di mana mereka ini merupakan pensyarah-pensyarah dan pakar rujuk di universiti tempatan dan serahan instrumen dibuat melalui serahan dokumen untuk disemak dan diteliti dengan sewajarnya.

Kedua, setiap pakar yang menjadi rujukan telah diminta untuk memeriksa, memberi pandangan berserta komen berkenaan instrumen protokol temu bual tersebut. Dengan erti kata yang lain, para pakar yang menjadi rujukan akan melakukan pengesahan kepada setiap elemen soalan yang dikemukakan oleh penyelidik. Pelaksanaan pengesahan instrumen daripada pakar ini telah mengambil masa selama tiga bulan iaitu daripada bulan Disember 2022 sehingga Februari 2023.

Ketiga, segala maklum balas dan pengesahan yang diterima daripada pakar akan diambil maklum seterusnya akan dilakukan sebarang pengubahsuaian, penambahan dan penyingkiran pada elemen dan tema yang sudah diketahui dan dikenal pasti. Segala instrumen telah digabungkan menjadi satu protokol temu bual bagi memudahkan dan mempercepatkan proses ketekalan dan ketepatan data. Maka, penyelidik dapat

melakukan pemurnian ke atas protokol temu bual setelah selesai prosedur yang dilalui. Oleh hal yang demikian, terhasil sebuah protokol temu bual yang baik setelah ia melalui kesahan kandungan daripada pakar.

### **3.5 Kaedah Pengumpulan Data**

Kajian ini merangkumi kajian konseptual dan berbentuk kualitatif. Maka, kajian ini juga mengguna pakai kaedah temu bual bertujuan secara bersemuka dan separa berstruktur bagi menyoal informan. Kaedah yang dipilih ini penting dalam memastikan maklumat dan informasi yang diterima difahami dengan lebih mendalam. Maka, pengumpulan data yang dikumpul dalam kajian ini terbahagi kepada dua bahagian, iaitu data sekunder dan data primer.

#### **3.5.1 Pengumpulan Data Primer**

Pengumpulan data primer diperolehi melalui temu bual semi-struktur dan temu bual bertujuan. Merriam (2009) dalam penulisannya ada menyatakan Demarrais (2004), berpendapat bentuk temu bual yang paling biasa ialah pertemuan seseorang dengan seseorang yang lain atau secara ringkasnya, penyelidik mendapatkan maklumat daripada peserta kajian atau dalam penyelidikan ini dipanggil sebagai informan temu bual. Format kumpulan atau kolektif juga boleh diguna pakai bagi tujuan memperolehi data (Demarrais, 2004). Temu bual seseorang terhadap seseorang yang lain dan kumpulan menurut Merriam (2009) boleh ditakrifkan sebagai perbualan dan lebih tepat dinamakan perbualan atau temu bual dengan tujuan.

Teknik ini menurut Creswell (2007) diguna pakai kerana temu bual adalah kaedah untuk menghampiri dan mengenal ruang lingkup dan kepakaran peserta kajian yang akan diselidiki. Tujuan utama temu bual dilakukan menurut Merriam (2009) adalah untuk mendapatkan jenis informasi yang istimewa kerana penyelidik mempunyai hajat dalam mendapatkan informasi dan mengetahui apa yang terkandung di dalam fikiran peserta temu bual atau informan temu bual (Patton, 2002). Dapatan kajian ini mungkin akan bersifat eksklusif kerana penyelidik dapat memperolehi pendapat dan informasi yang diinginkan olehnya secara terus dan mampu melakukan pengulangan soalan terhadap informan temu bual sehingga penyelidik mendapat ketepatan jawapan seperti mana yang dikehendakinya bagi menjawab persoalan kajian.

Jadi teknik temu bual dipilih untuk dilakukan bagi memperolehi maklumat yang

tepat daripada para peserta penyelidikan berkenaan kajian yang dilakukan. Tujuan sesi temu bual diadakan ialah bagi memperolehi pengesahan setiap persoalan bagi menjawab segala persoalan yang timbul berkenaan kajian ini. Temu bual bersemuka diadakan bagi memudahkan memudahkan penyelidik berkomunikasi menurut pandangan Ghazali Darusalam dan Sufean Hussin (2019), bertanya soalan susulan sekiranya jawapan yang diberikan tidak menepati jawapan dan seterusnya memperoleh maklumat yang lebih jelas dan mendalam (Merriam, 1998). Maka kajian ini menggunakan kaedah temu bual secara bersemuka, temu bual semi-struktur dan temu bual bertujuan bagi mendapatkan informasi yang menepati jawapan bagi menjawab persoalan dan memnuhi objektif kajian.

### **3.5.2 Pengumpulan Data Sekunder**

Pengumpulan data sekunder melibatkan carian informasi maklumat bagi memastikan objektif pertama kajian dicapai. Data sekunder merupakan data yang diambil dan dikumpul oleh penyelidik selain daripada pengguna yang sebenar. Maklumat yang diperolehi merangkumi maklumat yang sudah tersedia, dan seseorang menganalisisnya. Antara data sekunder ialah majalah, surat khabar, buku, jurnal.

Antara panduan yang diberi oleh Hox & Boeije (2005) ialah penyelidik perlu mencari sumber data yang mungkin berguna memandangkan masalah kajian mereka sendiri dan perlu mendapatkan semula data yang berkaitan dan amat penting untuk menilai sejauh mana data memenuhi keperluan kualiti penyelidikan semasa dan kriteria metodologi amalan saintifik yang baik.

Sumber carian informasi maklumat data sekunder ini penyelidik membahagikan kepada dua bahagian. Pertama, sumber informasi carian maklumat merangkumi al-Quran, hadis dan kitab yang dihasilkan oleh para ulamak. Kedua, kepelbagaian artikel, jurnal dan segala teks yang berkait rapat dengan kajian turut digunakan. Rujukan ke atas sumber-sumber ini dilakukan untuk menjawab segala persoalan kajian dan seterusnya bagi mencapai objektif kajian.

### **3.6 Prosedur Kajian**

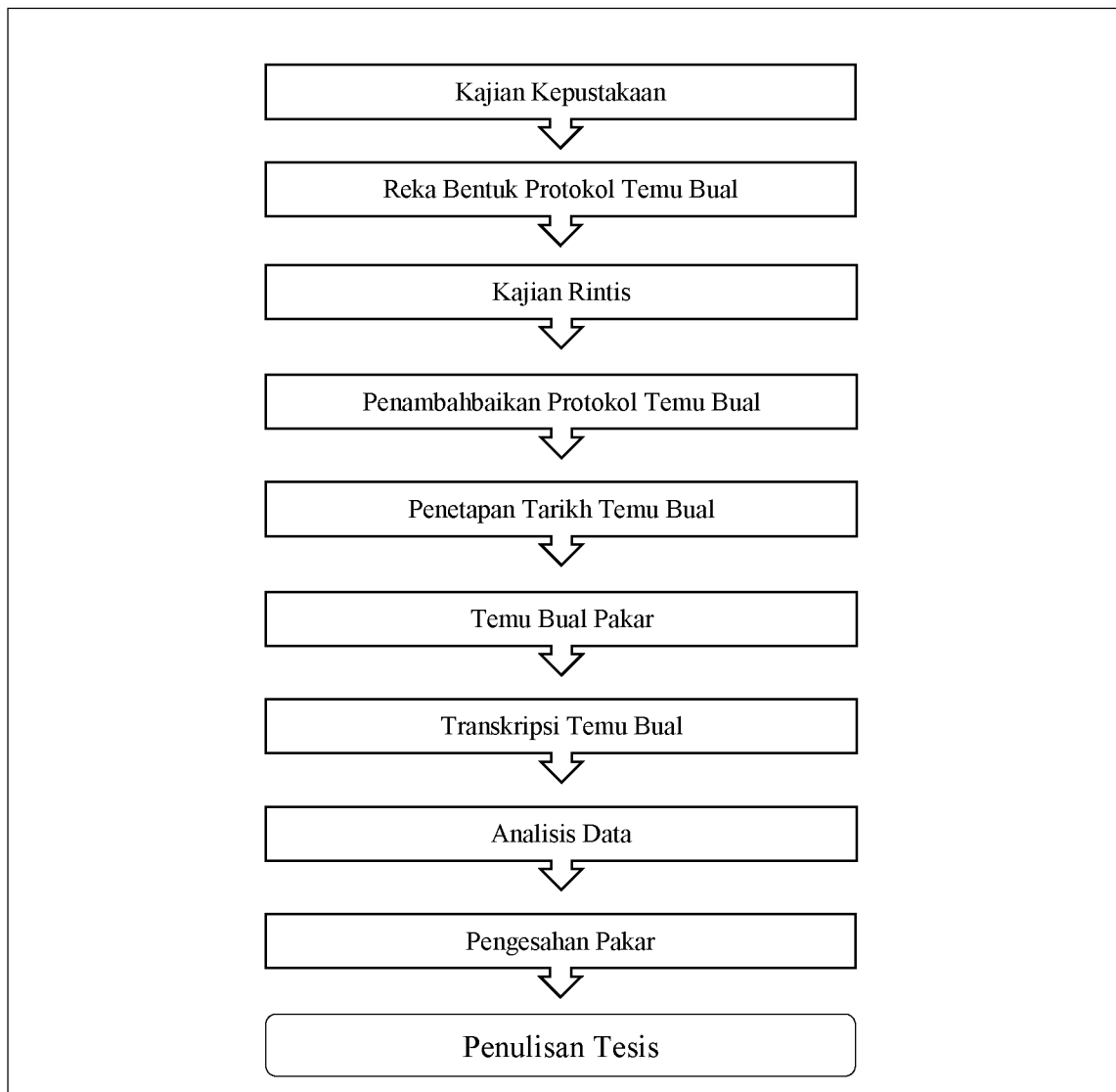
Pada permulaan kajian ini, penyelidik menggunakan kaedah kajian kepustakaan bagi mendapatkan maklumat dan sorotan literatur kajian. Menurut Hox dan Boeije (2005), penyelidik perlu mengenal pasti sumber data yang berpotensi relevan dengan

isu kajian yang dikaji serta mendapatkan semula data yang berkaitan. Langkah ini penting bagi menilai sejauh mana data tersebut memenuhi kualiti piawaian penyelidikan semasa dan mematuhi kriteria metodologi yang selaras dengan amalan saintifik yang baik. Draf protokol temu bual dibina bagi melihat gambaran awal persoalan-persoalan yang timbul berkenaan kajian dan keupayaan bagi memenuhi objektif.

Kajian rintis dilakukan secara temu bual bersemuka bagi menilai kebolehpayaan draf protokol temu bual (Rujuk Lampiran 1). Informan berpuas hati dan membuat penilaian terhadap protokol temu bual. Informan telah mengesahkan protokol temu bual (Rujuk Lampiran 2). Informan menasihati agar draf protokol temu bual ditambah baik bagi memperoleh ketepatan jawapan yang diperlukan oleh penyelidik. Etika penyelidikan juga dimohon bagi mematuhi peraturan penyelidikan dan memastikan kajian tidak membahayakan dan menyinggung informan.

Seramai tujuh orang informan temu bual telah dipilih mengikut kesesuaian yang berkaitan teori dan konsep psikospiritual Islam dan hisbah sendiri serta pengamalan dalam menangani masalah berkaitan ketagihan permainan dalam talian dalam kalangan masyarakat Malaysia. Keseluruhan mereka terdiri daripada kaunselor, pegawai psikologi, pensyarah dan psikiatri di universiti awam di Malaysia. Kebenaran untuk menemu bual informan telah dilakukan melalui surat kebenaran. Setelah mendapat persetujuan informan, perbincangan berkenaan tarikh, tempat dan masa dibincangkan bersama bagi memudahkan proses temu janji dan temu bual.

Penyelidik telah menghantar dokumen mencakupi protokol temu bual, persoalan kajian dan objektif kajian penyelidikan seminggu lebih awal kepada informan. Hal ini untuk memudahkan informan memahami garis parjalanan kajian, kehendak dan keperluan kajian seterusnya memudahkan informan bagi memberikan jawapan mengikut kesesuaian kehendak persoalan dan objektif kajian penyelidikan. Prosedur kajian secara menyeluruh bagi pelaksanaan penyelidikan adalah seperti yang ditunjukkan pada Rajah 3.1.



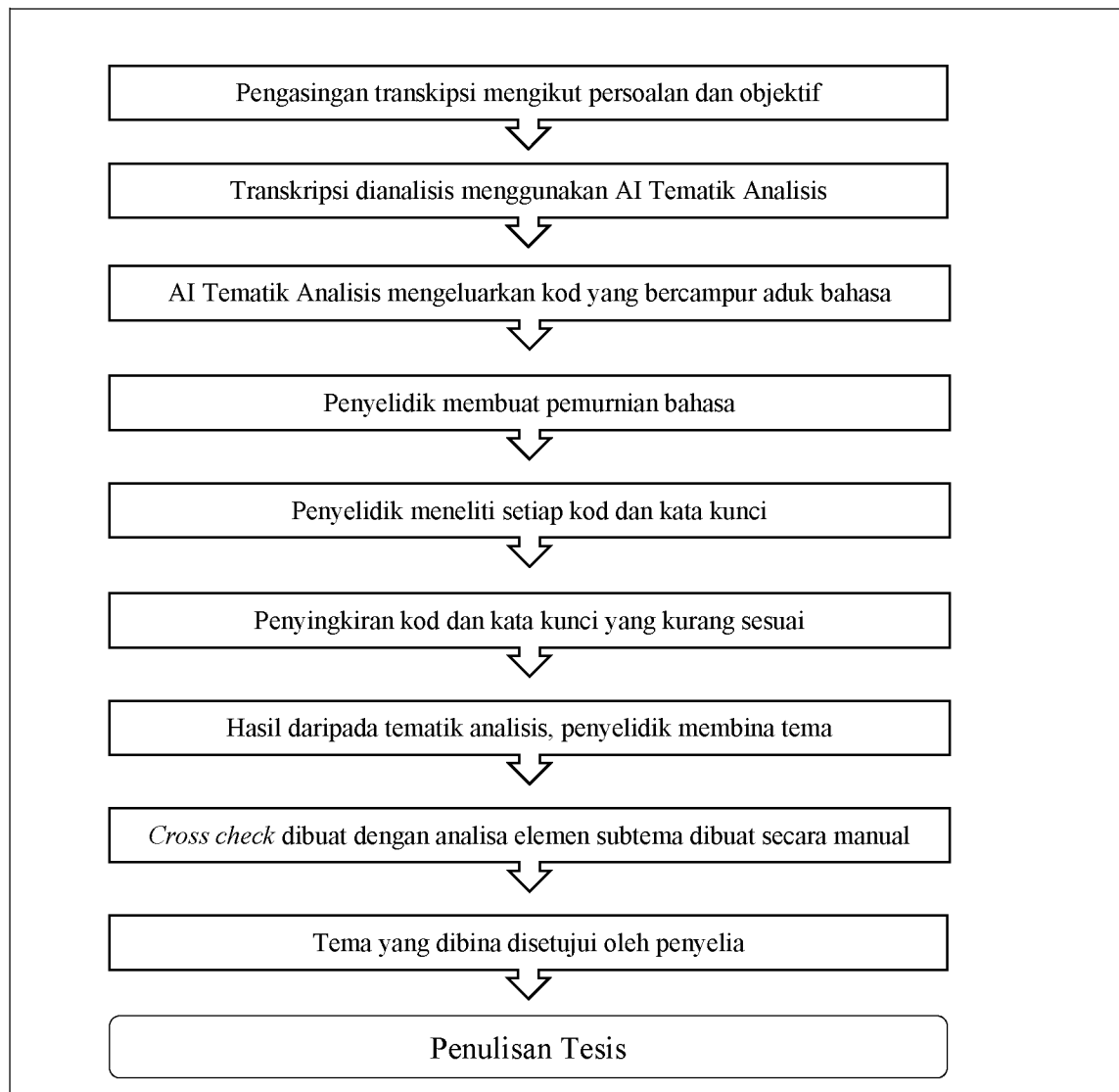
Rajah 3.1 Prosedur Kajian

### 3.7 Kaedah Penganalisisan Data

Kajian konseptual ini akan dianalisis menggunakan analisis tematik. Penganalisisan data yang dilakukan ialah bagi memperoleh tema bagi setiap persoalan yang dijawab oleh peserta kajian (Creswell, 2012). Maka dalam kajian ini, penganalisisan data penyelidikan dilaksanakan mengikut jenis data iaitu data primer dan data sekunder.

Bagi data primer, penyelidik akan menganalisis data primer daripada transkrip temubual menggunakan kaedah analisis tematik. Bagi tujuan ini, penyelidik akan menggunakan perisian Atlas.ti 8 bagi mendapatkan tema dapatan kajian. Penggunaan perisian Atlas.ti 8 (Rujuk lampiran 6) ini hanya sekadar alat bantu bagi membantu penyelidik menetapkan tema yang dikira sesuai. Apabila temu bual dijalankan, banyak

jawapan yang diberikan oleh informan. Maka, penyelidik akan membuat penyingkiran terhadap jawapan yang tidak diperlukan oleh kerana kurang relevan terhadap tema yang dipilih. Jadual 3.1 menerangkan bagaimana proses data dianalisis menggunakan kaedah analisis tematik dan pembentukan tema dihasilkan



Rajah 3.2 Prosedur Penganalisisan Data

Tema bagi objektif pertama adalah berkaitan dengan masalah ketagihan permainan dalam talian, manakala tema bagi objektif kedua adalah berkaitan dengan amalan-amalan psikospiritual dan hisbah sendiri yang sesuai digunakan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Setelah semua data diproses serta pola dapatan kajian dihasilkan, penyelidik akan menyediakan satu set borang persetujuan pakar terhadap tema yang dibina. Persetujuan pakar terhadap tema ini penting kerana pakar merupakan interater iaitu orang luar yang mengesahkan pembinaan tema yang dilakukan oleh penyelidik.

Analisis data sekunder menurut Johnston (2014), merupakan analisis data yang telah dikumpul oleh orang lain untuk tujuan utama yang lain. Menurut Johnston (2014), analisis sekunder ini merupakan sebuah latihan empirikal mengguna pakai prinsip kajian asas yang sama seperti penyelidikan yang menggunakan data primer dan memiliki kaedah yang harus diikuti sama seperti mana-mana kaedah penyelidikan. Maka, penggunaan data yang sedia ada dapat membantu penyelidik yang kekurangan masa dan data atau sumber yang terhad dengan kepelbagaian pilihan yang berdaya maju.

Proses penganalisan data dalam kajian ini melibatkan analisis tematik frasa, ayat serta perenggan dalam transkripsi temu bual bagi merumuskan aspek ketagihan permainan dalam talian, psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri. Bagi tujuan tersebut, teknik pengkodan dan pengkategorian digunakan untuk mengenal pasti kenyataan relevan yang diambil daripada transkripsi temu bual sebelum dibentuk kepada subkategori dan kategori yang bersesuaian. Melalui pembentukan kategori ini, masalah ketagihan permainan dalam talian, psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri dapat dirumuskan. Jadual 3.1 menerangkan kaedah penyelidikan yang digunakan oleh penyelidik, serta menunjukkan perkaitan antara objektif kajian, persoalan kajian, pengumpulan data dan kaedah analisis data.

Jadual 3.1

**Objektif Kajian, Persoalan Kajian, Pengumpulan Data dan Kaedah Analisis Data**

| <b>Objektif Kajian</b>                                                      | <b>Persoalan Kajian</b>                                                    | <b>Pengumpulan Data</b>                   | <b>Analisis Data</b> |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------|
| Mengkaji faktor dan kesan ketagihan permainan dalam talian kepada individu. | Apakah faktor dan kesan ketagihan permainan dalam talian kepada individu ? | Kajian kepustakaan dan temu bual informan | Analisis tematik     |

|                                                                                                                                                      |                                                                                                                                               |                                           |                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|------------------|
| Mengenal pasti amalan psikospiritual yang boleh diintegrasikan dengan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. | Apakah amalan psikospiritual yang boleh diintegrasikan dengan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian ? | Kajian kepustakaan dan temu bual informan | Analisis tematik |
| Mencadangkan kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.              | Bagaimanakah psikospiritual dan konsep hisbah sendiri boleh diintegrasikan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian            | Kajian kepustakaan dan temu bual informan | Analisis tematik |

### 3.8 Kesahan Data

Kesahan merupakan idea yang sangat penting untuk dipertimbangkan sewaktu memilih atau menyediakan instrumen untuk diguna pakai sepanjang kajian berlangsung (Fraenkel & Wallen, 2006). Bagi memastikan kesahihan dan kredibiliti dalaman, penyelidik menggunakan kaedah semakan ahli atau juga dipanggil pengesahan peserta atau informan temu bual. Merriam (2009), menyatakan ia merupakan sebuah metod di mana penyelidik meminta maklum balas tentang penemuan baru daripada beberapa peserta atau informan temu bual. Menurut Merriam (2009), ia merupakan satu cara yang paling penting bagi menolak kemungkinan dalam salah tafsir maksud apa yang dikatakan dan dilakukan oleh peserta dan perspektif yang mereka ada tentang apa yang sedang berlaku, serta menjadi cara penting untuk mengenal pasti berat sebelah dan salah faham anda sendiri tentang apa yang berlaku dalam pemerhatian penyelidik (Maxwell, 2005).

Rakaman suara bagi setiap informen yang ditemu bual secara bersemuka akan ditranskrip dan teks transkrip ini akan disemak kembali oleh penyelidik bagi menilai kesepadanan teks dan audio informan temu bual. Seterusnya, skrip transkrip ini akan melalui semak dan imbang kemudian disahkan terlebih dahulu melalui '*peer review*' sebelum diserahkan salinan kepada informan bagi mendapatkan pengesahan. Kemudian, informan akan mengesahkan data temu bual dengan menandatangani skrip transkrip tersebut selepas mendengar audio dan menyemak kembali skrip transkrip.

Pengesahan informan menurut Maxwell (2005), menyatakan merujuk pengesahan peserta sebagai pemeriksaan ahli secara sistematik dengan meminta kepada

peserta/pakar berkenaan maklum balas data dan kesimpulan daripada sesuatu atau individu yang telah diselidik pelajari. Ia merupakan suatu cara yang sangat penting bagi menolak kemungkinan silap faham fakta atau perkara yang dilakukan atau dikatakan oleh peserta dan pandangan mereka tentang apa yang sedang berlaku, serta menjadi perkara penting bagi mengenal pasti. Sebarang ketidakadilan mahupun salah faham penyelidik tentang apa yang sedang difahami dan dikaji.

Namun, maklum balas peserta atau informan temu bual menurut Maxwell (2005) tidak lebih sah atau rasmi daripada jawapan temu bual mereka. Ini bermakna kedua-duanya perlu diambil hanya sebagai bukti mengenai kesahihan temu bual penyelidik. Maka, proses kesahan data yang dilakukan ini akan meningkatkan kesahan dan kebolehpercayaan terhadap data temubual yang diperolehi. Selain itu, proses ini juga menghasilkan data yang lebih asli daripada informan kajian sendiri.

### **3.9 Kebolehpercayaan Data**

Kebolehpercayaan ialah suatu perkara merujuk kepada sejauh mana penemuan penyelidikan boleh direplikasi. Dalam erti kata yang lain, replikasi ialah kebolehupayaan pemindahan secara berterusan modifikasi data dari satu pangkalan data. Kebolehpercayaan data menurut Maxwell (2005), merujuk kepada ketepatan data yang diperolehi dan bagaimana data tersebut selaras dan hampir sama bagi setiap individu daripada satu instrumen kepada instrumen yang lain dan daripada satu set item kepada yang lain. Ianya seiring dengan apa yang dikatakan oleh Fraenkel dan Wallen (2006), berkenaan kebolehpercayaan seperti yang digunakan dalam kajian penyelidikan, merujuk kepada ketepatan skor atau jawapan yang dihasilkan oleh instrumen yang diproses oleh penyelidik.

Penyelidik akan merujuk kembali kepada dua panel penilai yang merupakan pakar bagi menyemak reka bentuk temu bual. Ia bagi memastikan soalan temu bual ada kesahan dan boleh dipercayai. Penyelidik juga akan memohon jasa baik dan kerjasama bagi dari dua orang pakar untuk menyemak soalan temu bual berkenaan. Temu bual dilakukan dengan merakam dan dianalisis menggunakan perisian yang bernama *Transcriptor* bagi melancarkan perjalanan menghasilkan transkripsi.

### 3.10 Jejak Audit

Jejak audit atau *audit trail* menurut Merriam (2009), merupakan proses penjelasan bagaimana sesuatu data dan maklumat dikumpul, bagaimana kategori dan tema didapatkan. Jejak audit menurut Zanaton Iksan et al. (2016), dibina dengan cara mengumpulkan segala proses yang dilalui sepanjang kajian berlangsung bermula dengan proses carian data maklumat, aktiviti pengumpulan data dan prosedur data yang dianalisis (Othman Lebar, 2015).

Maka, dengan adanya jejak audit ini, penyelidik dapat menjejak segala ramalan, idea dan gerakan sepanjang proses data didapatkan dan dianalisis sepanjang kajian berlangsung. Menurut Zanaton Iksan et al., (2016) jejak audit merupakan proses bagi data diaudit dan ia akan memberi kelancaran bagi penyelidik untuk menjejaki kembali peristiwa yang telah berlaku.

Sepanjang penyelidikan berlangsung, penyelidik membuat kajian terhadap penulisan jurnal dan dicatat dalam nota penyelidik termasuk segala persoalan dan kekeliruan yang terkandung di dalam minda penyelidik, proses mencari data, permasalahan yang dihadapi sepanjang penyelidikan berlangsung, proses pengumpulan data dan penganalisan data serta laporan lengkap kajian. Maka segala perjalanan kajian dapat diseragamkan dengan baik. Berikut merupakan jadual 3.2 jejak audit yang dilakukan oleh penyelidik sepanjang kajian berlangsung :

Jadual 3.2  
Jejak Audit

| Fasa                   | Aktiviti                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Catatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Permulaan penyelidikan | Permainan dalam talian merupakan aktiviti yang sering dimainkan oleh belia-remaja pada hari ini. Aktiviti ini pada awalnya hanya sekadar dimainkan hanya mengisi masa lapang kini telah menjadi suatu ketagihan apabila ia kerap dimainkan berjam-jam dalam sehari sehingga telah mengganggu rutin kehidupan seharian. | Ketagihan permainan merupakan hasil pecahan daripada ketagihan kelakuan atau tingkah laku. Ketagihan tingkah laku merupakan sebuah perbuatan yang dilakukan secara berulang-ulang tanpa sebarang pengambilan bahan terlarang dan sekiranya tidak dibendung, ia akan memberi kemudaratn kepada diri individu. |
|                        | Walaupun kajian ini telah banyak dikaji namun perawatan khusus masih kurang dan memerlukan kepada kajian yang lebih luas.                                                                                                                                                                                              | Kajian ketagihan tingkah laku ini merupakan kajian terpencil dan kurang mendapat liputan.                                                                                                                                                                                                                    |
|                        | Penyelidik memutuskan untuk membawa idea psikologi Islam iaitu pembawaan elemen psikologi dan spiritual ke dalam                                                                                                                                                                                                       | Psikologi Islam diketengahkan oleh penyelidik melihatkan inovasi baru dalam perkhidmatan bimbingan dan kaunseling                                                                                                                                                                                            |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                              | kajian.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | syar'ie dalam menangani masalah sosial.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                              | Skop penyelidikan dirangka.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Permasalahan kajian dikeluarkan untuk dikenal pasti.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                              | Mesyuarat bersama para penyelia diadakan dan tajuk diusulkan.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Reka bentuk kajian           | Kajian ini bersifat konseptual. Kajian ini telah diputuskan oleh penyelia agar menggunakan kaedah kualitatif.                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dapatan kajian ini dicadangkan menggunakan kaedah temu bual separa struktur bagi mendapatkan pengesahan daripada pakar berkenaan konsep dan teori yang dibawa bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.                                                                                                                                                                                                                                |
| Pengumpulan data sekunder    | Kajian kepustakaan dilakukan bagi mendapatkan maklumat sokongan berkaitan kajian penyelidikan.                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Ianya meliputi jurnal, buku, kitab, kertas kerja dan kitab agama berkenaan psikospiritual Islam, hisbah sendiri, ketagihan kelakuan dan ketagihan permainan dalam talian.                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Pembentangan kertas cadangan | Pembentangan dilakukan dan mendapat banyak maklum balas yang baik daripada panel.                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Pembentangan lulus dengan pembetulan minor.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| Protokol temu bual           | <p>Protokol temu bual dibangunkan sebanyak tiga set.</p> <p>Protokol ini dihantar untuk mendapat kesahan kandungan dari pakar metod yang merupakan pensyarah di Universiti Awam.</p> <p>Setelah tiga bulan, penyelidik mendapat maklum balas dan pengesahan dari pakar metod.</p> <p>Protokol temu bual dihantar kepada <i>Research Ethic Committee</i> (REC) untuk disaring.</p> | <p>Tiga set soalan ini melibatkan topik: ketagihan laku, psikospiritual Islam dan hisbah sendiri.</p> <p>Pakar metod ini dipilih dalam kalangan pakar yang mempunyai kepakaran dalam bidang ketagihan tingkah laku, psikospiritual Islam dan hisbah sendiri.</p> <p>Kajian rintis telah dibuat. Penyelidik mendapat cadangan agar protokol temubual digabung bagi memudahkan untuk mendapatkan ketepuan data.</p> <p>Protokol temu bual lulus REC</p> |
| Pemilihan informan           | Penyelidik menggunakan teori <i>gatekeeping</i> dengan mengenal pasti informan temu bual adalah mereka yang berkecualan dan mempunyai autoriti.                                                                                                                                                                                                                                   | <i>Gatekeeper</i> ialah laman web rasmi kakitangan dan kepakaran Universiti dan Jabatan dirujuk bagi memastikan informan yang diperlukan adalah bertepatan dengan bidang kepakaran dan kajian.                                                                                                                                                                                                                                                        |

|                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pemurnian protokol temu bual | Protokol temu bual dimurnikan.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Pengurangan-penggabungan soalan dilakukan bagi mengurangkan tempoh masa temu bual.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Penetapan temu janji         | <p>Temu janji ditetapkan dua hingga empat minggu sebelum temu bual diadakan.</p> <p>Segala data berkenaan protokol temu bual, surat lulus REC, surat lantikan informan temu bual, surat jemputan temu bual, maklumat pengajian penyelidik, model psikospiritual Islam dan hisbah sendiri yang dirujuk, objektif kajian penyelidikan dan definisi operasi yang tidak difahami (sekiranya diminta) akan diserahkan kepada informan temu bual satu hingga dua minggu lebih awal.</p> | <p>Penyelidik mendapatkan informasi di laman web rasmi kakitangan dan kepakaran Universiti dan Jabatan. Penyelidik berhubung dengan informan melalui Email, WhatsApp, Facebook dan membuat penetapan tarikh.</p> <p>Batasan :</p> <p>Penyelidik juga perlu menghubungi Jabatan atau Fakulti informan berkenaan sekiranya mendapati kekurangan maklumat bagi menghubungi informan temu bual dan maklumat alternatif diperolehi bagi menghubungi informan tersebut.</p> <p>Kekangan masa yang dihadapi oleh informan temu bual menyebabkan informan tersebut mencadangkan panel lain atau informan mendiamkan diri tanpa memberi makluman balas.</p> <p>Penundaan tarikh yang dilakukan oleh informan temu bual sedikit sebanyak mampu merencatkan jadual rancangan penyelidik.</p> |
| Pengumpulan data primer      | Temu bual sebenar dijalankan.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <p>Temu bual diadakan secara bersemuka dan secara atas talian melalui platform Google Meet.</p> <p>Alat perakam suara digunakan bagi merakam perbualan semasa sesi soal jawab berlangsung.</p> <p>Catatan juga dilakukan bagi menulis maklumat yang penting.</p> <p>Pertanyaan akan diajukan semula sekiranya penyelidik tidak memahami terma yang diguna pakai oleh informan temu bual.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|                    |                                                                                                            |                                                                                                                                              |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pengurusan data    | Audio temu bual dilabelkan dengan nama informan.                                                           | Audio temu bual didengar semula ditranskripsikan.                                                                                            |
| Kesahan Data       | Transkripsi temu bual yang ditranskripsikan dihantar kepada informan temu bual untuk disemak dan disahkan. | Transkripsi temu bual disemak dan disahkan oleh informan temu bual                                                                           |
| Penganalisan data  | Transkripsi diteliti dan dipecahkan mengikut kata kunci dan membentuk tema yang sesuai.                    | Pembentukan tema dilakukan                                                                                                                   |
| Pembinaan kerangka | Pembinaan kerangka dari hasil dapatan kajian dibina dan disemak oleh penyelia                              | Pembinaan kerangka ini dibina sebanyak tiga jenis. Salah satu daripadanya dipilih dan ditambah baik mengikut cadangan dari seluruh penyelia. |
| Penulisan akhir    | Penulisan akhir ini melibatkan bab empat (Hasil dapatan kajian) dan bab lima (Kesimpulan kajian)           | Penulisan sentiasa dalam pemantauan penyelia.                                                                                                |

### 3.11 Kesimpulan

Dalam bab ini, pengkaji telah menghuraikan dan membincangkan secara terperinci proses yang terlibat sepanjang kajian penyelidikan ini dijalankan khususnya melibatkan metodologi penyelidikan. Kajian ini bersifat teoritikal dan konseptual. Kajian penyelidikan ini menggunakan kajian kualitatif menerusi kaedah penemudugaan pakar yang mempunyai kepakaran dalam bidang psikologi Islam iaitu pemfokusan yang diberi ialah pada bidang psikospiritual Islam dan hisbah sendiri dan seterusnya pakar dalam bidang ketagihan tingkah laku bagi menyokong pengumpulan data.

Data-data primer tersebut diperolehi menggunakan kaedah protokol temu bual dan transkripsi dibangunka menggunakan perisian *Transcriptor* dan dianalisis menggunakan kaedah analisa bertema (*thematic analysis*) menggunakan perisian Atlas t.i. Segala data yang telah dikumpul dan dipadankan diharap mampu memberikan gambaran kajian penyelidikan secara menyeluruh. Selain itu, dalam bab ini penyelidik juga membincangkan reka bentuk kajian, kaedah pemilihan sampel, instrumen kajian, prosedur sepanjang penyelidikan ini dijalankan, kaedah penganalisan data, kesahan kandungan serta kebolehpercayaan data penyelidikan.

## BAB 4

### HASIL DAPATAN DAN PERBINCANGAN

#### 4.1 Pengenalan

Dalam bab ketiga, tesis ini telah menjelaskan bahawa sekumpulan pakar yang merupakan informan telah dilibatkan melalui temubual bertujuan bagi mendapatkan data informasi yang tepat daripada para peserta penyelidikan berkenaan kajian integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Ia bertujuan untuk mendapatkan pengesahan bagi setiap persoalan dan menjawab segala persoalan yang timbul berkenaan kajian ini. Maklumbalas dari informan ini amat penting kerana ia menjurus kepada penambahan, penyingkiran, pengubahsuaian kepada setiap tema dan pernyataan spesifik yang telah dikenal pasti. Setelah maklum balas, data temubual telah dianalisis membentuk tema yang sesuai bagi menjawab persoalan dan objektif kajian.

#### 4.2 Pembentukan Tema

Pembentukan tema yang dibina ini ialah bagi menjawab persoalan kajian dan memnuhi objektif kajian. Dalam topik ini, dapatan kajian keputusan hasil analisa telah menunjukkan pembinaan tema dan subtema seperti jadual 4.1 di bawah :

Jadual 4.1

Pembentukan Tema dan Subtema

| Tema                                                            | Subtema                         |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Tema Pertama: Simptom Individu Ketagihan Permainan Dalam Talian | 1. Ketidakmampuan Bersosial     |
|                                                                 | 2. Ketidakmampuan Kawalan Emosi |
|                                                                 | 3. Ketidakmampuan Kawalan Masa  |
|                                                                 | 4. Ketidakmampuan Kawalan Diri  |
| Tema Kedua: Kesan Ketagihan Permainan Dalam Talian              | 1. Menipu                       |
|                                                                 | 2. Pengabaian Spiritual         |

|                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                         | 3. Pengabaian Tanggungjawab Dan Rutin Harian                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                                                                         | 4. Perubahan Pola Pemakanan                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| Tema Ketiga : Faktor Terlibat Dengan Ketagihan Permainan Dalam Talian                                                   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kurang Kawalan Daripada Ibu Bapa</li> <li>2. Kurang Kawalan Diri</li> <li>3. Pengaruh Rakan Sebaya</li> <li>4. Pengaruh Sosial Media</li> <li>5. Pengaruh Persekitaran</li> <li>6. Kurang Kefahaman Agama</li> <li>7. Capaian Gajet Dan Internet</li> <li>8. Visual Dan Grafik</li> </ol> |
| Tema Keempat: Terapi Psikospiritual Islam Bagi Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan      | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemeliharaan Ibadah Asas <ul style="list-style-type: none"> <li>- Solat</li> <li>- Baca al-Quran</li> <li>- Zikir</li> <li>- Doa</li> <li>- Puasa</li> </ul> </li> <li>2. Konsep Ihsan</li> <li>3. Konsep Itqan</li> <li>4. Konsep Sukan Islamik</li> </ol>                               |
| Tema Kelima: Amalan Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemeliharaan Ibadah <ul style="list-style-type: none"> <li>- Doa</li> <li>- Zikir</li> <li>- Solat sunat</li> <li>- Nasihat</li> <li>- Baca al-Quran</li> <li>- Puasa</li> </ul> </li> <li>2. Amalan yang dipraktik atau bantuan dari pakar</li> </ol>                                    |

|                                                                                                |                                      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Tema Keenam: Proses Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Ketagihan Permainan Dalam Talian | 1. Musyaratah                        |
|                                                                                                | - Mendisiplinkan diri dan minda      |
|                                                                                                | - Merasa malu                        |
|                                                                                                | 2. Muraqabah                         |
|                                                                                                | - Sifat qonaah                       |
|                                                                                                | - Merasakan diri diawasi Allah       |
|                                                                                                | 3. Muhasabah                         |
|                                                                                                | - Kesedaran dan menilai diri sendiri |
|                                                                                                | 4. Mu'aqabah                         |
|                                                                                                | - Menghakimi diri                    |
|                                                                                                | 5. Mujahadah                         |
|                                                                                                | - Amar makruf dan nahi mungkar       |
|                                                                                                | 6. Mu'atabah                         |
|                                                                                                | - Merasa takut pada Allah            |
|                                                                                                | - Menyesali diri                     |

#### 4.2.1 Tema Pertama: Simptom Individu Ketagihan Permainan Dalam Talian

Dalam tema ini, informan telah menjelaskan bahawa terdapat empat simptom seseorang individu mengalami ketagihan permainan dalam talian. Simptom itu dipecahkan kepada subtema. Antaranya ialah seseorang itu mengalami ketidakmampuan dalam bersosial, ketidakmampuan dalam mengawal emosi, ketidakmampuan dalam mengawal masa, dan ketidakmampuan dalam mengawal diri. Jadual 4.2 dibawah menunjukkan pembentukan tema dan subtema bagi tema pertama.

Jadual 4.2

Tema Pertama Dan Subtema

| Tema                                                            | Subtema                         |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Tema Pertama: Simptom Individu Ketagihan Permainan Dalam Talian | 1. Ketidakmampuan Bersosial     |
|                                                                 | 2. Ketidakmampuan Kawalan Emosi |

#### **4.2.1.1 Subtema Pertama: Ketidakmampuan Bersosial**

Ketidakmampuan bersosial merujuk kepada seseorang individu yang kekurangan motivasi untuk terlibat dengan interaksi sosial. Keutamaan individu tersebut lebih kepada aktiviti bersendirian. Ketidakmampuan bersosial menurut Sri Ayu Irawati (2023) merujuk kepada ketidakmampuan individu dalam memahami bagaimana aturan bersosial berjalan dalam kelompok keluarga, sekolah dan komuniti. Dalam erti kata yang lain, seseorang individu tidak menunjukkan minat untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan masyarakat sekeliling.

Perbincangan bagi tema ini telah dikenal pasti bahawa ketidakmampuan bersosial merupakan suatu simptom yang mempengaruhi pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian. Perkara ini telah diperakui oleh informan temubual. Beliau berpendapat bahawa seseorang yang terlibat dengan ketagihan permainan dalam talian gemar bersendirian dan menghadap skrin permainan yang dimainkan. Jika ia berlangsung dalam jangka masa yang panjang, maka ia akan mempengaruhi kemampuan berkomunikasi dan akan mengakibatkan ketidakmampuan bersosial. Hal ini dinyatakan oleh salah seorang informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Orang yang ketagihan dalam talian ini, dia more kepada diri dia dengan skrin kan. Jadi dia tend untuk tak bercakaplah sebab dia menghadap skrin. Jadi efeknya ini nanti akan pada jangka panjang, dia akan kurang komunikasi dengan sosial. Dia tak reti nak bercakap dengan orang sebab dia terlalu banyak menghadap screen..” (I2)*

Ia juga senada dengan kajian Mia Ambarwati et al. (2022) ketagihan permainan dalam talian seperti contoh Mobile Legends: Bang Bang, dipengaruhi oleh ganjaran (*reward*), maklum balas pada game (*feedback*), mengurangkan rasa bosan dan kesepian dan ketidakmampuan bersosial bagi pemain yang ketagihan (Irmayani & Muhammad Anas, 2020).

#### **4.2.1.2 Subtema Kedua: Ketidakmampuan Kawalan Emosi**

Kawalan emosi menurut Goleman (1995) ialah suatu keadaan bagaimana seseorang individu itu berupaya dalam mengawal emosi dalam melakukan kerja dengan cekap dan mudah (Noor Afzaliza Nazira Ibrahim et al., 2022). Ketidakmampuan kawalan emosi pula merupakan suatu simptom kesihatan mental di mana ia melibatkan seseorang individu itu mengalami masalah dalam mengawal emosi dan mampu mengakibatkan seseorang itu bertindak mengikut perasaan.

Ketidakmampuan dalam mengawal emosi menurut Izard et al. (2004) merupakan suatu keadaan tingkah laku yang mampu memberi impak buruk terhadap individu khususnya kanak-kanak (Nor Aizal Akmal Rohaizad, 2015). Ketidakmampuan ini mampu membawa perubahan terhadap pemikiran dan perasaan yang ketara. Ketidakmampuan kawalan ini juga rentetan ketidakseimbangan *mood* yang menyelubungi para pemainnya. Para pemain akan mengalami perasaan bersalah, kemurungan dan sebagainya kesan daripada kehilangan pengendalian yang sewajarnya terhadap permainan dalam talian.

Permainan dalam talian pada awalnya hanya dijadikan medium untuk menghilangkan tekanan. Namun bermain secara berlebihan menurut Seo et al. (2012), mampu merencatkan perkembangan remaja sehingga menjerumuskan ke arah ketidakmampuan tingkah laku dan sosial, masalah gangguan emosi yang melibatkan kesunyian, kemurungan dan tingkah laku yang agresif telah dikenal pasti sebagai kesan dari bermain permainan dalam talian secara berlebihan pada diri remaja (Devy Arum Sari et al., 2020).

Dalam kajian kes Shahirah Rafee dan Nurhikmah Mubarak Ali (2022), kajian ke atas responden menyatakan bahawa pemain akan mengalami gangguan emosi seperti pmarah akibat permainan dalam talian. Ia mungkin melibatkan faktor kemenangan dan kekalahan yang dialami oleh pemain semasa bermain permasinan dalam talian. Jika ia berlanjutan dalam jangka masa yang lama, maka ia akan mempengaruhi kesejahteraan emosi. Dalam masa yang sama, ia akan memberi impak yang negatif terhadap emosi dan mengakibatkan ketidakmampuan kawalan emosi. Hal ini dinyatakan oleh beberapa informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Seseorang selalu berfikir tentang permainan dalam talian. Seseorang itu akan rasa macam sedih apabila dia tidak boleh bermain dan dia tidak boleh bermain sekejap-sekejap. Dia perlu meluangkan masa yang banyak*

*terhadap permainan dalam talian..” (I1)*

*“Maksudnya, dia telah ketagihan. Dia menggunakan permainan dalam talian itu sebagai tempat dia melepaskan perasaan dia..” (I1)*

*“Seseorang itu akan berasa sedih, resah dan bosan yang tidak terkawal apabila tidak boleh bermain seolah-olah macam ada sesuatu yang tidak kena dalam hidup dia. Maknanya bermain itu merupakan sesuatu yang wajib dalam konteks permainan dalam talian ini..” (I1)*

*“Mungkin dia akan mengalami gangguan emosi. Gangguan emosi dari sudut merasa cemas, gelisah, anxiety dan sebagainya apabila dia tidak memperolehi apa yang dia inginkan atau ketagih(permainan dalam talian) itu..” (I3)(I5)*

*“Mereka ingin larikan minda atau daripada berfikir tentang perkara yang menjadi masalah ini dan mereka fokus kepada permainan video..” (I3)(I6)*

*“Kalau dia tinggalkan (gajet atau permainan dalam talian), maka dia akan rasa kecelaruan emosi. Kecelaruan emosi ini maknanya dia tak boleh nak menunjukkan diri dia sebagai seorang yang normal, beremosi positif tetapi dia mudah melenting. Bila dia penat dia akan mudah nak marah dan tempered..” (I7)*

Kesimpulannya, bermain permainan dalam talian ini memberi pengaruh yang besar kepada seseorang individu dalam perkara yang melibatkan kawalan emosi. Kenyataan ini senada dengan kajian Putri Shyarsheina Azzahra dan Resti Okta Sari (2023) yang berpendapat bahawa pemain yang sudah mengalami ketagihan permainan dalam talian lebih cenderung dengan keseronokan dirinya sendiri tanpa mempedulikan sekelilingnya. Hal ini sekiranya tidak dibendung, mampu memberikan kesan negatif terhadap kehidupan dan emosi individu.

#### **4.2.1.3 Subtema Ketiga: Ketidakmampuan Kawalan Masa**

Ketidakmampuan kawalan masa merujuk kepada kesukaran seseorang individu menguruskan masa mereka akibat terhalang dengan sesuatu perkara yang lain. Ketidakmampuan kawalan masa menurut Amin Che Ahmat et al. (2024) menunjukkan suatu simptom yang jelas yang mampu mengganggu gugat kehidupan individu. Hal ini menggambarkan seseorang individu itu mengalami kesukaran dalam pengurusan masa

dalam kehidupan seharian, pengabaian sosial dan keseimbangan dalam aktiviti seharian mereka.

Menurut Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia (2022) rata-rata rakyat Malaysia dalam kalangan belia menghabiskan masa di antara lima hingga dua belas jam sehari untuk melayari internet (Mohd Azul Mohamad Salleh et al., 2024). Dalam hal ini, permainan dalam talian tidak terkecuali memandangkan ia juga merupakan sebahagian besar yang perlu dicapai melalui capaian jaringan internet. Hal ini merupakan isu yang sangat kritikal terhadap para pengguna atau pemain di mana ia mampu mengubah gaya hidup sosial individu.

Sekiranya ia berpanjangan dalam jangka masa yang lama, ia mampu memberi pengaruh kepada kesihatan mental individu. Dalam masa yang sama, ia akan memberi kesan yang negatif terhadap kehidupan sosial seseorang dan mengakibatkan ketidakmampuan kawalan masa. Hal ini dinyatakan oleh beberapa informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Dia perlu habiskan banyak masa dan sukar untuk berhenti dan berlaku penambahan jam sewaktu bermain. Jika sebelum ini seseorang itu gemar bersosial, beriadah dan sebagainya, dia telah tiada minat terhadap perkara tersebut kesan daripada ketagihan permainan dalam talian..” (I1)*

*“Buka telefon game. Itu antaranya sehingga kalau yang teruk sangat tu sehingga membazir masa...” (I4)*

*“Antara simptom-simptom yang biasa didapati pada yang ketagihan permainan dalam talian ini ialah sukar mengurus masa, tiada keseimbangan dalam kehidupan seharian dia..” (I5)*

Menyedari impak negatif yang akan berlaku, pengguna atau pemain yang ketagihan permainan dalam talian masih tidak berupaya untuk mengawal masa untuk bermain permainan dalam talian. Suatu mekanisme amat diperlukan bagi memulihkan tabiat dan ketagihan ini.

#### **4.2.1.4 Subtema Keempat: Ketidakmampuan Kawalan Diri**

Ketidakmampuan kawalan diri merupakan suatu keadaan di mana seseorang individu itu mengalami kesukaran untuk mengawal diri daripada terjebak dengan sesuatu perkara yang sering dilakukan. Menurut Emria Fitri et al. (2018), lima peratus

remaja berusia lapan sehingga lapan belas tahun mengalami simptom ketagihan permainan dalam talian yang mengarah pada tingkah laku *patologi* di antaranya ialah berkaitan dengan masalah gangguan emosi dan kesihatan mental (Arwansyah Kirin et al., 2022). Ini bermakna, individu yang mengalami kesukaran dalam kawalan terhadap diri mereka akan mengalami kecenderungan dalam melakukan tingkahlaku impulsif dan mengikut kehendak hati.

Antara faktor yang mendorong individu terjebak dengan ketagihan permainan dalam talian menurut Shavira Tresna Ayu Puspita dan Olievia Pranbadini Mulyana (2018), ialah ketidakmampuan seseorang itu mengawal diri mereka dalam bermain permainan dalam talian (Mais et al., 2020). Jelaslah bahawa kawalan diri berkaitan dengan kejayaan dalam banyak aspek kehidupan (Muraven et al., 1998). Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Walaupun seseorang itu mempunyai kesedaran, akan tetapi kesedaran itu tidak mampu membantu dia mengurangkan kadar untuk dia bermain dan sebagainya..” (I1)*

*“Jadi simptom tu mungkin kita boleh nampak apabila seseorang itu dia kurang dapat mengawal diri dia. Kurang kawalan lah. Mungkin boleh nampak itu kurang kawalan untuk kepada satu-satu perkara. Maksudnya, dia kurang dapat mengawal diri dia daripada terlibat kepada salah satu er inilah kepada permainan dalam talian..” (I2)*

#### **4.2.1.5 Kesimpulan**

Berdasarkan dapatan kajian, dapat dirumuskan bahawa ketagihan permainan dalam talian dikesan apabila seseorang mempunyai simptom ketidakmampuan bersosial, ketidakmampuan kawalan emosi, ketidakmampuan kawalan masa dan ketidakmampuan kawalan diri. Ia memberi kesan negatif kepada psikologi dan psikososial manusia. Kesan negatif ini dilihat mempunyai persamaan dengan dapatan kajian (Bonnaire & Baptista, 2019; Walther et al., 2012).

#### **4.2.2 Tema Kedua: Kesan Ketagihan Permainan Dalam Talian**

Dalam tema ini, informan telah menjelaskan bahawa terdapat empat kesan seseorang individu mengalami ketagihan permainan dalam talian. Kesan itu dipecahkan

kepada subtema. Antara kesan ketagihan permainan dalam talian, ia telah mengakibatkan seseorang individu melakukan penipuan, pengabaian spiritual, pengabaian tanggungjawab dan rutin harian serta perubahan pola pemakanan dalam kehidupan seharian. Jadual 4.3 dibawah menunjukkan pembentukan tema dan subtema bagi tema kedua.

Jadual 4.3

**Tema Kedua Dan subtema**

| <b>Tema</b>                                         | <b>Subtema</b>                               |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Tema Kedua : Kesan Ketagihan Permainan Dalam Talian | 1. Menipu                                    |
|                                                     | 2. Pengabaian Spiritual                      |
|                                                     | 3. Pengabaian Tanggungjawab Dan Rutin Harian |
|                                                     | 4. Perubahan Pola Pemakanan                  |

#### **4.2.2.1 Subtema Pertama: Menipu**

Ketagihan permainan dalam talian mampu memberi kesan terhadap perilaku berkata jujur dalam diri individu. Menurut Muhammad Taufiq Nasution (2021), ketagihan permainan dalam talian mampu memberi pengaruh terhadap ketidakmampuan dalam mengawal selia perasaan dan emosi sehingga mampu mencetuskan seseorang itu menjadi negatif seperti wujudnya sifat pmarah, pemalu, pmarah, ceria, penipu dan lain-lain. Perbuatan ini merupakan suatu perbuatan yang tidak baik dan mampu memberi kesan buruk sekiranya tidak ditangani. Hal ini dinyatakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Dia akan menipu orang lain untuk jumlah masa yang dihabiskan untuk bermain. Apabila ditanya tentang jam yang diperuntukkan untuk bermain, dia akan menipu tentang jumlah jam tersebut walhal melebihi masa yang dihabiskan terhadap permainan dalam talian..” (I1)*

#### **4.2.2.2 Subtema Kedua: Pengabaian Spiritual**

Ketagihan permainan dalam talian mampu memberi kesan terhadap pengabaian spiritual individu. Semakin tinggi ketagihan yang dihadapi seseorang, semakin tinggi

kecuaian dalam penjagaan waktu untuk mendirikan solat. Hal ini dinyatakan oleh Helwatuazzakiah et al. (2021), semakin tinggi keseriusan ketagihan seseorang, semakin besar pengaruh terhadap penjagaan waktu untuk mendirikan solat, kajian ke atas seratus dua puluh orang pemain di negara Indonesia (Muhammad Haziq Ikmal Huzairi & Mohd Syukri Zainal Abidin, 2023). Pengabaian spiritual ini sekiranya tidak dibendung, maka ia akan memberi kemudaratan kepada pengisisan rohani individu. Hal ini dinyatakan oleh beberapa informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Kemungkinan besar untuk melewati solat itu besar..” (I1)*

*“Akan timbul kesedaran bahawa permainan dalam talian itu tidak bagus dan boleh menyebabkan wujudnya sifat-sifat yang keji seperti meninggalkan solat, tidak amanah dalam melakukan kerja dan sebagainya..” (I1)*

#### **4.2.2.3 Subtema Ketiga: Pengabaian Tanggungjawab Dan Rutin Harian**

Pemain yang mengalami ketagihan memiliki kecenderungan dalam mengabaikan tanggungjawab dan rutin harian dalam kehidupan seharian. Ia senada dengan apa yang dinyatakan oleh Muhammad Darwis et al. (2020) bahawa keadaan pemain yang telah mengalami ketagihan permainan dalam talian akan sentiasa lalai dalam pengurusan waktu hingga segala tugas dan kewajibannya terabai (Abdul Haris et al., 2021). Hal ini dinyatakan oleh beberapa informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Atau dia pelajar, maka dia akan mempunyai masalah di sekolah atau di pejabat, sekiranya pekerja; mereka akan lebih cenderung untuk bermain daripada memberikan penumpuan kepada tugas-tugas hakiki..” (I1)*

*“Boleh mengabaikan aktiviti rutin yang lain sehingga mungkin kalau anak-anak ni sanggup ponteng sekolah sebab dia rasa nak sangat bermain..” (I2)*

*“Permainan dalam talian merupakan keutamaan dia. Mata dia nak kena tengok dulu berbanding rutin untuk sehingga dia boleh menyetepikan aktiviti dia yang lain..” (I2)*

*“Tidak boleh fokus kepada kepada kerjaya, kepada tugas yang diberikan, itu kita panggil macam dah ketagihan tu..” (I4)*

*“Dia duduk dalam bilik atau dia bermain permainan video sampai dia tidak buat kerja lain, dia terpaksa fokus sahaja tanpa menoleh..” (I6)*

*“Kadang sudah seronok bermain sampai terlupa bahawa ada banyak tanggungjawab lain sehingga sampai ke peringkat ketagihan..” (16)*

*“Kerana perkara ini, dia melupakan kerja-kerja dia yang asasi..” (17)*

#### **4.2.2.4 Subtema Keempat: Perubahan Pola Pemakanan**

Para pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian cenderung mengabaikan pengambilan makan. Keadaan ini akan menyebabkan pengambilan makanan yang tidak teratur. Menurut Abdul Haris et al. (2021) kerana keasyikan dalam bermain permainan dalam talian, pemain sering lupa untuk makan. Para pemain yang ketagihan dengan permainan dalam talian menurut Muhammad Taufiq Nasution (2021) akan mengalami antibodi yang lemah kesan daripada kekurangan aktiviti yang melibatkan fizikal, lambat dalam pengambilan makanan dan lain-lain.

Dalam penelitian yang dibuat oleh Damanik dan Ricky (2020), penelitian ke atas mahasiswa yang mengalami ketagihan permainan dalam talian mengalami kesukaran dalam menguruskan waktu pengambilan pemakanan. Sekiranya ia berlarutan, ia mampu merubah pola pemakanan individu tersebut. Kesannya, perubahan pola makanan berlaku ke atas pemain hingga menyebabkan para pemain mengalami masalah kesihatan. Hal ini dinyatakan oleh beberapa informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Kemungkinan besar untuk melewatkan pengambilan makanan, minuman itu besar..” (11)*

*“Berlaku perubahan pola pemakanan..” (15)*

*“Contoh kalau macam kanak-kanak, pengambilan makanannya sambil lewa seperti makanan ringan dan sebagainya untuk kembali semula untuk bermain permainan dalam talian. Jadi, ia akan menjejaskan kepada kesihatan..” (15)*

#### **4.2.2.5 Kesimpulan**

Dapatan kajian juga menunjukkan ketagihan permainan dalam talian mengakibatkan penipuan, pengabaian spiritual, pengabaian tanggungjawab dan rutin harian serta perubahan pola pemakanan.

### 4.2.3 Tema Ketiga: Faktor Terlibat Dengan Ketagihan Permainan Dalam Talian

Dalam tema ini, informan telah menjelaskan bahawa terdapat lapan faktor seseorang individu itu terlibat dengan ketagihan permainan dalam talian. Faktor itu dipecahkan kepada subtema. Antara faktor keterlibatan yang menjerumuskan seseorang individu itu ketagihan permainan dalam talian ialah seseorang individu itu kurang kawalan daripada ibu bapa, kurang kawalan diri, pengaruh rakan sebaya, pengaruh sosial media, pengaruh persekitaran, kurang kefahaman agama, akses gajet dan internet serta visual dan grafik yang menarik yang mengakibatkan mereka lalai dan terleka. Hal ini membuatkan mereka yang ketagihan dengan permainan dalam talian mengalami kesukaran untuk berhenti daripada bermain permainan dalam talian. Rajah dibawah menunjukkan pembentukan tema dan subtema bagi tema ketiga.

Jadual 4.4

Tema Ketiga Dan Subtema

| Tema                                                                 | Subtema                             |
|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|
| Tema Ketiga: Faktor Terlibat Dengan Ketagihan Permainan Dalam Talian | 1. Kurang Kawalan Daripada Ibu Bapa |
|                                                                      | 2. Kurang Kawalan Diri              |
|                                                                      | 3. Pengaruh Rakan Sebaya            |
|                                                                      | 4. Pengaruh Sosial Media            |
|                                                                      | 5. Pengaruh Persekitaran            |
|                                                                      | 6. Kurang Kefahaman Agama           |
|                                                                      | 7. Capaian Gajet Dan Internet       |
|                                                                      | 8. Visual Dan Grafik                |

#### 4.2.3.1 Subtema Pertama: Kurang Kawalan Daripada Ibu Bapa

Kawalan daripada ibu bapa merupakan suatu perkara yang amat penting dalam didikan terhadap anak-anak. Kebiasaannya, kesan yang berlaku terhadap individu bermula daripada bagaimana mereka mendapat pendidikan dari rumah. Ini kerana, dalam perkara yang negatif, masih mampu diperbetulkan dengan cara yang baik. Fatimah Abdullah et al. (2008) menyatakan bahawa pengaruh sosial media yang

dilakukan oleh individu perlu dipantau dengan baik oleh ibu bapa dan orang dewasa (Siti Noridayu Abd. Nasir & Hazlina Abdul Halim, 2022).

Hal ini dibimbangi akan wujud kesan negatif dalam diri individu seseorang. Sekiranya ketagihan permainan dalam talian ini tidak dibendung dari awal, maka ia akan memberi kesan yang buruk, baik dari segi keperibadian, perilaku dan sikap individu yang mengalami ketagihan permainan dalam talian. Antara cadangan Siti Noridayu Abd. Nasir dan Hazlina Abdul Halim (2022) berkaitan kawalan ibu bapa terhadap individu yang ketagihan permainan dalam talian ialah membuat batasan waktu terhadap aktiviti harian anak-anak untuk permainan, memperuntukkan masa yang banyak bersama anak-anak, melakukan pembelian permainan yang bersesuaian dan memberi manfaat kepada mereka. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Pada pandangan saya ialah kurang kawalan daripada ibu bapa. Sebagai orang dewasa, ibu bapa perlu menetapkan tempoh. Datuk Professor Dr. Muhaya Mohamad mengatakan waktu yang paling baik dan cukup untuk anak bermain adalah dalam lima belas minit sahaja. Itu cara bagaimana untuk mengawal daripada timbul masalah ketagihan. Itu sekiranya anak kecil..” (I1)*

*“Bila mak ayah belikan gajet, ada internet lagi, jadinya lepas tu tak monitor, tidak ada screen time, akan menyebabkan anak ni lebih bermaharajalela lah..” (I2)*

*“Disebabkan oleh kurangnya pengawasan daripada ibu bapa sendiri ataupun penjaga kepada individu yang addict kepada game itu..” (I5)*

*“Kita bukan nak salahkan ibu bapa tetapi kita nak katakan bahawa selalunya, mereka ini akan bermula daripada pengabaian di rumah..” (I7)*

#### **4.2.3.2 Subtema Kedua: Kurang Kawalan Diri**

Kawalan diri merupakan aspek penting dalam kehidupan seseorang. Menurut Kuhnle et al. (2010) keseimbangan hidup dan kawalan diri merupakan suatu aspek yang penting dalam kehidupan bagi menjalani kehidupan yang lebih baik. Seseorang yang memiliki kawalan diri memiliki keupayaan untuk mengutamakan hasrat dan matlamat mereka. Dalam masa yang sama, individu yang mampu menyesuaikan diri mereka serta

mengawal diri dengan baik, dapat mengawal konflik antara matlamat yang berbeza dalam kehidupan mereka.

Penyesuaian terhadap diri melalui kawalan terhadap tingkah laku dan emosi memberi peranan yang amat besar bagi seseorang individu. Peranan ini melibatkan kawalan terhadap perilaku dan emosi individu melalui perancangan daya tindak balas pemikiran dan tingkah laku yang betul. Kekurangan kawalan terhadap diri dilihat sebagai faktor yang menjerumus seseorang yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Sebab yang melakukan itu adalah setiap individu. Jadi, kalau dia tak boleh control diri dia, ha itu akan menyebabkan dia terjebak lah kepada ketagihan permainan dalam talian ni..” (I2)*

*“Faktor tu diri sendiri. Kalau dia dapat control diri sendiri, control diri dia, dapat mendisiplinkan diri dia, maka benda ni takkan terjadi. Dan dia boleh bahagikan masa. Masa main game, boleh main game. Kemudian, dia disiplinkan diri sendiri..” (I4)*

#### **4.2.3.3 Subtema Ketiga: Pengaruh Rakan Sebaya**

Rakan sebaya merupakan aspek yang meluas dalam kehidupan sosial kita. Menurut Reitz et al. (2014), mereka meliputi pelbagai orang yang mengelilingi kita dalam kehidupan seharian dari awal kanak-kanak sehingga meningkat usia. Rakan sebaya juga meliputi ahli bilik kelas, komuniti, kerja atau pasukan sukan yang sama dalam konteks kumpulan rakan sebaya. Menurut Siti Raba'ah Hamzah et al. (2013), rakan sebaya merupakan meliputi lingkungan umur yang setara seperti rakan di sekolah atau sekerja atau mereka yang menjalin persahabatan sesama mereka dalam melalui rencah onak dan duri, mencurahkan perasaan serta pandangan dalam kehidupan dan ia amat memberi pengaruh terhadap tingkah dan laku (Pushpunathan & Muhammad Adnan Pitchan, 2019)

Memandangkan kehadiran rakan sebaya dalam kehidupan kita, kemungkinan besar mereka mampu memberi mempengaruhi kepada kehidupan kita dalam bersosial terutamanya dalam lingkungan belia dan remaja. Remaja mungkin mengalami kesukaran kerana perasaan dan fikiran mereka dan akibatnya, mereka mungkin beralih kepada kumpulan kawan untuk lari daripada masalah dan mengatasinya. Dalam tempoh

usia belia remaja ini, kelulusan sosial dan penerimaan rakan sebaya mungkin berada di barisan hadapan untuk remaja dahulukan dalam kehidupan sosial mereka.

Menurut Subrahmanyam dan Lin (2007) teknologi boleh memberi peluang untuk memenuhi kelulusan sosial dan jangkaan penerimaan rakan sebaya remaja melalui aplikasi komunikasi. Namun amat membimbangkan dalam waktu seusia ini, Lin dan Tsai (2002) menyatakan bahawa remaja membangunkan tingkah laku penggunaan internet yang tidak sihat bagi melawan masalah penyesuaian mereka dan harga diri yang rendah dalam tempoh ini (Yayman & Bilgin, 2020).

Menurut hasil kajian Pushpunathan dan Muhammad Adnan Pitchan (2019) terhadap permainan dalam talian iaitu Mobile Legends dalam kalangan wanita di Hulu Langat, Selangor majoriti informan memaklumkan bahawa mereka mengetahui tentang permainan dalam talian itu melalui rakan sebaya. Informan juga menyatakan, apabila kebosanan melanda pada diri mereka, mereka cenderung untuk mengutamakan rakan untuk melakukan aktiviti. Mereka juga cenderung untuk melakukan apa yang dilakukan oleh rakan-rakan mereka seperti bermain permainan dalam talian.

Pada awalnya dengan rasa ingin tahu, lalu mencuba. Namun pada akhirnya, ia menimbulkan rasa keseronokan dalam diri mereka dan mampu menjerumuskan mereka ke arah ketagihan. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Pengaruh rakan sebaya sangat kuat yang dalam diri golongan remaja. Begitu juga pengaruh sosial media dan pengaruh persekitaran. Sebab apa saya kata pengaruh rakan sebaya sangat kuat, sebab peringkat remaja mereka mencari identiti, mencari rakan. Mereka lihat apa yang kawan mereka lakukan dan turut bersama mengikuti bagi mendapatkan titik persamaan dan berada selari dengan rakan-rakan..” (I1)*

*“Dipengaruhi pula oleh kawannya sebab game dalam talian, dia boleh berinteraksi dengan kawan dia pula kan, main sama-sama, bercakap. Jadi bila kawan tu ajak main ha, jadi dia berlarutan lah..” (I2)*

*“Tu faktor-faktor kawan-kawan kan, ataupun kita rasa ketinggalan kalau tak main game macam ni..” (I4)(I5)*

*“Kecenderungan individu itu apabila dia melihat kawannya tenggelam dengan game. Maka dia pun, nampak seronok..” (I7)*

#### **4.2.3.4 Subtema Keempat: Pengaruh Sosial Media**

Sosial media merupakan suatu medium hiburan buat masyarakat. Namun, sekiranya penggunaannya melibatkan tempoh masa yang panjang, ia mampu memberi ketagihan kepada penggunanya. Ketagihan media sosial merupakan masalah psikologi yang berkembang dengan proses kognitif, afektif dan tingkah laku dan yang menyebabkan masalah seperti keasyikan, pengulangan dan konflik dalam banyak bidang kehidupan seharian individu seperti peribadi, bidang profesional/akademik dan sosial (Yayman & Bilgin, 2020).

Menurut Chou et al. (2005) dalam laporan Yayman dan Bilgin (2020), hubungan antara internet dan ketagihan media sosial dan corak tingkah laku penggunaan internet telah diteliti dan terdapat hubungan yang signifikan antara kedua-dua tingkah laku ini. Salah satu masalah yang paling biasa di kalangan remaja selepas penggunaan media sosial ialah permainan digital atau permainan dalam talian. Permainan dalam talian ini pada awalnya digunakan untuk tujuan seperti berseronok, hiburan, keseronokan dan merehatkan minda. Namun, menurut Yayman dan Bilgin (2020), sekiranya permainan digital ini dimainkan secara berlebihan, ia akan membawa kepada jalan ketagihan. Informan berpendapat bahawa:

*“Jika zaman dahulu, internet ini cuma mampu dilihat pada komputer desktop dan sukar di bawa ke mana-mana. Setelah perubahan masa, manusia memfokuskan pada gajet yang lebih kecil seperti iPhone dan sebagainya. Ia menjadi gajet yang berada dalam poket, tangan kita pada setiap masa. Bila berada di tangan, kita boleh tengok setiap hari, masa, ketika dan saat kerana ia ada di tangan. Jadi dia menyebabkan berlakunya ketagihan sebab masa itu kita tidak kawal..” (I1)*

#### **4.2.3.5 Subtema Kelima: Pengaruh Persekitaran**

Persekitaran merujuk kepada keadaan sesuatu dalam lingkungan atau sekeliling. Menurut Katiman Rostam (2019) persekitaran merupakan keadaan yang berada di sekeliling, termasuk perubahan cuaca, sosisiobudaya, politik dan hubungan komunikasi sesama manusia dan juga alam di sekitarnya. Dalam perspektif Islam, elemen persekitaran tidak dapat dinafikan berupaya mempengaruhi kehidupan manusia. Dalam pandangan Islam, manusia merupakan makhluk sosial yang terus berkembang melalui proses pembelajaran yang dipengaruhi oleh persekitaran (Nur Shahidah Pa’ad, 2017).

Belia remaja pada hari ini dilihat mempunyai kecenderungan terhadap permainan dalam talian akibat terpengaruh dengan faktor persekitaran. Generasi alaf baharu menurut Andrea et al. (2016), dilihat sangat serasi dengan persekitaran kehidupan berteknologi sehingga hampir kesemua rutin kehidupan mereka dilakukan menerusi dalam talian (Nor Ezdanie Omar & Muhamad Noh Abdullah, 2020). Hal ini dilihat amat membimbangkan di mana generasi ini mempunyai kebergantungan dengan teknologi dan internet. Ia mampu membuka ruang kepada penggunaan tanpa had dan sempadan.

Menurut Lewin (1951), teori kesesuaian persekitaran-individu dalam penyelidikan stress merupakan ciri pandangan yang berkaitan dalam psikologi. Ia mengemukakan bahawa sikap, tingkah laku dan keharmonian ditetapkan secara bersama oleh individu dan persekitaran (Andang Andaiyani Ahmad & Abdul Said Ambotang, 2020). Kesan ketagihan tingkah laku yang muncul akibat dari bermain permainan dalam talian ini berbentuk tindakan dan tingkah laku. Seeseorang individu yang ketagihan bermain permainan dalam talian melihat kepada apa yang dilihat dan berlaku semasa bermain. Dalam masa yang sama, ia akan berusaha meniru gaya, tindakan dan aksi keadaan permainan dalam talian yang dimainkannya. Menurut Ridwan Syahrani (2015), pemain yang bermain permainan dalam talian akan mencuba untuk meniru gaya keadaan pada dirinya agar bersesuaian dengan permainan dalam talian yang diminatinya.

Hal ini mengakibatkan pemain yang ketagihan dengan permainan dalam talian mengalami kesukaran untuk berhenti daripada bermain permainan dalam talian. Pengaruh persekitaran dilihat sebagai faktor yang menjerumus seseorang yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Selepas itu pengaruh persekitaran. Contohnya, kalau kita berada dalam pengangkutan awam, berapa orang yang bercakap ? Bila persekitaran macam itu, kita akan jadi sangat terdedah untuk terjerumus kepada ketagihan permainan dalam talian..” (I1)*

#### **4.2.3.6 Subtema Keenam: Kurang Kefahaman Agama**

Penghayatan keagamaan menurut Zulkiple Abd. Ghani dan Nor Salimah Abu Mansor (2006), mempunyai maksud interpretasi dan komunikasi, pengamalan dalam ajaran agama yang meluas dalam kaedah pemikiran, perilaku, penetapan prinsip, analisis tindakan dan keputusan dari pelbagai sudut kehidupan dengan berpandukan pengetahuan dan pemahaman dalam agama. Islam adalah sebuah agama yang menuntut penganutnya agar sentiasa berusaha dalam menuntut ilmu. Baik ia ilmu duniawi, mahupun ukhrawi.

Menurut Lailatul Muarofah (2016), dengan adanya ilmu pengetahuan tentang agama Islam, kefahaman manusia terhadap kehidupan dalam beragama semakin berkualiti dan nilai tingkat spiritual, kerohanian dan nilai akhlak individu semakin melonjak naik. Individu akan terpelihara sekiranya mereka mempunyai spiritual yang baik berlandaskan agama serta penerapan penghayatan yang dipelajari dan dipraktikkan dalam hidup beragama.

Kemelesetan penghayatan adab dan akhlak menurut Solhal Huda Sahidan (2021), merupakan kesan daripada permainan video. Melihat kepada perkembangan teknologi yang berkembang tanpa sempadan, ia telah meragut nilai adab dan akhlak dalam diri pelajar. Menurut Solhal Huda Sahidan (2021), majoriti pelajar alaf baharu sering melapangkan masa dengan melakukan aktiviti bermain permainan video sehingga ia menjerumuskan para pemain dalam kancuh ketagihan permainan dan mengakibatkan rutin harian mereka terabai. Ia jelas menunjukkan individu yang memiliki kurang kefahaman serta penghayatan agama dalam kehidupan mampu mempengaruhi nilai sahsiah dan jati diri dalam diri mereka sehingga mampu dipengaruhi dengan anasir yang negatif seperti terjebak dengan ketagihan permainan dalam talian. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Faktor seterusnya adalah kurang kefahaman agama. Orang Islam boleh bermain apa sahaja tetapi perlu ada had. Orang yang kurang kefahaman agama, dia tidak fikirkan kandungan yang mana yang baik, bermanfaat, tempoh masa dan sebagainya. Itu tidak diambil kira. Sedangkan dalam Islam; boleh main, seronok tetapi setiap perkara ada hadnya. Jadi, bila kita tidak berpegang pada perkara itu, dia akan menyebabkan kita leka dan lalai..” (I1)*

#### **4.2.3.7 Subtema Ketujuh: Capaian Gajet Dan Internet**

Kebolehcapaian dan penggunaan gajet dan internet merupakan suatu perkara yang sangat penting terhadap pengguna khususnya belia remaja di era kini. Ia senada dengan Ia senada dengan Dienlin dan Johannes (2020), yang menyatakan penggunaan peranti seperti telefon pintar, tablet dan komputer telah menjadi sebahagian penting dalam kehidupan remaja dalam era digital semasa (Martaria Rizky Rinaldi et al., 2024).

Peningkatan capaian internet dan kemajuan peranti pintar juga memainkan peranan penting dalam isu ini. Dalam hal ini, kemajuan peranti pintar menurut Wan Muhammad Iskandar Firdaus Wan Ahmad et al. (2022), secara tidak langsung memberi peningkatan terhadap jumlah permainan dalam talian. Kebolehcapaian dan penggunaan ini memberi peranan dalam pembentukan gaya hidup, kelestarian pendidikan dan pembangunan serta perkembangan sosial individu.

Akan tetapi, sekiranya capaian gajet dan internet ini diguna secara berlebihan, ia mampu membawa kemudaratan dalam kehidupan seharian. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Berkaitan tentang capaian internet ke game online kan. Capaian akses internet itu dan juga, alat tu; handphone sekarang ni, smart phone. Smart phone murah dah sekarang ni. Jadi, gajet ataupun handphone tu dapat diperoleh dengan mudah, akses wifi free pun banyak..” (I4)*

*“Faktor lain lagi mungkin juga melibatkan disebabkan oleh teknologi sekarang ni jugalah. Teknologi sekarang ni ada 5G, 4G dan sebagainya. Dia akan lagi orang kata memberi dorongan lah kepada seorang tu terlibat dengan permainan dalam talian..” (I5)*

#### **4.2.3.8 Subtema Kelapan: Visual Dan Grafik**

Penerapan elemen interaktif yang melibatkan visual dan grafik yang menarik dalam permainan dalam talian telah menyebabkan permainan dalam talian sangat diminati dalam kalangan masyarakat. Menurut Muhammad Danish Rif’qi Lukman et al. (2024), visual dan grafik yang menarik merupakan faktor yang mendorong ke arah ketagihan permainan dalam talian (Amin Che Ahmat et al., 2024). Ia senada dengan Ayu Rini (2011) menyatakan permainan dalam talian ini dimainkan dan dilengkapi

dengan elektronik berserta visual dan ia diminati oleh pelbagai lapisan masyarakat (Arwansyah Kirin et al., 2022).

Dengan ketetapan yang sesuai untuk dimainkan melalui persekitaran realiti maya yang dilengkapi dengan dua dimensi atau tiga dimensi, pemain akan dibuai dengan penuh rasa keterujaan dan kegembiraan (Wan Muhammad Iskandar Firdaus Wan Ahmad et al., 2022). Hal ini akan membuatkan para pemain yang bermain permainan dalam talian dapat menikmati perasaan yang sebenar sewaktu memainkan permainan dalam talian. Informan berpendapat:

*“Contohnya daripada sudut permainan dalam talian itu ialah daripada visual, grafik yang menarik. Ia akan menarik minat..” (I5)*

#### **4.2.3.9 Kesimpulan**

Faktor-faktor yang dikenalpasti sehingga membawa kepada berlakunya ketagihan permainan dalam talian adalah seperti kurang kawalan daripada ibu bapa, kurang kawalan diri, pengaruh rakan sebaya, pengaruh sosial media, pengaruh persekitaran, kurang kefahaman agama, akses gajet dan internet serta visual dan grafik yang menarik sehingga menyebabkan pemain sukar berhenti daripada aktiviti berkenaan.

#### **4.2.4 Tema Keempat: Terapi Psikospiritual Islam Bagi Menangani Masalah ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan**

Dalam tema ini, informan telah menjelaskan bahawa terdapat empat pecahan terapi psikospiritual Islam bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Terapi psikospiritual Islam itu dipecahkan kepada subtema. Antara terapi psikospiritual Islam bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian menurut informan ialah, informan mencadangkan pemeliharaan ibadah asas yang merangkumi ibadah solat, membaca al-Quran, membaca zikir, mengamalkan doa, dan berpuasa. Selain itu, informan juga mencadangkan para pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian ini agar menghayati konsep ihsan dan konsep itqan bagi menguatkan spiritual dan kerohanian dalam diri mereka.

Bagi memenuhi keperluan jasmani seseorang individu Muslim, informan juga mencadangkan para pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian ini agar melakukan perkara yang berfaedah seperti sukan. Antara sukan yang dicadangkan ialah

sukan Islamik yang mematuhi syariat dan mengikut sunnah agar selari dengan kehendak duniawi. Jadual 4.5 dibawah menunjukkan pembentukan tema dan subtema bagi tema keempat.

Jadual 4.5

**Tema Keempat Dan Subtema**

| <b>Tema</b>                                                                                                        |  |  |  | <b>Subtema</b> |                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|----------------|--------------------------|
| Tema Keempat: Terapi Psikospiritual Islam Bagi Menangani Masalah ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan |  |  |  | 1.             | Pemeliharaan Ibadah Asas |
|                                                                                                                    |  |  |  | -              | Solat                    |
|                                                                                                                    |  |  |  | -              | Baca al-Quran            |
|                                                                                                                    |  |  |  | -              | Zikir                    |
|                                                                                                                    |  |  |  | -              | Doa                      |
|                                                                                                                    |  |  |  | -              | Puasa                    |
|                                                                                                                    |  |  |  | 2.             | Konsep Ihsan             |
|                                                                                                                    |  |  |  | 3.             | Konsep Itqan             |
|                                                                                                                    |  |  |  | 4.             | Konsep Sukan Islamik     |

**4.2.4.1 Subtema Pertama: Pemeliharaan Ibadah Asas**

Ibadah menurut Md Saufi Abdul Hamid (2021), adalah suatu tanggungjawab yang diwajibkan ke atas umat manusia bagi mematuhi syariat Allah mengikut apa yang diajarkan oleh Rasulullah SAW. Dalam erti kata yang lain, segala perlakuan yang diredai Allah SWT, tidak kira ia melibatkan perbuatan atau perkataan, sama ada ia secara tersembunyi mahupun terang-terangan, selagi perkara itu adalah untuk mengagungkan keesaan Allah dan mengharapkan balasan pahala dari Allah, ia dianggap sebagai suatu ibadah.

Pemeliharaan ibadah asas boleh menjadi suatu alternatif bagi menangani permasalahan ketagihan permainan dalam talian. Ibadah asas ini meliputi solat, puasa dan sebagainya. Ibadah ini berfungsi dalam pembentukan disiplin, meneguhkan spiritual dalam diri manusia dan mengalihkan manusia untuk mengutamakan aktiviti yang lebih bermanfaat untuk dilakukan. Perbahasan ini dipecahkan mengikut apa yang dinyatakan oleh informan temu bual.

Pertama ialah solat. Solat menurut Al-Asqalani (2004) dan Ibn Manzur (1956) pada sudut bahasa membawa maksud doa yang menjurus kepada kebaikan (Al-Zuhayli, 1997) atau menurut Hamdani Bakran Adz-Dzakiey (2007) dan Al-Jurjawi (2006) membawa makna meminta rahmat, kemurnian, pengampunan dan pembersihan rohani (Noraini Junoh & Nor Asmira Mat Jusoh, 2018). Solat yang didirikan dengan penuh penghayatan ini dapat membangunkan jiwa dan memberikan ketenangan kepada hati orang yang mendirikannya.

Dalam hal ini, Md Saufi Abdul Hamid (2021) menyatakan bahawa orang yang solat, jiwa mereka akan hidup dan sentiasa mendorong ke arah kebaikan dan membenci perkara yang mendatangkan kemungkaran. Solat juga mampu membantu seseorang menepati masa. Solat yang diperintahkan melalui azan yang berkumandang dalam masa tertentu menurut Md Saufi Abdul Hamid (2021) menuntut kepada kesedaran terhadap individu supaya berada dalam keadaan berwaspada dan menjaga masa. Hal ini akan membuatkan seseorang itu berdisiplin dengan waktu yang dilaluinya seharian.

Ketagihan permainan dalam talian banyak dikaitkan dengan perihal individu yang gemar mengurung diri atau bersendirian dalam melayari dan menikmati permainan dalam talian tersebut. Hal ini dilihat memberi kesan kepada hubungan sosial individu tersebut sesama manusia. Sekiranya pemain mengikuti mendirikan solat berjemaah di masjid, mereka akan mempunyai kesempatan untuk bersama komuniti, meminimalkan rasa kesepian dalam diri seterusnya bertukar pandangan dalam mencari solusi dan sokongan sosial dalam usaha untuk menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

Solat menurut Nor Azah Abdul Aziz (2011), ialah alternatif terapi di dalam psikologi dalam inisiatif memberikan ketenangan kepada jiwa dan mengurangkan tekanan perasaan rentetan masalah yang dihadapi dalam kehidupan manusia seharian. Dalam hal ini, solat dilihat mampu membantu pemain yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian mengurangkan masalah yang dihadapi oleh mereka dengan melakukan solat mengikut waktu yang ditetapkan agar tidak terjerumus kepada pengabaian solat dan meninggalkan ibadah solat. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Mereka perlu disibukkan dengan aktiviti-aktiviti yang berfaedah seperti kalau dalam konteks ibadah ialah solat. Apabila kita istiqamah melakukan solat, akan datang dalam diri kita rasa untuk kita meninggalkan benda-benda yang mungkar..” (I1)(I2)*

*“Terapi ibadah itu pun itu antara dalam cara ketika terapi the proses pemulihan tu. Beri dia amalan-amalan ke, maksudnya paling kurang yang wajib tu, kena completekan dulu. Kalau tak complete, maka sukar lah..” (I4)*

Kedua ialah membaca al-Quran merupakan kalam Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW melalui perantaraan Malaikat Jibril AS (Muhammad Yasir & Ade Jamaruddin, 2016). Sekiranya membaca ia, dikira sebagai amal ibadah. Membaca dan mendengar al-Quran dilihat mampu dijadikan sebagai terapi dalam membantu menangani masalah berkaitan kerohanian seperti hati, jiwa dan sebagainya. Menurut Norhafizah Musa dan Che Zarrina Sa’ari (2019), pendekatan terapi hati ini dipanggil sebagai pendekatan *al-syifa’* di mana ia dipraktik menerusi pelaksanaan ibadah seperti berzikir, berdoa dan membaca ayat suci al-Quran (Farah Mohd Ferdaus et al., 2022).

Dalam Islam, *al-syifa’* di dalam al-Quran menurut Muhammad Nihaya dan Muhammad Thufail Paewai (2023), merupakan sebuah kaedah perawatan bagi menangani masalah berkaitan fizikal dan hati (kerohanian). Selain diamalkan melalui pembacaan, al-Quran juga mampu diamalkan melalui pendengaran terhadap bacaan al-Quran ke atas mereka yang mengalami masalah. Menurut Elkadi (1985), bacaan al-Quran yang didengari berkali-kali dilihat mampu meminimalkan tekanan yang dihadapi dan memberikan ketenangan hati dan jiwa kepada pendengarnya (Nur Yani Che Hussin & Muhammad Nubli Abd Wahab, 2021).

Bacaan al-Quran juga mampu merupakan satu jalan bagi mendekatkan diri kepada Allah disamping usaha bagi merawat permasalahan tingkah laku. Menurut Teuku Andi Syahputra et al. (2022), membaca al-Quran, menziarahi tempat ibadat bagi mengawal diri dan merapatkan hubungan antara hamba dan pencipta merupakan suatu kaedah bagi merawat masalah berkaitan kerohanian. Pendekatan ini bukan sahaja mampu memberi kesan kepada pemikiran yang positif, tetapi ia juga mampu menangani masalah berkaitan tingkah laku individu. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Kami sebagai pakar psikiatri, pakar psikologi tidak menghalang ayat-ayat ruqyah atau bacaan al-Quran. Ini membantu. Pada saya, saya menggalakkan lagi mereka untuk ambil sebab saya tahu kalau ambil akan memudahkan lagi rawatan jiwa..” (I3)*

Kedua ialah zikir. Zikir merupakan sebuah amalan dalam mengingati Allah

SWT. Amalan ini dilakukan dengan menyebut nama-nama Allah serta bertafakur atas segala kebesaran-Nya. Amalan zikir ini boleh dipraktikkan secara amalan, menyebut dengan lisan dan bermuhasabah melalui hati dalam usaha mendekatkan diri kepada Allah. Amalan zikir ini berupaya menjadi alternatif terapi dalam menangani masalah berkaitan psikologi. Menurut Dedy Susanto (2014), Ibnu Qoyyim Al-Jauziyah dan Hamdani Bakran menyatakan bahawa al-Quran mampu menjadi terapi dalam merawat penyakit yang berkaitan fizikal dan mental.

Menurut (Muhammad Izzuddin Taufiq (2006), pengamalan kerohanian seperti bacaan ayat suci al-Quran, zikir dan doa yang diamalkan oleh para nabi dipraktikkan untuk manfaat dengan tujuan bagi mendapatkan kesihatan yang baik (Lilin Rosyanti et al., 2018). Selain itu, zikir juga mampu mendekatkan diri seseorang individu itu kepada Allah SWT. Amalan zikir ini dilihat mampu memberi kesan refleksi kepada diri dan seterusnya mengembalikan diri seseorang itu agar sentiasa ingat kepada Allah SWT. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Selain daripada rawatan-rawatan kerohanian yang lain seperti zikir dan sebagainya..” (I1)(I7)*

*“Kalau amal-amal tambahan, zikir, istighfar pun, semua sekali tu itu, boleh juga diberi. Tujuannya apa? Tujuannya supaya dia sentiasa ingat kepada Tuhan..” (I4)*

Keempat ialah zikir. Zikir merupakan sebuah amalan dalam mengingat Allah. Doa merupakan suatu permintaan atau permohonan yang dilakukan oleh seorang hamba kepada Pencipta-Nya. Menurut Mustafa et al. (2004), doa berasal daripada Bahasa Arab yang membawa maksud permohonan dan ia merujuk kepada permohonan seorang hamba kepada Pencipta-Nya menerusi ucapan (Farah Mohd Ferdaus et al., 2022). Permohonan melalui doa ini dilakukan bagi mendapatkan rahmat kebaikan serta perlindungan dari segala apa yang tidak diingini atau memudaratkan diri seseorang individu.

Doa juga mampu menjadi sumber untuk memperoleh ketenangan jiwa. Menurut Aisyah Najibah Ahmad Najmee et al. (2020), perawatan kerohanian dan kejiwaan telah diwahyukan oleh Allah SWT dan ia merupakan petunjuk dalam menguatkan kekuatan spiritual seseorang individu daripada melakukan kemungkaran (Farah Mohd Ferdaus et al., 2022). Dengan pengamalan doa, seseorang individu akan memperoleh ketenteraman

dengan meluahkan rasa dan meminta pertolongan kepada Allah SWT.

Maka, pengaplikasian psikospiritual dalam diri menurut Intan Farhana Sapparudin dan Siti Nabilah Che Soh (2018), mampu mendorong ke arah usaha intervensi yang lebih komprehensif dari sudut psikologi, emosi dan kerohanian (Farah Mohd Ferdaus et al., 2022). Hal ini dinyatakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Dengan doa juga, boleh digunakan untuk merawat..” (I6)(I7)*

Kelima ialah puasa. Puasa merupakan sebuah amalan dalam mengingati Allah. Puasa merupakan perbuatan dalam mengawal atau menahan diri daripada makan dan minum serta perkara yang membatalkannya bermula dari terbit fajar sehingga terbenam matahari. Menurut Muhammad Hefni Camali Al Gifari dan Muhammad Fahriza Firdaus (2023), pendefinisian puasa ini mempunyai kepelbagaian makna yang merujuk kepada konteks kebudayaan dan keagamaan. Namun secara am, amalan puasa ini mempunyai elemen dalam mengawal dan menahan diri bagi memperoleh objektif kerohanian, kesihatan dan moral.

Puasa juga dapat melatih membentuk seseorang itu berdisiplin dan mempunyai kekuatan dalam mengawal diri sendiri (*self-control*) (Liliza Agustin, 2018). Amalan ini dilihat mampu memberi kesedaran rohani serta meningkatkan kawalan diri kepada individu dalam mengurangkan aktiviti yang tidak bermanfaat.

Puasa menurut Rosni Wazir et al. (2020), adalah tingkat ibadah yang tinggi dalam nilai penghambaan dalam hidup beragama kerana ia merupakan refleksi dalam mengawal jiwa dan nafsu. Menurut Rosni Wazir et al. (2020), al-Ghazali telah menggariskan panduan dalam penjagaan ibadah puasa dengan menahan diri daripada makan serta minum, mengawasi diri dari daripada melakukan kemungkaran, dan memelihara hati daripada pemikiran yang sia-sia.

Amalan puasa ini dilihat bukan sahaja mampu membentuk individu dalam memberi pengawasan nafsu dan keinginan tetapi juga mampu melatih diri daripada melakukan sesuatu yang melalaikan seperti bermain permainan dalam talian. Disiplin yang disemai ketika berpuasa mampu membantu dalam meminimakan tabiat ketagihan. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Puasa dan pelbagai amal ibadat yang lain. Ia sepatutnya menjadi tonggak*

*kepada pemulihan jiwa orang yang mengalami ketagihan permainan dalam talian ini supaya dia sedar bahawa dia itu sebenarnya berfungsi dalam masyarakat, sebagai anak, sebagai penganut agama Islam yang taat..”*  
(16)(17)

#### **4.2.4.2 Subtema Kedua: Penghayatan Konsep Ihsan**

Sebagai muslim yang diciptakan sebagai khalifah untuk memakmurkan muka bumi ini, manusia memerlukan asas dalam pembangunan ketamadunan. Menurut Abdul Ghani Samsudin (2004) dan Joni Tamkin Borhan (2008), aspek akidah, syariat, ihsan, akhlak, keilmuan, teknologi dan keterampilan merupakan asas yang penting di dalam sesebuah pembangunan dalam perspektif Islam (Emie Sylviana Mohd Zahid, 2019).

Dalam aspek ibadah, seseorang itu perlu melakukan ibadah dengan penuh kesungguhan, pemfokusan dan merasakan diri seakan-akan sedang melihat Allah atau diperhatikan oleh Allah SWT (Md Saufi Abdul Hamid, 2021). Terapi *ihsan* ini adalah sebuah kesedaran manusia dalam pelaksanaan ibadah, bahawa kita sentiasa diperhatikan oleh Allah. Pemilikan sifat ini merupakan suatu tanda bahawa seseorang merasakan diri dekat dengan Allah SWT semasa melakukan ibadah.

Dalam hal ini, penghayatan konsep *ihsan* dilihat sebagai elemen penting dalam pembangunan spiritual untuk individu. Konsep *ihsan* merujuk pada sifat kesempurnaan dalam akhlak dan ibadah dalam setiap aspek kehidupan, baik sesama manusia mahupun terhadap Allah SWT. Maka perlu bagi setiap individu merasakan diri kita sentiasa diperhatikan bagi mewujudkan keikhlasan dalam beribadah kepada Allah SWT. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Ihsan itu merasa Allah itu memerhati. Kalau tak rasa itu adalah kita yang kena rasa kita melihat Allah itu kan. Jadi konsep ihsan itu perlu disekalikan dalam konteks kita membangunkan tadi..”* (12)(17)

*“Saya percaya elemen-elemen perawatan yang sekarang boleh diguna pakai untuk nak merawat permainan dalam talian. Macam tadi yang konsep taubat, muhasabah diri, konsep berusaha dan tawakal. Percaya ada kuasa yang lebih besar daripada diri kita yang kecil, yang boleh tolong kita. Itu adalah satu konsep dalam Islam sebenarnya. Allah boleh bantu kita macam mana teruk dan berdosa kita macam mana pun, Allah boleh ampunkan..”*  
(13)(15)

#### **4.2.4.3 Subtema Ketiga: Penghayatan Konsep Itqan**

*Itqan* membawa maksud melakukan sesuatu perkara disertai dengan kesungguhan dan ketelitian untuk memperolehi hasil yang baik. Makna nilai *itqan* telah dinyatakan oleh Nurhafilah Musa (2015), merujuk kepada kualiti kerja yang dicerminkan melalui kesungguhan, ketekunan dan disertai komitmen (Enida Daud & Azman Hashim, 2019). Penghayatan konsep *itqan* merujuk kepada kefahaman yang mendalam dan amalan berterusan terhadap nilai ketekunan, kesungguhan, dan kecemerlangan dalam setiap tindakan, pekerjaan, atau tanggungjawab.

Nilai *itqan* ini berhubung kait dengan ketekunan, kecekapan kerja, disiplin, dan perancangan kerja (Enida Daud & Azman Hashim, 2019). Ketekunan merupakan asas kepada pembentukan sifat kesungguhan dalam diri individu dalam melaksanakan sesuatu tugas. Justeru, seorang yang beretika tidak mudah tunduk kepada sifat malas atau bersikap pasrah pada takdir semata-mata. Namun begitu, ketekunan hanya dapat dicapai sekiranya wujud disiplin yang konkrit dalam diri individu. Disiplin pula tidak akan dapat dibentuk tanpa adanya perancangan kerja yang teratur dan jelas. Maka, kombinasi antara perancangan yang rapi dan disiplin yang teguh akan mendorong kepada lahirnya ketekunan dalam diri individu, seterusnya menghasilkan kecekapan dalam menjalankan tugas.

Konsep *itqan* mempunyai kaitan yang erat dalam pembentukan budaya kerja yang berkualiti, istiqamah dan dilaksanakan dengan ketekunan, di samping menanamkan niat bekerja semata-mata kerana Allah SWT. Maka perlu bagi setiap individu mempunyai sifat *itqan* kerana ia merupakan suatu integriti dalam melakukan sesuatu perkara yang sangat dituntut oleh agama. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Nak pecahkan benda (ketagihan permainan dalam talian) tu, dia kena mampu, kena ada disiplin dan kesungguhan. Ikut konsep itqan untuk melawan kehendak nafsu dia sehingga dia boleh sebab nafsu tu dah mengawal diri dia..” (I2)(I5)*

#### **4.2.4.4 Subtema Keempat: Penghayatan Sukan Islamik**

Aktiviti sukan dan riadah memberi peranan yang penting dalam usaha kesejahteraan fizikal, mental dan spiritual. Aktiviti sukan tidak asing di dalam agama

Islam. Bahkan Rasulullah SAW juga menyarankan umatnya agar sentiasa menjaga kesihatan diri agar dapat menghindari dari segala penyakit yang memberi kemudaratan (Mohd Azim Nural Azhan et al., 2022). Selain daripada kesejahteraan fizikal dan mental, aktiviti sukan juga mampu memberi kesan yang baik kepada keseimbangan emosi dan pertambahan kualiti kehidupan manusia.

Penglibatan aktif seseorang individu dari sudut fizikal sangat membantu dalam meningkatkan kecergasan fizikal, keyakinan diri dan perhubungan sosial. Menurut Aysan (2016), sukan seperti memanah memberi kesan yang baik kepada kesihatan otot dan jantung manusia (Jamalia Aurani et al., 2022). Natiyahnya, manusia dapat menjalani kehidupan dengan lebih baik dan produktif apabila menikmati kesihatan tubuh badan yang sihat.

Dari sudut mental, aktiviti sukan berupaya mengurangkan tekanan (*stress*). Semasa seseorang individu melakukan aktiviti sukan secara fizikal, badan akan menghasilkan hormon endorfin (hormon gembira) yang dapat meningkatkan mood individu seterusnya, perasaan cemas atau tertekan akan berkurang (Nursyuhada Osman et al., 2025). Hal ini akan menyumbang kepada kesan yang positif terhadap psikologi, kehidupan sosial dan pembangunan kognitif. Pendekatan terapi sukan adalah selari dengan pandangan Mohd Arshad Yahya dan Mohd Firdaus Abdullah (2020) yang mengatakan bahawa terapi sukan mampu memberi perkembangan yang baik dalam mengubah tingkah laku negatif.

Dalam kajian ini, penghayatan sukan Islamik dilihat mampu memberikan kesan yang baik terhadap kawalan masalah ketagihan permainan dalam talian. Sukan Islamik bukan hanya meliputi sukan sunnah seperti yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW seperti memanah, berenang, berkuda, akan tetapi segala aktiviti yang sukan yang memenuhi patuh syariah. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Dalam Islam nabi, anjurkan kita juga untuk memanah, berenang, berkuda itu sukan-sukan yang sunnah juga yang dianjurkan. Jadi, sukan ini juga adalah salah satu perkara yang boleh dilakukan untuk seseorang itu mempunyai aktiviti fizikal dan secara tak langsung, masa dia terisi dengan sesuatu yang bermanfaat. Tapi saya rasa sukan itu juga sebenarnya aktiviti di bawah psikospiritual Islam. Cuma elemen dia more kepada aspek fizikal..” (I2)*

#### **4.2.4.5 Kesimpulan**

Dapatan kajian juga menunjukkan ketagihan permainan dalam talian adalah gangguan kawalan dalaman (kerohanian) diri manusia terhadap permainan. Justeru, informan mencadangkan pendekatan psikospiritual Islam sebagai alternatif bagi menanganinya. Ini selari dengan pendekatan yang dicadangkan oleh Rafeah Saidon et al., (2021). Menurut Rafeah Saidon et al., (2021), terapi psikospiritual Islam ini telah diiktiraf kerana kemampuan menangani pelbagai jenis penyakit mental yang dihidapi oleh pesakit.

Berdasarkan pandangan informan, pendekatan psikospiritual Islam yang boleh membantu dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian adalah pemeliharaan ibadah asas, penghayatan konsep Ihsan, penghayatan konsep Itqan dan juga penghayatan terapi sukan. Justeru, kajian ini mencadangkan empat penyelesaian ini dijadikan asas dalam memperkuat kerohanian individu. Pendekatan terapi sukan adalah selari dengan pandangan Mohd Arshad Yahya dan Mohd Firdaus Abdullah (2020) yang mengatakan bahawa terapi sukan mampu memberi perkembangan yang baik dalam mengubah tingkah laku negatif.

#### **4.2.5 Tema Kelima: Amalan Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan**

Dalam tema ini, informan telah menjelaskan bahawa terdapat dua amalan hisbah kendiri dalam Islam bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Amalan hisbah kendiri itu dipecahkan kepada subtema. Antara amalan hisbah kendiri dalam Islam bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian, menurut informan ialah, informan mencadangkan pemeliharaan ibadah yang merangkumi doa, membaca zikir, mendirikan solat sunat, mendengar nasihat yang diberikan, membaca al-Quran dan berpuasa.

Selain itu, informan juga mencadangkan para pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian ini agar mengamalkan amalan yang dicadangkan itu untuk dipraktikkan dan mendapatkan bimbingan atau bantuan dari informan bagi memudahkan proses penyembuhan terhadap ketagihan permainan dalam talian. Jadual 4.6 dibawah menunjukkan pembentukan tema dan subtema bagi tema kelima.

#### Jadual 4.6

##### Tema Kelima Dan Subtema

| Tema                                                                                                                    | Subtema                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Tema Kelima: Amalan Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian Menurut Informan | 1. Pemeliharaan Ibadah                           |
|                                                                                                                         | - Doa                                            |
|                                                                                                                         | - Zikir                                          |
|                                                                                                                         | - Solat sunat                                    |
|                                                                                                                         | - Nasihat                                        |
|                                                                                                                         | - Baca al-Quran                                  |
|                                                                                                                         | - Puasa                                          |
|                                                                                                                         | 2. Amalan yang dipraktik atau bantuan dari pakar |

#### 4.2.5.1 Subtema Pertama: Pemeliharaan Ibadah

Pemeliharaan ibadah dalam perspektif Islam mempunyai keupayaan dalam menangani ketagihan permainan dalam talian. Hal ini kerana melalui amal ibadah yang dilakukan, ia dapat melatih pembentukan jati diri dan disiplin dalam diri individu. Amalan ini dapat memandu manusia ke arah kehidupan yang lebih baik.

Antara usaha bagi menggapai tingkat kerohanian menurut Che Bakar Che Mat et al. (2007), merangkumi penjagaan ibadah yang wajib, memperbanyak amalan sunat, membaca al- Quran dan kitab keagamaan, berdampingan dengan lingkungan orang yang baik dari sudut pekerti dan akhlak, tidak mengeluarkan kata-kata yang sia-sia seperti mengumpat, menyertai majlis ilmu dan sentiasa muhasabah atau refleksi terhadap diri sendiri (Emie Sylviana Mohd Zahid, 2019).

Dengan menyemai nilai-nilai Islam dan amal ibadah dalam hidup beragama, seseorang itu mempunyai keupayaan dalam mengawasi dan menangani masalah berkaitan ketagihan permainan dalam talian secara lebih berkesan. Perbahasan ini dipecahkan mengikut apa yang dinyatakan oleh informan temu bual.

Pertama ialah doa. Perbuatan doa merupakan suatu ibadah bagi seorang muslim. Menurut Rahmadan Arifin (2020), perbuatan doa ini ialah suatu amalan spiritual yang mencakupi permintaan seseorang individu kepada Allah SWT dengan penuh kesungguhan dan rendah hati kepada Allah SWT (Farah Mohd Ferdaus et al., 2022). Pengamalan doa ini dapat difahami bahawa ia menunjukkan bahawa suatu rasa

pengabdian kepada Allah SWT.

Perbuatan zikir ini berupaya menjadi terapi kepada manusia melalui pengamalannya dan ia sebahagian daripada terapi hati. Kaedah terapi hati ini dipanggil *al-syifa'*. Menurut Norhafizah Musa dan Che Zarrina Sa'ari (2019), kaedah *al-syifa'* dipraktikkan menerusi amalan dan ibadah seperti bacaan al-Quran, amalan doa dan zikir untuk mendekatkan diri kepada Allah. Kaedah ini dilihat mampu menangani masalah yang berkaitan kerohanian untuk memperoleh pemikiran dan tingkah laku yang baik.

Menurut Fariza Md Sham et al. (2017), menyatakan bahawa al-Ghazali berpendapat bahawa hati ialah pengawal dan mengarah akan segala tingkah laku yang dilakukan oleh seseorang itu (Farah Mohd Ferdaus et al., 2022). Maka, hati yang tidak mudah terpengaruh akan anasir yang tidak baik dan tidak bermanfaat, memperoleh ketenangan yang diidam-idamkan oleh manusia. Dalam hal ini, pengamalan spiritual melalui doa juga mampu menjadikan manusia lebih tenang jiwa dan raga dalam menghadapi permasalahan dalam hidup (Farah Mohd Ferdaus et al., 2022). Hal ini dinyatakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Dari sudut ibu bapa ini perlu banyak berdoa dan anak-anak yang sudah sedar tadi bahawa dia itu ketagihan permainan dalam talian contohnya, dia juga perlu banyak berdoa. Doa ini sangat penting sebab Allah sahaja yang boleh membuka pintu hati kita..” (I6)*

*“Doa ibu bapa sangat penting..” (I6)*

*“Kita gabungkan dengan doa-doa atau zikir-zikir..” (I7)*

*“Waktu pagi, bila kita bangun selepas kita baca doa bangun tidur dan kita biasakan diri kita juga bila bangun itu, ucap syahadah. Kemudian baca doa bangun tidur,..” (I7)*

Kedua ialah zikir. Amalan zikir merupakan sebuah perlakuan amalan untuk mengingati Allah. Amalan zikir menurut Lilin Rosyanti et al. (2018), merupakan alternatif bersifat kerohanian bagi merawat gangguan jiwa. Amalan zikir ini mampu memberi ketenangan dan menyucikan jiwa bagi mereka yang beramal dengannya. Amalan zikir ini banyak memberi kesan kepada kesejahteraan fizikal dan mental individu.

Menurut Shahril Nizam Zulkipli et al. (2023), perbuatan zikir yang diamalkan setelah melakukan solat fardu dalam seharian mampu memberi kesan kepada psikologi

dalam kehidupan seseorang. Nur Yani Che Hussin dan Muhammad Nubli Abd Wahab (2021), menyatakan bahawa amalan zikir berupaya dalam membantu para pesakit dalam menangani keresahan serta mengurangkan rasa sakit yang dihadapi dan menangani masalah berkaitan masalah kesihatan mental.

Amalan zikir ini juga mampu membawa kesan yang positif dalam kehidupan manusia Menurut Fatma Laili Khoirun Nida (2014), amalan zikir ini mampu memberi kesan yang positif, mewujudkan keyakinan dan spiritual dalam diri manusia (Nur Yani Che Hussin & Muhammad Nubli Abd Wahab, 2021). Dalam aspek keyakinan dan spiritual, ia sangat diperlukan di dalam kehidupan manusia. Menurut Elmi Baharuddin dan Zainab Ismail (2014), aspek kerohanian yang meliputi kesejahteraan fizikal, emosi dan mental sangat diperlukan bagi memenuhi keperluan spiritual individu (Hamidah Ab Razak et al., 2022).

Jelas melalui amalan zikir, dapat mendekatkan individu kepada Allah serta menguatkan kerohanian seseorang kepada Allah. Amalan zikir ini juga mampu memenuhi keperluan spiritual individu dan seterusnya menjadikan seseorang itu insan yang terjaga dari anasir yang negatif. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Boleh tengok dari sudut apakah amalan-amalan yang perlu dibuat untuk memperkuatkan kerohanian. Contohnya, zikir ke kan, apa yang boleh dibuat, banyakkkan istighfar ke, berapa kali. Itu sebagai benteng-benteng ataupun nak membuat kubu yang kuat dalam jiwa itu..” (I3)*

*“Zikir banyak kali, berapa kali sehari gini gini, selawat berapa kali. Itu tujuannya itu untuk membina kekuatan diri. Dengan keberkatan itu semua tu, mudah-mudahan diri menjadi lebih kuatlah rohani dan jasmani dan juga dia mampu untuk menilai benda-benda yang baik, membezakan baik dan buruk begitulah..” (I3)*

*“Diri individu itu sendiri perlu banyak berzikir..” (I6)*

*“Mulakan dengan zikrullah. Kita akan ada timbal balik di situ. Hati kita akan sentiasa berkata benar atau salah. Zikrullah itu sangat penting. Jadi, masa itu akan terisi dengan zikrullah..” (I6)*

*“Banyak zikir-zikir tentang muraqabah. Kita ingin dekatkan diri dengan Allah. ”Lahaulawalaquwataillabillahlalimyilazim” pun boleh. “Lailahailallah Wahdahula Syarikalah”, “Subhanallah”. Macam ini pun boleh. Kita ingin diri kita, terlepas daripada kemungkaran..” (I7)*

*“Satu lagi ialah zikir. Bila berzikir, kita ajar supaya klien kita itu ataupun orang yang menggunakan ini, dia merasakan bahawa zikir dia itu datang daripada hati yang sebelah kiri kita ini. Datang daripada qalbu kita, bukannya datang daripada kepala..” (I7)*

*“Kalau orang yang bermasalah, kalau berat sangat dia merasai ujian dia, sampai dia resah, depression, kita minta dia baca (zikir) dan zikirkan ini dan dia niatkan “Ya Allah lembutkan takdirMu kepadaku sehingga aku boleh menghadapi takdir ini”. Akhirnya benda itu mungkin tidak selesai tetapi dia boleh menerima keadaan tersebut..” (I7)*

Ketiga ialah solat sunat. Solat ialah tiang bagi agama. Ia merupakan ibadah yang mengakrabkan hubungan antara hamba kepada Penciptanya. Solat sunat menurut Siti Zaleha Ibrahim dan Noraini Mohamad (2023), merupakan ibadah yang apabila ia dilaksanakan, akan memperoleh ganjaran pahala, sekiranya tidak dilaksanakan atau ditinggalkan, tidak dihukum berdosa ke atasnya. Solat yang didirikan dengan penuh kekusyukkan hati, penuh kerelaan tanpa sebarang paksaan, akan meningkatkan spiritual dan kerohanian manusia.

Kekuatan kerohanian ini yang akan menjadi pendorong untuk seseorang melakukan amalan kebaikan dan menjauhi kemungkaran. Menurut kajian Mohammad Adam Danial Hafiz Goh et al. (2021) terhadap klien yang mengalami ketagihan bahan, menurut informan berkenaan solat sunat itu baik kerana ia bertujuan menyucikan dosa noda yang telah dilakukan. Dalam kita melaksanakan ia, kita boleh meminta ampun kepada Tuhan akan dosa-dosa yang telah dilakukan selain mendisiplinkan diri kita di dalam kehidupan.

Solat sunat juga merupakan inisiatif bagi melatih seseorang fokus terhadap rutin harian yang perlu dilakukan. Menurut Liliza Agustin (2018), amalan solat (fardhu dan sunat) dapat membina disiplin yang tinggi dan membantu seseorang untuk fokus dalam segala perbuatan yang dilakukan. Menurut kajian Shahirah Rafee dan Nurhikmah Mubarak Ali (2022), responden yang ketagihan permainan dalam talian merasakan ada perubahan setelah menghidupkan malamnya (*qiamulail*) dengan mendirikan solat sunat. Walaupun responden mengalami kesukaran untuk meninggalkan permainan dalam talian secara keseluruhannya, akan tetapi responden mempunyai rasional dalam mengawal masa dalam melakukan aktiviti permainan dalam talian tersebut. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Perbanyakkan solat sunat dan sebagainya..” (I6)*

*“Mereka perlu disibukkan dengan aktiviti-aktiviti yang berfaedah seperti kalau dalam konteks ibadah ialah solat..” (I1)*

*“Salah satu yang kita boleh lakukan kalau yang dewasa ialah solat sunat taubat..” (I7)*

Keempat ialah nasihat. Perkataan nasihat merujuk kepada keikhlasan, kesucian, serta hubungan yang harmoni dalam menyeru kepada kebaikan dan mencegah kemungkaran. Antara pendekatan hisbah sendiri yang dapat diterapkan dalam pengurusan dan pembangunan insan termasuklah nasihat, *tazkirah*, *irsyad*, *islah*, *qudwah* dan *qiyadah* (Afifi Farhana Mhd Poad & Muslihah Mazlan, 2019). Selain itu, ia juga menjadi asas kepada hubungan antara dua insan dalam hubungan silaturrahim. Dalam kajian ini, informan berpendapat bahawa sesiapa yang berada di sekeliling pemain perlu menasihati pemain agar tidak terjerumus dengan ketagihan permainan dalam talian. Informan mengemukakan pendapat seperti berikut:

*“Ibu bapa perlu pantau anaknya bermain dan boleh nasihatkan ketika dia bermain..” (I6)*

Al-Quran adalah kalam Allah yang diturunkan kepada manusia sekalian alam untuk dijadikan sebagai panduan dalam kehidupan di dunia, seterusnya menuju negeri akhirat. Al-Quran mengemukakan panduan berlandaskan prinsip moral kepada umat manusia dalam mengharungi ranjau dalam kehidupan (Monika@Munirah Abd Razzak et al., 2023). Dengan menurut panduan yang dikemukakan oleh Allah di dalam al-Quran, manusia dapat menangani konflik dalam kehidupan.

Masalah berkaitan mental sering dipengaruhi oleh kekeliruan, kealpaan atau kehilangan arah dalam menjalani kehidupan. Maka al-Quran menurut Muhammad (2017), mengemukakan solusi terapi penyembuhan bagi menangani permasalahan berkaitan penyakit fisik, kerohanian dan sosial bagi penganut agama Islam (Lilin Rosyanti et al., 2018). Pengamalan al-Quran dalam membaca, mendengar dan menghayati ayat al-Quran mampu berperanan sebagai meditasi.

Amalan ini mampu memberi pengurangan terhadap tekanan seterusnya mampu memberi peningkatan terhadap fokus dan kesejahteraan mental. Menurut Muhammad Izzuddin Taufiq (2006), perasaan resah, stress dan kesempitan dalam hidup mampu bertukar kepada ketenangan disebabkan amalan zikir, membaca dan mendengar ayat al-

Quran mampu memberi kesan yang positif kepada kesejahteraan mental (Lilin Rosyanti et al., 2018). Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Apa yang kita buat, kita bukan suruh dia baca al-Quran terus. Kita ajar dia baca al-Fatihah dulu benda yang mudah-mudah. Jadi, dia datang ke masjid, ambil wudhuk. Lepas ambil wudhuk, solat tahiyatul masjid dua rakaat. Selepas itu, kita ajar dia ayat-ayat syifa. kita ada campur juga dengan taubat..” (15)*

*“Kita kena pergi kepada zikir juga ataupun bacaan ayat-ayat al-Quran yang merupakan pendinding kita. Antara yang paling mudah ialah ayat kursi, dua Qul, kemudian zikir..” (17)*

Keenam ialah amalan puasa. Amalan puasa mempunyai kemampuan dalam berperanan sebagai mekanisme kawalan diri yang baik bagi mengawasi cengkaman hawa nafsu. Dalam masa yang sama, ia juga dapat membantu melatih disiplin diri individu. Dalam aspek spiritual, amalan puasa mampu menguatkan hubungan manusia dengan Pencipta yang dibina melalui keikhlasan, ketakwaan, serta keinsafan terhadap nikmat yang diberikan dalam hidup. Amalan puasa menurut Maisarah Saidin et al. (2021), berperanan sebagai pencegahan daripada godaan hawa nafsu, meneguhkan spiritual dan memberi ketenangan jiwa kepada individu.

Di samping itu, amalan puasa juga mampu berperanan sebagai metod penyucian jiwa yang mampu memandu individu ke arah ketenangan. Ia seperti mana yang dinyatakan oleh seorang informan yang dilaporkan dalam kajian Mohammad Adam Danial Hafiz Goh et al. (2021), iaitu ibadah puasa ialah aktiviti bagi mencegah diri seseorang itu melakukan kemungkaran, memupuk rasa sabar, dan menghadapi keperitan hidup orang yang kurang berkemampuan.

Dengan ini, individu yang mengamalkan puasa mempunyai kecenderungan untuk berfikir secara rasional, memupuk sifat sabar dan mencegah sifat negatif dalam diri. Maka, amalan puasa dilihat sebagai mekanisme bagi mengawal dan memperbaiki diri. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Contoh lain ialah puasa untuk memperbaiki diri..” (16)*

#### **4.2.5.2 Subtema Kedua: Amalan Yang Dipraktik Atau Bantuan Dari Pakar**

Kawalan sendiri ini memerlukan usaha yang berterusan daripada pelaku. Disamping itu, sokongan dan dokongan daripada pakar juga penting dalam memberi kesedaran kepada individu dalam menguruskan dan mengawal diri dengan baik. Dalam laporan Shahril Nizam Zulkipli et al. (2023), ahli terapi atau pakar memberi galakkan kepada klien agar meningkatkan amal ibadah, membaca doa serta zikir yang mempunyai kalimah tahmid. Dalam masa yang sama, ahli terapi atau pakar memberi penjelasan tentang kebaikan beramal dengan perkara tersebut. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Amalan yang dilakukan umat Islam atau melalui bantuan mereka yang pakar dalam psikologi Islam dan jika seseorang masih di tahap tidak kritikal maka kawalan sendiri mampu untuk meyakinkan mereka untuk melepasi gangguan atau ketagihan yang memberi tekanan dalam hidup..” (R1)*

*“Ada juga konsep dalam Motivational Interviewing. Terapis beri feedback. Maknanya kita (terapis) bagi feedback supaya pesakit itu boleh menganalisa diri mereka..” (R5)*

*“Antara kajian yang saya lakukan ialah kita perdengarkan audio kepada mereka sepanjang masa. Ayat al-Quran, kadang-kadang itu zikir, selawat yang beralun-alun..” (R7)*

*“Kalau ada masalah sama ada kita sendiri yang ada masalah atau klien kita yang ada masalah bergaduh atau hatinya keras dan sebagainya, kita suruh dia baca (zikir) atau kita minta orang yang paling hampir dengan dia baca (zikir). Kalau kanak-kanak, kita boleh minta ibu bapa dia bacakan. Zikirkan perkara ini..” (R7)*

#### **4.2.5.3 Kesimpulan**

Berdasarkan dapatan kajian, dapat dirumuskan bahawa antara amalan hisbah sendiri dalam Islam yang mampu dipraktikkan ialah amalan yang diamalkan atau bantuan dari informan, doa, zikir, solat sunat, nasihat, membaca al-Quran, puasa dan mandi wajib. Ia memberi kesan yang positif kepada perkembangan spiritual manusia. Amalan ini dipraktikkan bagi merawat masalah ketidakstabilan jiwa dan diri seseorang yang merupakan punca kepada permasalahan. (Fatma Laili Khoirun Nida, 2014;

#### 4.2.6 Tema Keenam: Proses Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Ketagihan Permainan Dalam Talian

Hisbah kendiri merupakan suatu konsep yang mampu memberi perkembangan terhadap kemampuan diri bagi mengukur diri sendiri dengan menekankan elemen kerohanian, perubahan kelakuan terhadap diri dan kemudiannya menempa kesedaran berakhlak dalam kehidupan berpandukan syariat (Mardzelah Makhsin et al., 2014). Hisbah secara umumnya berperanan menggalakkan masyarakat melakukan kebaikan dan menjauhi kemungkaran yang bertentangan dengan syariat Islam (Muhammad Danish Rif'qi Lukman et al., 2023).

Dalam tema ini, informan telah menjelaskan bahawa proses hisbah kendiri ini mampu membantu manusia mengawasi diri mereka daripada melakukan sesuatu perkara yang bercanggah dengan syariat seperti keterlaluan dalam permainan dalam talian. Antara proses hisbah kendiri dalam Islam ialah *musyaratah* (Berazam menjauhi kemungkaran), *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran), *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan), *mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan), *mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran) dan *mu'atabah*. Keenam-enam proses hisbah kendiri ini akan diperincikan mengikut tema dan subtema seperti yang ditunjukkan pada rajah. Jadual 4.7 dibawah menunjukkan pembentukan tema dan subtema bagi tema ketiga.

Jadual 4.7

Tema Keenam Dan Subtema

| Tema                                                                                           | Subtema       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
| Tema Keenam: Proses Hisbah Kendiri Dalam Islam Bagi Menangani Ketagihan Permainan Dalam Talian | 1. Musyaratah |
|                                                                                                | 2. Muraqabah  |
|                                                                                                | 3. Muhasabah  |
|                                                                                                | 4. Mu'aqabah  |
|                                                                                                | 5. Mujahadah  |
|                                                                                                | 6. Mu'atabah  |

#### **4.2.6.1 Subtema Pertama: Musyaratah**

*Musyaratah* menurut Muslihah Mazlan et al. (2021), ialah melakukan pembatasan menerusi ikatan hati. Menurut Muslihah Mazlan et al. (2021), al-Razi menyatakan bahawa hati ialah pusat kepada pemahaman dan ingatan. Hati juga menurut Hasnan Kasan (2008) dan Rusdin S. Rauf (2011), mempunyai kemampuan dalam berhubung dengan akal bagi mengecapi kesejahteraan menerusi kecekapan intelektual, moral, emosi, kerohanian dan keagamaan yang termasuk dalam kategori tingkah laku bagi hati (Muslihah Mazlan et al., 2021).

Ia boleh dianggap sebagai suatu mekanisme pemikiran secara reflektif dalam mengambil iktibar terhadap setiap perlakuan untuk menuju suatu perubahan yang lebih baik dari sebelumnya. Keazaman ini diperlukan bagi membentuk tingkah laku yang baik dalam kehidupan seseorang. Menurut Fathiyah Mohd Fakhruddin dan Asmawati Suhid (2016), keazaman yang telah ditentukan lazimnya selari dengan apa yang telah ditetapkan (azam) dalam kehidupan individu bagi mencapai ketenteraman hidup dan keredaan Allah.

Dalam erti kata yang lain, musyaratah merupakan tingkat seseorang dalam menetapkan matlamat yang ingin dikecapi olehnya. Perbahasan ini dipecahkan di mengikut dapatan data daripada informan temubual seperti berikut.

Pertama, konsep *musyaratah* ini mampu mendisiplinkan diri. Pengamalan musyaratah ini meliputi elemen akidah, syariah dan akhlak yang diterapkan di dalam konsep hisbah sendiri. Dengan elemen ini, ia akan menjadikan seseorang meletakkan batasan ke atas sesuatu perbuatan yang ingin dilakukan. Dengan pengamalan ini, ia dilihat mampu menjadikan seseorang itu mengawal diri dan minda mereka. Menurut Muslihah Mazlan et al. (2021), komponen akidah, akhlak dan syariah yang dipraktikkan dalam hisbah sendiri berperanan sebagai tunjang utama dalam pembangunan nilai yang baik dalam mendisiplinkan individu.

Pengamalan ini dilihat berupaya dalam membantu untuk menjadikan diri lebih berdisiplin dan memandu minda ke arah yang lebih positif. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Ia yang boleh mengawal diri dia, memberi arahan minda mengawal diri dia untuk dia mengurangkan ataupun mendisiplinkan diri..” (I2)*

*“Niat untuk tend untuk buat baik, menggalakkan mahmudah dan juga elak daripada mazmumah..” (I2)*

*“Seseorang tu dia bangun pagi dia boleh set kan minda dia. Hari ni dia nak buat apa. Jadi, dia tend untuk ada schedule dalam diri dia. Ada kita panggil apa eh kalender ataupun dia ada time frame dia ataupun apa kita panggil ha dia ada planner..” (I2)*

*“Bangun pagi, dia kena disusun. Bangun pagi dia kena menyusun aktiviti dia. Jadi, dekat situ dia dah ada azam. Dia nak buat baik semua. Azam dia tidak cukup dengan setakat azam dalam niat tapi dia kena susun dengan aktiviti perlakuan dan tindakan..” (I2)*

*“Musyaratah itu sekurang-kurangnya dapat terbangun dengan penyusunan planner..” (I2)*

*“Ada orang meletakkan musyaratah, muraqabah ini di bawah satu aspek merancang sebab dalam, kita kata pengurusan lah tak kira lah pengurusan diri, ke pengguna organisasi ke, yang konvensional semua dia kata ada empat : Planning, organizing, leading and controlling, empat. Aktiviti management, management function dalam management conventional lah. Tapi kalau kita buka kepada approach Islam dalam konteks pengurusan ini dia ada ketengahkan ada tujuh proses pengurusan Islam dan bermula dengan niat. Jadi, musyaratah dan muraqabah ni kita boleh klasifikasikan sebagai satu konsep bentuk merancanglah, lebih kepada merancang..” (I2)*

*“Dia siap susun kan, tulis bangun pagi pukul berapa, lepas bangun pagi, solat, berzikir, baca Quran dan sebagainya. Okey, so berazam menjauhi kemungkaran..”(I2)*

*“Bila kita ada time frame ataupun kita punya planner tu, kita boleh mengelakkan kita daripada melakukan kemungkaran. Semua kita susun dengan aktiviti yang sihat lah. Itu yang positifnya..” (I2)*

*“Untuk kita mengawal diri kita daripada benda-benda yang negatif itu, kita kena masukkan lah bila ada niat, masukkan aktiviti perancangan yang cantik-cantiklah apa perkara-perkara yang mahmudah..” (I2)*

*“Dia letakkan satu syarat. Jangan buat. Letakkan masa. Kalau diri dia tu, kerohaniannya kuat, boleh ikut, okey..” (I3)*

*“Pengawalan daripada sudut cara macam mana berfikir. Kita berfikir macam mana..” (I4)*

Kedua ialah perasaan malu. Perasaan malu untuk melakukan sesuatu perkara yang sia-sia merupakan suatu benteng untuk jati diri individu untuk mencegah daripada melakukan perkara yang melalaikan dan menjurus ke arah kemungkaran. Menurut Yasir Abdul Rahman (2014), Rasulullah SAW dalam hadis mengatakan bahawa malu sebahagian daripada iman dan manusia yang kehilangan perasaan malu, berkeupayaan melakukan apa sahaja yang diinginkan olehnya. Perasaan malu ini mempunyai kaitan dengan kesedaran dan iman di dalam diri terhadap setiap tingkah laku yang dilakukan. Dengan ada perasaan malu, seseorang itu mustahil untuk melakukan perkara yang menjerumuskan dirinya ke arah kelalaian dan kemungkaran. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“ Perlu ada perasaan malu..” (I6)*

*“Kalau rasa malu ini tiada, beri masalah juga kepada orang yang main permainan dalam talian. Dia tiada rasa malu kalau dia tidak lakukan tanggungjawab, tidak pergi kerja, tidak pergi kelas. Itu masalah. Jadi perlu ada rasa malu dalam meninggalkan segala tanggungjawab..” (I6)*

#### **4.2.6.2 Subtema Kedua: Muraqabah**

*Muraqabah* merupakan suatu amalan kerohanian dalam penjagaan hati dan menjaganya daripada pemikiran dan tingkah laku yang negatif, yang berasaskan kesedaran bahawa setiap apa yang dilakukan oleh manusia tidak kira niat, perkataan dan perbuatan sentiasa diawasi oleh Allah. Konsep ini sealiran dengan konsep *ihsan* Fathiyah Mohd Fakhruddin dan Asmawati Suhid (2016), iaitu merasai bahawa segala tingkah laku dan perbuatan yang dilakukan di bawah pemerhatian dan kehadiran Allah (Triyo Supriyatno & Wan Mamat, 2019).

Objektif *muraqabah* ini adalah bagi menentukan segala tingkah laku seseorang dengan bertujuan untuk taat kepada Allah. Menurut Sa'id Hawwa (2011), al-Ghazali menyatakan bahawa *muraqabah* merupakan sebuah rasa kepercayaan individu bahawa setiap tingkah laku mereka akan diperhatikan oleh Allah bahkan segala amanah yang dipikul oleh individu akan dihisab pada hari penghakiman di akhirat kelak (Safiah Abd Razak et al., 2021).

Dengan ini, dapat disimpulkan bahawa konsep *muraqabah* ini adalah sebuah mekanisme di mana setiap individu akan merasai pengawasan oleh Allah terhadap

hambanya. Dengan ada rasa pengawasan oleh Allah, ia dapat memandu manusia ke arah melakukan *amar makruf* dan *nahi mungkar* ke atas setiap apa yang ingin dilakukan oleh manusia. Perbahasan ini dipecahkan di mengikut dapatan data daripada informan temubual seperti berikut.

Pertama ialah memiliki sifat *qonaah*. Sifat *qana'ah* merujuk kepada sikap berpuas hati dengan apa yang dimiliki, dan turut diertikan sebagai ketenangan jiwa dalam menghadapi kehilangan sesuatu yang lazim dimiliki. *Qana'ah* menurut Mega Alifa Kirana (2023) merupakan kekayaan jiwa yang hakiki dan nilainya lebih mulia berbanding kekayaan harta benda. Kekayaan jiwa melambangkan penghormatan serta pemeliharaan maruah diri, manakala kekayaan harta yang disertai sifat tamak mencerminkan kerendahan nilai diri.

Sifat *qana'ah* menurut tafsiran Muhammad Quraish Shihab mendidik individu untuk sentiasa bersyukur dan redha terhadap setiap ketetapan dan pemberian yang dikurniakan oleh Allah SWT (Nurul Amalia Azlikah & Fathoni, 2025). Pengamalan sifat *qana'ah* ini berperanan dalam membantu individu mengatur urusan kehidupan dunia serta menolak dorongan hawa nafsu dan godaan keduniaan yang menyesatkan.

Pengamalan sifat *qana'ah* dalam kehidupan seharian mampu membantu individu mengawal kemahuan diri serta menumpukan perhatian kepada perkara yang lebih bermakna, seterusnya mewujudkan kehidupan yang seimbang dan harmoni. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

“Sentiasa ada sifat qonaah, kesederhanaan..” (I4)

Kedua ialah merasa diri diawasi Allah. *Muraqabah* membawa maksud pengawasan terhadap tingkah laku dengan penetapan syarat ke atasnya. Perlakuan ini disandari dengan keyakinan bahawa setiap apa yang dilakukan sentiasa dalam pengawasan Allah SWT. Menurut Luky Arya Suwandi (2021), *muraqabah* boleh membawa maksud sifat ketelitian dalam pengawasan tingkah laku seseorang. Penekanan konsep ini ialah pada fungsi kognitif iaitu proses mental individu dalam memberi tafsiran, mempelajari serta memahami tentang apa yang dilakukan sama ada ia sesuai dengan syarak atau sebaliknya. Maka, pengawasan ini memainkan peranan dalam mengawal tingkah laku manusia dalam melakukan *amar makruf* dan *nahi mungkar*.

Proses yang terdapat dalam konsep dan amalan hisbah sendiri menurut Afifi

Farhana Mhd Poad dan Azrin Ibrahim (2019), memiliki pertalian di antara satu sama lain hingga seseorang individu itu merasa diperhatikan oleh Allah SWT agar melakukan setiap sesuatu perkara dengan penuh kesungguhan. Tanpa penilaian, pengawasan dan rasa diperhatikan dalam setiap apa yang dilakukan akan mengakibatkan seseorang individu itu mempunyai potensi yang besar untuk terlibat dengan perkara yang negatif. Informan berpendapat bahawa:

*“Setiap aktiviti tu dia kena pastikan dia kena halus kepada perkara yang dia buat lah. Dia kena ada musyaratah, muraqabah itu, pastikan perancangan dia tadi tu dah cantik susun, tidak ada ruang untuk dia tend untuk melakukan kemungkaran sama ada penipuan ke ataupun ya lah sesuatu yang tidak mendatangkan manfaat apatah lagi yang berdosa di sisi Islam..” (I2)*

*“Dia perlu ada rasa bahawa dia diawasi oleh Allah..” (I6)*

*“Kita perlu tahu bahawa diri kita itu sentiasa diawasi..” (I6)*

*“Kita perlu ada rasa muraqabah. Allah sentiasa melihat pergerakan dan perbuatan..” (I6)*

*“Dia perlu tahu bahawa Allah sentiasa mengawasi dia, apa yang dia buat halal, haram, dosa dan pahala..” (I6)*

*“Kalau kita seorang yang beriman, maka kita akan menyedari bahawa Allah itu ada. Allah itu mengawasi kita..” (I7)*

*“Dia akan mengawal kita daripada segala-galanya..” (I7)*

#### **4.2.6.3 Subtema Ketiga: Muhasabah**

*Muhasabah* merupakan suatu analisa terhadap amalan dan tingkah laku yang dilakukan dalam kehidupan. Konsep *muhasabah* dilaksanakan oleh individu dengan memberi penilaian tentang sesuatu perkara yang akan dilakukan dan telah dilakukan (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016). Konsep ini mampu menjadikan seseorang individu mengenali segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki oleh diri individu.

Konsep ini digunakan bagi menilai keterbatasan diri individu sehingga ia mencapai dan memperoleh ketenangan jiwa. Dalam laporan (Muslihah Mazlan et al., 2021), jiwa yang memperoleh ketenangan ialah jiwa yang mempunyai keimanan di

dalamnya serta mencapai ketenteraman dalam makrifatullah (Abu Umar Basyir, 2005; Zuridan Mohd Daud, 2010).

*Muhasabah* menurut (Yasir Abdul Rahman, 2014), membawa maksud kesanggupan seseorang individu dalam mengawal dan menilai segala tingkah laku, baik dari segi ucapan, perbuatan dan sikap dalam berinteraksi sesama makhluk dan ibadah kepada Allah. Dengan pengamalan konsep muhasabah ini, ia mampu membawa kepada penjagaan hubungan baik sesama manusia dan hubungan sesama pencipta. Perbahasan ini dipecahkan di mengikut dapatan data daripada informan temu bual seperti berikut.

Pertama ialah kesedaran dan menilai diri sendiri. Muhasabah ini menceritakan tentang penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Menurut Mardzelah Makhsin et al. (2012), proses *muhasabat al-nafs* dimulakan dengan analisa terhadap diri melalui penilaian terhadap segala perilaku yang telah dilaksanakan. Hasil penilaian yang dilakukan akan diteliti dan dijadikan sebagai iktibar serta panduan bagi menghindari perilaku yang negatif berulang secara berterusan.

Menurut Mardzelah Makhsin et al. (2012), seseorang individu itu perlu menetapkan waktu yang sesuai bagi melakukan sesi muhasabah diri dengan meneliti semula segala apa yang dilakukan dan akan dilakukan oleh individu tersebut. Setelah proses muhasabah ini dilakukan, seseorang individu itu perlu meningkatkan kemajuan diri dengan memantapkan keazaman di dalam diri dan melakukan amalan yang mendatangkan kebaikan pada dirinya. Dengan pengaplikasian konsep ini dalam kehidupan, ia akan meningkatkan rasa pengawasan dalam melakukan setiap apa yang ingin dilakukan, seterusnya membangkitkan ketakwaan kepada Allah dalam diri individu.

Penilaian terhadap diri seperti tafakur merupakan suatu perbuatan kognitif dalam mempelajari dan memahami sesuatu perkara yang melibatkan mental dan spiritual. Menurut Malik Badri (2000), amalan tafakur bukan sekadar penilaian sendiri bagi mencapai kesejahteraan diri, akan tetapi ia merupakan suatu bentuk amal ibadah kepada Pencipta (Nur Yani Che Hussin & Muhammad Nubli Abd Wahab, 2021). Dengan penilaian terhadap diri menggunakan konsep muhasabah ini, ia akan membantu manusia mengawal tingkah laku mereka ke arah yang lebih baik.

Menurut Shahirah Rafee dan Nurhikmah Mubarak Ali (2022), dalam dapatan kajian temubual mereka terhadap resoponden yang terlibat dengan ketagihan gajet, dapat disimpulkan bahawa penyebab perubahan ke arah yang baik adalah kerana kesedaran terhadap apa yang dilakukan menyalahi fitrah. Perkara ini dilihat seiring

dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut.

*“Melakukan analisis ataupun kita melihat balik, muhasabahkan apa yang kita dah buat, apa yang kita rancang tadi dan kita dah cuba kontrol masa kita tu supaya tak terlibat dengan aktiviti yang mungkar, lepas tu kita refleksi balik..” (I2)*

*“Dia dah sedar yang itu adalah sesuatu yang dia rasa mendatangkan kerugian pada dia, so dia reward ataupun dia punish diri dia. Dengan cara mungkin dia kata, aku nak letak lima ringgit dalam tabung masjid sebagai tanda dia menyesali apa yang dia dah buat dan cuba berubah untuk tidak melakukannya..” (I2)*

*“Dia check balik muhasabah tu dia meneliti kembali apa yang dah dibuat itu proses kita memantau lah apa yang kita dah buat..” (I2)*

*“Bermula daripada kesedaran diri sendiri..” (I3)*

*“Memetik kesedaran bahawa benda tu salah..” (I3)*

*“Menilai, menghisab diri sendiri..” (I3)*

*“Islam menekankan untuk membuat penilaian terhadap diri sendiri..” (I3)*

*“Islam menekankan untuk di monitor balik, dihisab, dihitung, diperhatikan dan islam memang menekankan dan lebih daripada itu lagi. Bukan hanya perbuatan luaran sahaja, tapi dalaman..” (I3)*

*“Boleh tengok di mana silap dia (pesakit) dan sendiri mengaku bahawa dia (pesakit) ada masalah dan ingin berubah..” (I5)*

*“Jadi, kita perlu diperingatkan tentang kewajipan kita terhadap Allah, solat, rasa malu, rukun iman, rukun islam, kepercayaan dan juga hadis-hadis perlu dipupuk dalam diri seorang anak..” (I6)*

*“Setiap kali kita ingin tidur, kita ajar untuk kita muhasabah diri kita. Otak atau hati kita ini macam televisyen, memori. Kita boleh ajar diri kita, ajar mereka. Ketika ingin tidur, baca semua dan kemudian kita refined balik apa telah aku buat hari ini..” (I7)*

*“Kalau kita rasa ada sesuatu yang kita buat itu mungkin secara tidak sengaja ataupun sengaja yang terkeluar daripada kehendak Allah atau kita cakap tipu sikit-sikit saja, maka terus istighfar..” (I7)*

#### 4.2.6.4 Subtema Keempat: *Mu'aqabah*

Menurut Mardzelah Makhsin et al. (2012), *mu'aqabah* ialah suatu proses penilaian diri yang dilakukan selepas meneliti setiap kekurangan dalam segenap tingkah laku. Kelemahan tersebut lazimnya berpunca daripada kegagalan individu mengawal dorongan nafsu, sehingga mendorong kepada perlakuan yang bertentangan dengan syariat dan menyalahi fitrah kemanusiaan.

*Mu'aqabah* menurut Muslihah Mazlan et al. (2021), merupakan proses menilai hasil perbuatan yang telah dilakukan melalui penelitian terhadap kelemahan yang wujud akibat kesalahan dalam tingkah laku. Setelah proses penilaian dilaksanakan, individu digalakkan untuk melakukan *mu'aqabah*, iaitu mengenakan hukuman sendiri atas kelemahan dalam amalan dan kesalahan yang telah dilakukan (Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid, 2016). Hukuman terhadap diri sendiri ini merupakan suatu inisiatif bagi menjernihkan dosa noda yang telah dilakukan dalam kehidupan seharian.

Terdapat pelbagai amalan yang boleh diamalkan bagi memperbaiki kelemahan dalam tingkah laku dalam komponen *mu'aqabah*. Antara amalan yang disenaraikan oleh Muslihah Mazlan et al. (2021), ialah berdoa, membaca al-Quran, mendirikan solat, berpuasa dan berzikir kepada Allah SWT. Perbahasan ini dipecahkan di mengikut dapatan data daripada informan temubual seperti berikut.

Pertama ialah menghakimi diri. *Mu'aqabah* merujuk kepada perbuatan menghukum diri sendiri atas setiap tingkah laku individu. Dalam erti kata yang lain, *mu'aqabah* bermaksud keberanian seseorang individu dalam mengambil tindakan tegas terhadap diri sendiri atas setiap kegagalan dalam matlamat yang telah ditetapkan (Yasir Abdul Rahman, 2014). Dalam konteks ini, hukuman yang dikenakan merupakan satu bentuk kesedaran sendiri terhadap kelalaian yang berlaku.

Menurut Mardzelah Makhsin et al. (2014) dalam sebuah kajian analisis faktor hisbah sendiri di dalam komponen *mu'aqabah*, terdapat ibadah seperti puasa dan zikir bagi menghakimi diri berlandaskan syariat Islam. Antara amalan yang boleh dipraktik ialah berpuasa bagi menundukkan hawa nafsu dan melatih diri menahan tuntutan syahwat yang melampaui batas. Berzikir kepada Allah untuk menginsafi diri dan mendidik jiwa agar tidak tunduk kepada keinginan syahwat dan sebagainya. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Kalau kata kita sedar yang kita dah buat benda yang tak elok tapi dalam masa yang sama, once kita dah sedar tu, kalau aku berjaya untuk menghindarkan diri daripada menyentuh permainan dalam talian pada hari ini so, aku akan memberi aiskrim sebagai reward, memberi penghargaan pada diri kita kan..” (I2)*

*“Kita telah melakukan kesalahan hari ini, dengan tidak sengaja dan kita sedar perkara itu sebab kita telah muhasabah. Jadi, kita akan menghukum diri kita dengan beristighfar. Contohnya, kita menghukum diri kita dengan buat opposite daripada perkara yang salah tadi. Ataupun kita menghukum diri kita kerana lama dalam bermain game. Maka, kita hukum diri kita dengan bantu mak di dapur (Berbuat kebaikan)..” (I7)*

*“Kita menghukum diri kita untuk kita kembali semula kepada keadaan yang lebih baik. Jadi, di sini banyaklah istighfar, doa dan sebagainya..” (I7)*

#### **4.2.6.5 Subtema Kelima: Mujahadah**

*Mujahadah* merupakan kesungguhan dalam usaha menentang kehendak hawa nafsu. Menurut al-Ghazali, *mujahadah* secara umumnya ialah menentang hawa nafsu dengan menundukkan hawa nafsu bagi mematuhi perintah Allah SWT (Muslihah Mazlan et al., 2021). *Mujahadah* juga merujuk kepada usaha dan perjuangan diri individu bagi menentang hawa nafsu dan juga serta mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Menurut pandangan Ibnu Qayyim al-Jauziyyah, *mujahadah* adalah suatu usaha yang dilakukan dengan penuh kesungguhan bagi mencapai matlamat utama iaitu mendekatkan diri kepada Allah SWT serta berupaya mengatasi segala halangan yang wujud dalam perjalanan menuju matlamat tersebut (Lilik Malika, 2024). *Mujahadah* dianggap sebagai satu bentuk perjuangan dalaman yang menjadi sumber semangat dan kesungguhan (jihad) serta berperanan sebagai jalan untuk sentiasa menyedarkan hati agar tidak terjerumus ke dalam godaan hawa nafsu.

Dalam komponen *mujahadah*, terdapat amalan yang boleh dilakukan bagi mewujudkan ketenangan hati serta menyucikan hati dari kotor noda. Antara amalan dalam komponen *mujahadah* yang disenaraikan oleh Muhammad Yani (2020) ialah membaca zikir, doa, tahlil dan wirid yang mampu melahirkan hati yang tenang bagi individu yang mengamalkannya. Melalui pengamalan ini, seseorang individu akan lebih berdisiplin dalam setiap perbuatan dan tingkah laku.

Kesannya, tanggungjawab sosial dan moral individu seperti *amar makruf* dan *nahi mungkar* dapat diamalkan dalam kehidupan seharian individu. Perbahasan ini dipecahkan di mengikut dapatan data daripada informan temubual seperti berikut.

Pertama ialah *amar makruf* dan *nahi mungkar*. *Amar makruf* dan *nahi mungkar* bermaksud melaksanakan perintah Allah dan meninggalkan larangan-Nya. Konsep ini merupakan suatu tanggungjawab sosial dalam menyeru orang sekeliling untuk melakukan kebaikan dan menghindari keburukan. Seseorang individu yang melaksanakan *amar makruf* dan *nahi mungkar* akan membentuk jati diri, peribadi dan akhlak yang baik (Mardzelah Makhsin et al., 2021). Dalam konteks *mujahadah*, pelaksanaan *amar makruf nahi mungkar* berfungsi sebagai mekanisme dalam perjuangan menundukkan hawa nafsu.

*Amar makruf* dan *nahi mungkar* dalam konteks *mujahadah* merupakan suatu jihad dalaman dan luaran yang menuntut kesungguhan. Konteks *mujahadah* ini juga perlu disandarkan kepada penghayatan nilai-nilai Islam. Justeru, tahap penghayatan terhadap nilai-nilai Islam sangat bergantung pada kekuatan pelaksanaan ibadah dalam diri individu muslim, selaras dengan prinsip *amar makruf* dan *nahi mungkar* (Md Saufi Abdul Hamid, 2021). Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Berjuang menjauhi kemungkaran yang perlu mujahadah lah proses untuk dia sentiasa berjuang. Of course perjuangan ini dia kena sentiasa pastikan diri dia dalam zon sedar..” (I2)*

*“Elemen-elemen ini ada dalam perbahasan tazkiyatul nafsi juga. Kan macam mana nak apa ni nama memperbaiki diri, menahan diri daripada melakukan benda-benda tak baik, macam mana nak muhasabah diri..” (I3)*

*“Taat kepada perintah Allah juga perlu kepada kawalan lebih pada amar makruf nahi mungkar..” (I4)*

*“Keseluruhan hidup kita ini dipegang oleh syahadah tersebut. Dan bagaimana kita nak melaksanakan syahadah ? Melalui pengawasan itu. Merasakan bahawa kita ini melihat Allah. Kalau kita rasa perkara itu, kita tidak akan buat benda salah. Kita akan cari jalan untuk tidak melakukan perkara-perkara yang Allah tidak suka, yang Rasulullah tidak suka..” (I7)*

*“Duduklah di mana pun, dia tidak akan buat sesuatu perkara yang Allah tidak suka, yang nabi Muhammad tidak suka..” (I7)*

*“Mujahadah ini, kita perlu. Sebab kita ingin istiqamah. Bila kita ingin istiqamah, maknanya kita kena ada langkah. Langkah ini seperti ayat-ayat al-Quran, hadis, zikir..” (I7)*

*“Jadikan ia sebagai salah satu daripada bagaimana kita ingin hampirkan kepada Allah. Kita ingin buang perkara tersebut..” (I7)*

#### **4.2.6.6 Subtema Keenam: Mu’atabah**

*Mu’atabah* merujuk kepada tindakan menegur atau mengkritik diri sendiri serta menyesali perbuatan yang telah dilakukan (Muhammad Danish Rif’qi Lukman et al., 2023). menurut Adam Drahman dan Suhaimi Ab. Rahman (2019), ialah proses menilai dan mengkritik diri sendiri sehingga membangkitkan rasa penyesalan atas kesilapan yang telah dilakukan. Konsep ini bertujuan bagi melahirkan ketenangan jiwa dan ketakwaan kepada Allah SWT setelah menyucikan hati hasil dari penyesalan dan kritikan terhadap diri.

Setiap perlakuan negatif dan tidak wajar perlu diingatkan dan diberi amaran melalui proses kritikan terhadap diri yang berperanan sebagai mekanisme dalaman. Kritikan terhadap diri akan memberi impak yang mendalam terhadap jiwa, di samping berperanan sebagai peringatan dan amaran dalam melaksanakan sesuatu amalan (Adam Drahman & Suhaimi Ab. Rahman, 2019). Tanpa kewujudan amaran dalaman ini, risiko untuk terjerumus ke dalam masalah akan dihadapi oleh individu, sekali gus memberi kesan negatif bukan sahaja kepada diri sendiri, bahkan juga kepada masyarakat sekeliling. Perbahasan ini dipecahkan mengikut dapatan data daripada informan temubual seperti berikut.

Pertama ialah merasa takut pada Allah. Perasaan takut kepada Allah SWT merupakan salah satu elemen dari takwa. Ketakwaan kepada Allah SWT merujuk kepada usaha menjaga diri daripada segala bentuk yang mengundang akan kemurkaan Allah SWT dengan mentaati setiap suruhan serta menjauhi segala larangan-Nya. Dari sudut syariat, takwa membawa maksud usaha dalam memelihara diri daripada azab dan kemurkaan Allah SWT dengan mentaati segala perintah-Nya serta menjauhi setiap larangan-Nya (Fitriani, 2021). Konsep takwa ini perlu disertai dengan perasaan takut, kasih serta pengharapan yang mendalam terhadap-Nya.

Dalam konteks hisbah sendiri dalam elemen *mu’atabah*, seseorang individu disarankan untuk menilai diri mereka untuk meningkatkan *takwa* kepada Allah SWT.

Hal ini bertepatan dengan firman Allah Allah dalam surah al-Hasyr, ayat 18 yang bermaksud :

*“Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah (dengan melakukan suruhan-Nya dan meninggalkan larangan-Nya); dan hendaklah tiap-tiap diri melihat dan memerhatikan apa yang ia telah sediakan (dari amal-amalnya) untuk hari esok (hari Akhirat). Dan (sekali lagi diingatkan): Bertaqwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah amat meliputi pengetahuan-Nya akan segala yang kamu lakukan.”*

Dari firman Allah SWT dari surah al-Hasyr ayat 18, menyatakan walau dalam apa jua keadaan, manusia sentiasa perlu berada dalam kewaspadaan dan sentiasa ingat kepada Allah SWT. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Perlu ada rasa takut pada Allah..” (I6)*

Kedua ialah menyesali diri. Penyesalan terhadap diri merupakan sebahagian dari konsep hisbah sendiri dalam elemen *mu'atabah*. Ia merupakan fasa terakhir dalam pembersihan jiwa dalam konteks hisbah sendiri. Al-Ghazali menerangkan bahawa fungsi *mu'atabah* adalah sebagai satu mekanisme di mana individu mencela dirinya sendiri atas segala kekurangan, kegagalan, atau ketidakupayaan untuk mencapai matlamat yang telah ditetapkan sejak awal (Abdurrahman, 2024).

Dalam menghadapi kesalahan atau perbuatan dosa yang dilakukan, manusia cenderung untuk pulang kembali kepada ajaran agama sebagai medium untuk bertaubat dan menzahirkan penyesalan, meskipun kesalahan tersebut berlaku secara berulang (Ayu Nadhirah Mohd Suhaime et al., 2023). Dengan ada penyesalan dalam diri, manusia akan kembali kepada fitrah dan cara hidup beragama. Maka, ibadah adalah sebaik-baik cara dalam merawat kotoran hati serta menyucikan diri dari dosa noda yang membelenggu diri. Perkara ini dilihat seiring dengan apa yang dikemukakan oleh informan temubual dalam kenyataan seperti berikut:

*“Apa yang dia buat semua tu, dia kena sedar bahawa apa yang dia buat dia kena tengok satu per satu dan sekiranya berlaku ya benda-benda yang masih lagi tidak di bawah piawaian yang dia nak so, dia kena ada rasa muatabah; menyesali diri dan ini adalah circle yang akan beraliran daripada dah menyesal, dia akan back to kembali kepada penanaman azam dan sebagainya..” (I2)*

*“Menyesali diri ini pun kembali semula kepada dalam konteks taubat. Pertama, kita perlu selesaikan kemaafan. Kita perlu minta dengan individu dan yang kedua dengan Allah..” (I7)*

*“Dengan Allah, kita beri langkah taubat. Tidak ingin melakukan lagi, menyesali, kemudian akhirnya kita berazam dan kita akan melaksanakan disebaliknya..” (I7)*

#### **4.2.6.7 Kesimpulan**

Dapatan kajian juga menunjukkan kaedah hisbah sendiri dalam Islam. Antaranya ialah mendisiplinkan diri dan minda, merasa malu, memiliki sifat qonaah, merasakan diri diawasi Allah, kesedaran dan menilai diri sendiri, menghakimi diri, melaksanakan *amar makruf* dan *nahi mungkar*, dan menyesali diri. Ia selari dengan apa yang dinyatakan oleh Winda Sri Harianti et al. (2022), elemen hisbah sendiri dalam konteks *muraqabah* adalah suatu kesedaran dalam diri seseorang bahawa Allah sentiasa mengawasi manusia dan ia berfungsi sebagai suatu mekanisme dalam dalam mengubah pemikiran atau tingkah laku seseorang.

Kesimpulannya, *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan) berfungsi sebagai elemen teras dalam pembentukan kerohanian individu. Tahap *musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran) dan *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran) bertindak sebagai fasa persediaan awal. Ia diikuti oleh tahap *mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan) dan *mu'atabah* (mengkritik diri) yang menjadi medium penilaian serta pemurnian diri. Akhirnya, tahap *mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran) menentukan sejauh mana keteguhan dan kesungguhan individu dalam membina serta mengekalkan akhlak yang terpuji.

### **4.3 Kesimpulan Tema-Tema**

Secara umum, tema yang dibina ini ialah bagi menjawab segala persoalan kajian dan memenuhi objektif kajian. Dalam tema pertama, kedua dan ketiga, penyelidik telah mengenal pasti dan menyenaraikan pelbagai isu yang muncul daripada dapatan kajian hasil temu bual bertujuan dengan sekumpulan informan berkaitan masalah ketagihan permainan. Masalah ketagihan permainan dalam talian ini meliputi simptom, kesan dan faktor individu terlibat dengan ketagihan permainan dalam talian. Keseluruhan

permasalahan tersebut dianalisis bagi menjawab persoalan kajian yang pertama, sekaligus memenuhi keperluan objektif kajian pertama.

Dalam tema keempat dan kelima, penyelidik telah mengenal pasti dan menyenaraikan amalan psikospiritual Islam dan amalan hisbah sendiri yang dicadangkan oleh para informan sebagai pendekatan dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Tema keempat dan kelima ini telah diulas dan menunjukkan bahawa amalan ini mampu menjadi pendekatan yang holistik bagi menangani ketagihan permainan dalam talian. Kedua-dua tema ini telah menjawab kepada persoalan kedua kajian seterusnya memenuhi kriteria bagi objektif kedua.

#### **4.4 Hasil Analisis: Integrasi Amalan Psikospiritual Islam Dan Konsep Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian**

Hasil dapatan kajian melalui temu bual separa struktur bersama informan telah menunjukkan bahawa konsep psikospiritual Islam iaitu melalui pemeliharaan ibadah asas yang meliputi amalan solat, membaca al-Quran, zikir doa dan puasa dapat menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Peneguhan melalui amalan kerohanian melalui penghayatan konsep *ihsan* dan *itqan* mampu membentuk jati diri dan spiritual yang baik kepada individu. Penekanan terhadap konsep sukan Islamik juga mampu mengalihkan pandangan individu yang ketagihan permainan dalam talian ke arah aktiviti fizikal yang lebih berfaedah dan menyihatkan fizikal dan mental.

Menerusi dapatan kajian juga, informan berpandangan bahawa konsep hisbah sendiri juga berupaya menjadi alternatif kepada masalah ketagihan permainan dalam talian. Melalui data yang telah dianalisis, hasil kajian menunjukkan bahawa terdapat persamaan konsep hisbah sendiri seiring konsep psikospiritual Islam. Informan berpendapat bahawa pemeliharaan ibadah juga meliputi konsep amalan hisbah sendiri. Namun, terdapat sedikit penambahan di dalam konsep ini. Pemeliharaan ibadah dalam konsep hisbah sendiri meliputi amalan doa, zikir, solat sunat, nasihat, membaca al-Quran dan puasa. Informan juga berpendapat bahawa individu yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian juga memerlukan bantuan dari pakar atau sistem sokongan dalam membimbing, memantau dan memandu individu yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian agar dapat mengawal diri mereka dengan lebih berkesan dan berfokus.

Informan juga menyatakan pandangan bahawa proses konsep hisbah sendiri

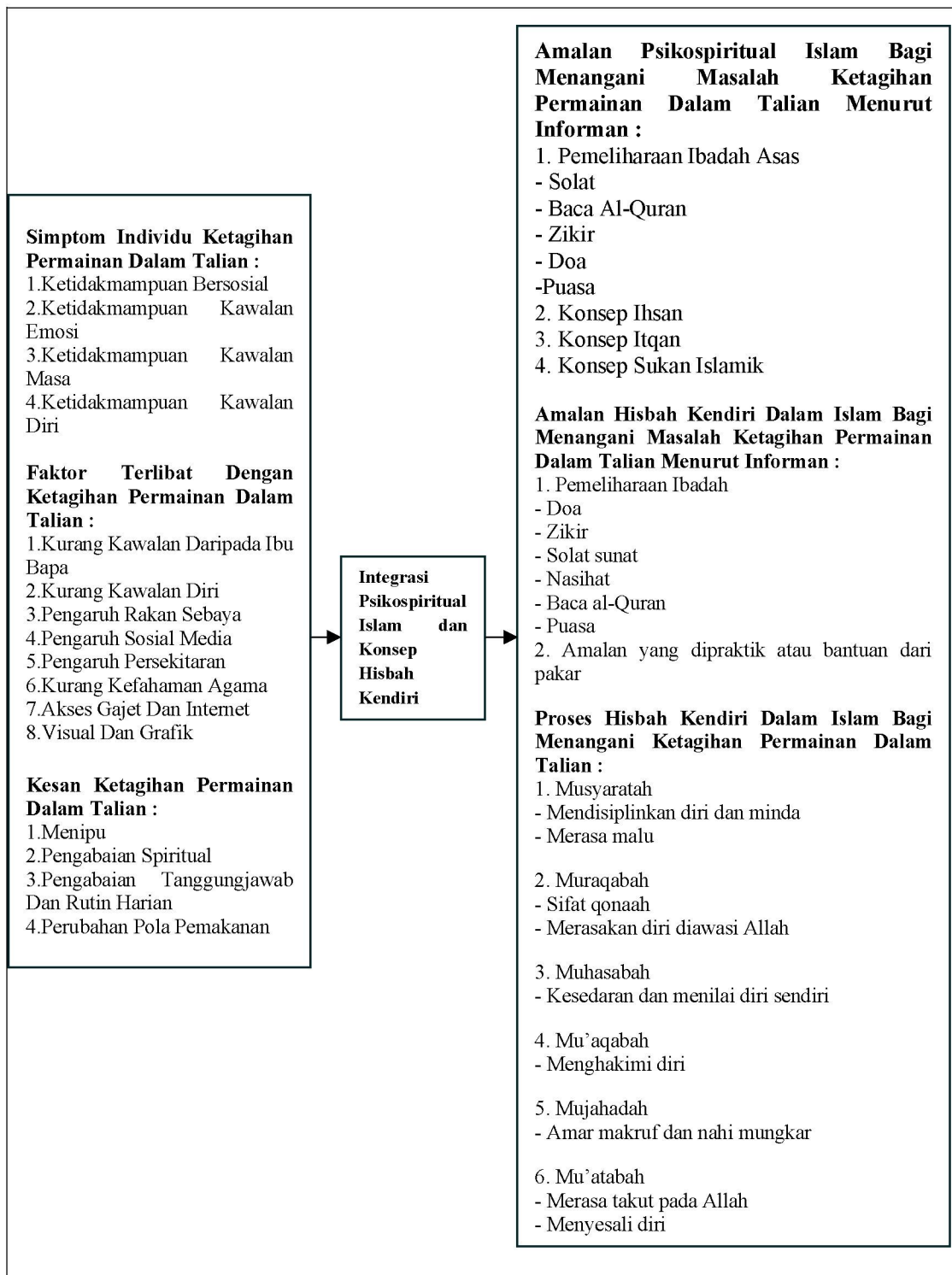
seperti *musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran), *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran), *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan), *mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan), *mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran) dan *mu'atabah* (mengkritik diri) ini berupaya menjadi panduan untuk menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Dalam proses ini, elemen *musyaratah* dilihat mampu menimbulkan rasa malu dalam diri individu dan mendisiplinkan diri individu agar dapat mengawal diri untuk bermain permainan dalam talian.

Elemen *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran) pula menjadikan individu memiliki sifat *qona'ah* dan hidup secara bersederhana. Dalam erti kata yang lain, individu melakukan setiap sesuatu secara bersederhana tanpa melampaui batas. Dalam elemen ini juga menjadikan manusia merasakan diri mereka diawasi dan sentiasa dalam pemerhatian Allah SWT. Elemen *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan) pula mewujudkan kesedaran dalam diri manusia untuk melakukan sesuatu perkara. Dengan ada kesedaran dalam diri individu, manusia akan lebih mengawasi segala tingkah dan laku yang akan dilakukan dalam kehidupan seharian.

Elemen *mu'aqabah* membawa maksud memberi hukuman sendiri ke atas setiap kesalahan tingkah dan laku. Apabila seseorang melampaui batas dalam tingkah laku, atau mengalami kegagalan dari matlamat asal yang ditetapkan, elemen *mu'aqabah* ini berfungsi dalam menghukum diri individu tersebut. Hukuman sendiri ini dilakukan sebagai tanda penyesalan ke atas kesalahan tingkah laku. Hukuman ini dilaksanakan melalui amal ibadah yang bersesuaian. Elemen *mujahadah* pula menggalakkan individu mengamalkan *amar makruf* dan *nahi mungkar*. *Mujahadah* bermaksud berusaha bersungguh-sungguh mengawal diri untuk melawan hawa nafsu dan istiqamah dalam melakukan kebaikan. Sesiapa yang istiqamah mengamalkan elemen ini merupakan satu jihad yang besar bagi dirinya.

Elemen *mu'atabah* merupakan suatu kritikan terhadap diri dan menyesali akan setiap tingkah laku yang salah. Elemen ini akan menjadikan seseorang itu berasa takut kepada Allah dan menyesal atas perbuatan salah yang telah dilakukan. Elemen *mu'atabah* tidak hanya sekadar proses menilai diri, tetapi merupakan suatu mekanisme kerohanian yang mengaitkan rasa penyesalan dengan kesedaran terhadap kebesaran Allah. Ia mewujudkan keseimbangan antara rasa takut terhadap hukuman-Nya dan harapan akan keampunan-Nya, sekali gus mendorong pembaikan diri secara berterusan. Hasil daripada dapatan kajian, sebuah kerangka integrasi telah dibina. Rajah 4.1 di bawah menunjukkan kerangka integrasi amalan psikospiritual Islam dan konsep hisbah

kendiri dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.



Rajah 4.1 Kerangka Integrasi Amalan Psikospiritual Islam Dan Konsep Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian

Berdasarkan hasil analisis, rajah 4.1 merupakan sebuah kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri telah dibina penyelidik bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian berdasarkan kepada pandangan pakar. Informan berpendapat bahawa kedua-dua konsep iaitu integrasi di antara psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri ini mampu dijadikan sebagai panduan dalam membimbing dan membantu individu yang ketagihan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

#### **4.5 Kesimpulan**

Dalam tema pertama, kedua dan ketiga, penyelidik telah senaraikan segala masalah yang ditemui melalui dapatan kajian melalui temubual bertujuan terhadap sekumpulan informan berkenaan masalah ketagihan permainan. Segala permasalahan telah dikupas bagi menjawab persoalan pertama kajian seterusnya melengkapi tuntutan objektif satu.

Dalam tema keempat, penyelidik telah senaraikan amalan psikospiritual yang telah dicadangkan oleh informan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Dalam tema kelima, penyelidik telah senaraikan amalan hisbah sendiri yang telah dicadangkan oleh informan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Tema keempat dan kelima ini telah diulas bagi menjawab kepada persoalan kedua kajian seterusnya memenuhi kriteria bagi objektif dua.

Dalam hasil analisis, penyelidik telah mengemukakan sebuah langkah berbentuk amalan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Ia merupakan suatu pengintegrasian amalan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri yang telah dicadangkan oleh informan bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Langkah ini telah dibina bagi menjawab kepada persoalan ketiga kajian seterusnya melengkapi tuntutan objektif tiga.

## **BAB 5**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Pengenalan**

Perbahasan dalam keempat-empat bab sebelum ini membincangkan berkenaan pernyataan masalah, objektif kajian, persoalan kajian, sorotan karya, metodologi kajian yang diguna pakai serta penganalisan kajian. Dalam bab ini, penyelidik ingin membincangkan hasil daripada analisis kajian. Penyelidik juga mengemukakan beberapa implikasi kajian dan cadangan yang dirasakan wajar untuk dilaksanakan di masa yang akan datang bagi kelestarian kesihatan mental dalam menangani masalah ketagihan tingkah laku khususnya ketagihan permainan dalam talian.

#### **5.2 Hasil Kajian Utama (Hasil Kajian Berdasarkan Kepada Objektif Dan Persoalan Kajian)**

Setelah penyelidik selesai melakukan penyelidikan berdasarkan kepada persoalan dan objektif kajian serta penganalisan berasaskan kepada metodologi penyelidikan yang dikemukakan pada bab pertama, maka penyelidik mendapati terdapat beberapa dapatan dan hasil penyelidikan yang akan penyelidik bincangkan secara terperinci dalam bab ini.

##### **5.2.1 Hasil Kajian Objektif Pertama**

Hasil kajian bagi objektif pertama mendapati bahawa terdapat tiga tema telah dibentuk bagi menjawab objektif yang pertama. Tema pertama ialah simptom yang dialami oleh seseorang individu yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian. Dalam tema ini, penyelidik telah mencerakinkan kepada empat subtema.

Subtema pertama ialah seseorang yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian akan mengalami masalah ketidakmampuan dalam bersosial. Hal ini mendapat perakuan oleh informan temubual seperti mana yang dijelaskan oleh penyelidik di dalam bab empat. Informan berpendapat bahawa individu yang terlibat dengan ketagihan permainan dalam talian yang melampau cenderung untuk bersendirian dan menghadap skrin permainan yang dimainkan. Sekiranya simptom ini

berterusan, ia akan memberi kesan negatif terhadap kemahiran komunikasi dalam diri individu. Hal ini selari dengan kajian Mia Ambarwati et al. (2022), menyatakan maklum balas dalam permainan (*feedback*) berperanan mengurangkan perasaan bosan, kesepian, serta kelemahan dalam aspek bersosial dalam kalangan pemain yang mengalami ketagihan.

Subtema kedua ialah individu yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian cenderung untuk mengalami ketidakmampuan dalam mengawal emosi. Ketidakmampuan ini mampu mempengaruhi pemikiran dan perasaan individu. Simptom ini mampu menjadikan seseorang individu cenderung untuk bertindak mengikut perasaan. Hal ini dinyatakan oleh penyelidik dalam bab empat. Tempoh masa permainan dalam talian secara berlebihan berpotensi merencatkan perkembangan remaja sehingga menimbulkan masalah ketidakstabilan tingkah laku dan sosial. Antara kesan yang dikenal pasti termasuklah gangguan emosi seperti kesunyian, kemurungan, serta kecenderungan kepada tingkah laku agresif (Devy Arum Sari et al., 2020). Sekiranya ketidakmampuan kawalan emosi ini berlanjutan, maka ia mempengaruhi kesejahteraan hidup individu.

Subtema ketiga ialah individu yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian akan mengalami ketidakmampuan dalam mengawal masa. Simptom ini menunjukkan perihai individu yang menghadapi kesukaran dalam menguruskan masa dalam kehidupan mereka. Sekiranya ketidakupayaan ini tidak dibendung, ia akan mempengaruhi gaya hidup sosial individu. Kajian ini disokong oleh laporan (Amin Che Ahmat et al., 2024; Muhammad Danish Rif'qi Lukman et al., 2024)

Subtema yang keempat ialah individu yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian cenderung untuk mengalami ketidakmampuan dalam mengawal diri. Simptom ini menunjukkan perihai seseorang yang tidak berupaya mengawal diri daripada melakukan sesuatu yang sudah menjadi kebiasaan. Hasil kajian ini disokong oleh Kuhnle et al. (2010), menyatakan keseimbangan hidup dan pengawalan diri merupakan elemen penting yang diperlukan untuk menjalani kehidupan dengan lebih harmoni.

Tema kedua merupakan kesan ketagihan permainan dalam talian yang dialami oleh seseorang individu yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian. Dalam tema ini, penyelidik telah mencerakinkan kepada empat subtema bagi menjelaskan hasil dapatan kajian berkenaan kesan yang bakal dihadapi oleh individu sekiranya mengalami ketagihan terhadap permainan dalam talian.

Subtema pertama ialah ketagihan permainan dalam talian menjerumuskan pemain melakukan penipuan. Dalam dapatan kajian di dalam bab empat, penyelidik telah menceritakan pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian cenderung untuk berkata tidak jujur bagi menyembunyikan jumlah masa yang diluangkan untuk bermain permainan dalam talian. Dalam hal ini, ia diperakui oleh informan bahawa kecenderungan pemain akan menipu tentang jumlah masa yang dihabiskan oleh pemain untuk bermain permainan dalam talian. Kajian ini disokong oleh laporan Muhammad Taufiq Nasution (2021), menyatakan ketagihan permainan dalam talian boleh mempengaruhi ketidakupayaan individu dalam mengawal perasaan dan emosi, sehingga mencetuskan pelbagai kesan negatif seperti mudah marah, rasa malu berlebihan, bersikap tidak jujur, serta perubahan emosi yang tidak stabil.

Subtema kedua ialah ketagihan permainan dalam talian mampu memberi kesan terhadap pengabaian spiritual dalam diri individu. Menurut informan, pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian akan lalai dengan permainan dalam talian yang dimainkannya. Kelekaan pemain yang mengetepikan tanggungjawab untuk solat diawal waktu bagi memberi ruang untuk bermain permainan dalam talian akan menjurus kepada kecuai dan berakhir dengan solat di akhir waktu atau meninggalkan solat. Kajian ini selari dengan laporan Helwatuazzakiah et al. (2021), semakin tinggi ketagihan seseorang terhadap permainan dalam talian, semakin besar pengabaian terhadap solat itu terjadi.

Subtema ketiga ialah ketagihan permainan dalam talian membawa kepada pengabaian tanggungjawab dan rutin harian terhadap individu. Seseorang individu yang ketagihan dengan permainan dalam talian akan banyak menghabiskan masa dengan permainan dalam talian. Hal ini akan menyebabkan hampir keseluruhan tenaga dan masa difokuskan dengan aktiviti permainan dalam talian sehingga rutin harian dan tanggungjawab individu tersebut terabai. Menurut Muhammad Darwis et al. (2020), pemain yang mengalami ketagihan permainan dalam talian cenderung untuk lalai dalam pengurusan masa sehingga mengabaikan tanggungjawab serta kewajipan yang sepatutnya dilaksanakan.

Subtema keempat ialah ketagihan permainan dalam talian memberi kesan kepada perubahan pola pemakanan individu. Ketagihan permainan dalam talian ini mengakibatkan pemain leka semasa bermain sehingga tidak menghiraukan pengambilan makanan. Kegagalan atau kelewatan pengambilan pemakanan bukan sahaja membawa kesan negatif kepada diri, bahkan mampu merencatkan pertumbuhan

individu. Hal ini sejajar dengan pandangan yang dikemukakan oleh laporan Muhammad Taufiq Nasution (2021), pemain yang ketagihan bakal mengalami daya tahan badan yang lemah akibat kekurangan aktiviti yang melibatkan fizikal, lambat dalam pengambilan makanan dan sebagainya.

Tema ketiga merupakan faktor yang menyebabkan individu terlibat dengan ketagihan permainan dalam talian. Dalam tema ini, penyelidik telah mencerakinkan kepada lapan subtema bagi menjelaskan hasil dapatan kajian berkenaan faktor yang menjerumuskan seseorang terpengaruh sehingga menyebabkan ketagihan terhadap permainan dalam talian.

Subtema pertama ialah kawalan yang kurang diberikan oleh ibu bapa. Peranan ibu dan bapa sangat penting dalam mendidik dan mengawal anak-anak mereka dalam membentuk kemenjadian manusia yang baik. Pemantauan dan kawalan yang baik daripada ibu bapa mampu menjadikan seseorang individu itu sukar terlibat dengan perkara yang negatif dan seterusnya tidak terlampau obses untuk melakukan sesuatu perkara secara impulsif.

Subtema kedua ialah kurang kawalan diri mampu menyebabkan seseorang itu terjerumus dengan ketagihan permainan dalam talian. Kawalan terhadap diri merupakan suatu penanda aras bagi keseimbangan kehidupan seseorang. Individu yang mampu mengawal diri dengan baik akan mempunyai keseimbangan emosi dan mental, mampu menguruskan tanggungjawab dengan baik, menghindari ketagihan serta tingkah laku negatif dan mengimbangi perihal dunia dan akhirat dengan baik. Dapatan ini turut disokong oleh kenyataan Kuhnle et al. (2010), pengawalan diri dan keseimbangan hidup merupakan aspek utama yang diperlukan bagi mencapai kehidupan yang lebih harmoni.

Subtema ketiga ialah pengaruh rakan sebaya yang berperanan mempengaruhi aktiviti sosial dalam kehidupan individu. Rakan sebaya meliputi kalangan yang sama umur di sekeliling individu tersebut. Dalam tempoh usia belia remaja, penerimaan sosial mereka lebih tertumpu ke arah apa yang diraikan di sekeliling mereka. Sesebuah anasir itu akan diterima bagi individu sekiranya ia sinonim dengan peredaran semasa dan diraikan oleh masyarakat tanpa memikirkan akibat yang bakal melanda ke atas mereka seperti permainan dalam talian yang banyak menjerumuskan pemainnya ke dalam kancah ketagihan permainan dalam talian.

Subtema keempat ialah pengaruh sosial media. Sosial media merupakan sebuah medium informasi, hiburan, permainan digital, perbelanjaan dan sebagainya. Manusia pada hari ini sukar untuk beralih atau mengelakkan diri secara total daripada melibatkan

diri dalam melayari medium sosial media. Fungsi yang dibawa oleh sosial media adalah sangat baik. Namun sekiranya, penggunaan ke atas media sosial tidak dikawal akan membuka ruang kepada impulsif dan tingkah laku yang berulang-ulang seterusnya membawa seseorang itu kepada ketagihan. Penyelidikan oleh Yayman dan Bilgin (2020), menyatakan bahawa antara masalah yang paling lazim dihadapi remaja selepas penggunaan media sosial ialah keterlibatan dalam permainan digital atau permainan dalam talian.

Subtema kelima ialah pengaruh persekitaran yang mampu memberi kesan kepada individu untuk terjerumus dalam ketagihan permainan dalam talian. Permainan dalam talian pada hari ini telah menjadi suatu fenomena dan berkembang pesat dalam pelbagai lapisan masyarakat. Perkara ini menjadi suatu kecenderungan perubahan dan mampu memberi pengaruh kepada mereka yang berada di sekitarnya. Perkara ini turut ditegaskan oleh Andang Andaiyani Ahmad dan Abdul Said Ambotang (2020), mengemukakan bahawa sikap, tingkah laku dan keharmonian ditetapkan secara bersama oleh individu dan persekitaran.

Subtema keenam ialah kurang kefahaman dalam ilmu agama. Kemelesetan dalam kefahaman dan penghayatan agama juga mampu menjadi kesan daripada ketagihan permainan dalam talian. Islam adalah agama yang menuntut penganutnya agar sentiasa berada dalam keseimbangan perihal dunia dan akhirat. Individu yang mengabaikan atau tidak mengutamakan kewajipan ibadah semata-mata untuk bermain permainan dalam talian merupakan individu yang sedang lalai. Hal ini kerana individu tersebut lebih mengutamakan perihal keduniaan berbanding akhirat. Ini merupakan suatu tanda bahawa individu yang mengalami perkara ini masih kurang dalam memahami tanggungjawab hidup beragama. Ini bertepatan dengan firman Allah dalam surah At-Taubah, ayat 122 yang bermaksud:

*“Dan tidak sepatutnya orang-orang yang beriman itu semuanya keluar (pergi berperang). Mengapa tidak pergi dari tiap-tiap golongan di antara mereka beberapa orang untuk memperdalam pengetahuan mereka tentang agama dan untuk memberi peringatan kepada kaumnya apabila mereka telah kembali kepadanya, supaya mereka itu dapat menjaga dirinya.”*

Subtema ketujuh ialah capaian gajet dan internet. Kemajuan kebolehcapaian internet dan teknologi peranti pintar yang membangun pesat merupakan peranan penting dalam membentuk pembentukan gaya hidup, kelestarian pendidikan dan

pembangunan serta perkembangan sosial individu. Dalam era yang moden ini, manusia sering tertumpu kepada peranti digital kerana kepesatan maklumat yang boleh diperolehi melalui sentuhan di hujung jari. Sekiranya ia tidak dimanfaatkan sebaik mungkin, ia akan merencatkan interaksi sosial secara fizikal. Lebih membimbangkan, keadaan ini berpotensi menjejaskan keharmonian hubungan dalam kalangan keluarga, masyarakat, dan pihak-pihak lain yang berkaitan.

Subtema kelapan ialah visual dan grafik. Dalam kajian ini, didapati bahawa daya tarikan visual dan grafik berperanan sebagai pemangkin kepada kecenderungan individu untuk mengalami ketagihan permainan dalam talian. Konstruksi visual dan grafik yang memaparkan warna-warna terang, perincian realistik, serta animasi yang lancar berupaya merangsang deria penglihatan dan menimbulkan rasa keterujaan kepada pemain. Visual dan grafik yang menarik merupakan faktor yang mendorong ke arah ketagihan permainan dalam talian (Muhammad Danish Rif'qi Lukman et al., 2024). Ciri-ciri ini bukan sahaja memberi pengalaman yang menarik kepada pemain dalam menikmati permainan dalam talian, bahkan ia merangsang keinginan berulang kepada pemain untuk terus berkecimpung dalam aktiviti permainan.

### **5.2.2 Hasil Kajian Objektif Kedua**

Hasil kajian bagi objektif kedua mendapati bahawa terdapat dua tema telah dibentuk bagi menjawab objektif yang kedua. Tema keempat ialah terapi psikospiritual Islam bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian menurut informan. Hasil daripada dapatan kajian dicerakinkan kepada empat subtema.

Subtema pertama ialah pemeliharaan ibadah asas. Pemeliharaan ibadah asas seperti mendirikan solat lima waktu, berpuasa, berdoa, membaca al-Quran dan berzikir merupakan mekanisme pemeliharaan spiritual yang berkesan dalam membentuk disiplin dan jati diri individu. Dalam konteks ketagihan permainan dalam talian, pemeliharaan ibadah asas memainkan peranan penting sebagai perisai kerohanian dan medium kawalan masa secara berdisiplin bagi individu. Ini bertepatan dengan firman Allah dalam surah Al-Ankabut, ayat 45 yang bermaksud:

*“Bacalah apa yang telah diwahyukan kepadamu, iaitu al-Kitab (al-Quran), dan dirikanlah solat. Sesungguhnya solat itu mencegah daripada (perbuatan) keji dan mungkar. Dan sesungguhnya mengingat Allah (solat) adalah lebih besar (keutamaannya). Dan Allah mengetahui apa yang kamu kerjakan.”*

Subtema kedua ialah penghayatan konsep *ihsan*. Penghayatan konsep ihsan adalah kesungguhan seseorang individu dalam melakukan setiap amalan perbuatan seolah-olah diri kita sedang memerhati dan diperhatikan oleh Allah SWT. Penghayatan konsep ihsan dilihat sebagai elemen penting dalam pembangunan spiritual untuk individu. Konsep ihsan merujuk pada sifat kesempurnaan dalam akhlak dan ibadah dalam setiap aspek kehidupan, baik sesama manusia mahupun terhadap Allah SWT. Penghayatan konsep ihsan dianggap sebagai komponen yang penting dalam pembinaan spiritual individu. Ihsan merujuk kepada penerapan sifat kesempurnaan dalam akhlak dan ibadah di setiap aspek kehidupan, sama ada dalam hubungan sesama manusia mahupun dengan Allah SWT.

Subtema ketiga ialah penghayatan konsep *itqan*. Konsep *itqan* ialah kesungguhan dan ketekunan dalam melakukan sesuatu perbuatan demi memperolehi hasil yang bagus. Nilai *itqan* berkait rapat dengan ketekunan, kecekapan, disiplin, serta perancangan kerja. Ketekunan menjadi asas kepada pembentukan sikap kesungguhan dalam melaksanakan sesuatu perkara. Oleh itu, individu yang menghayati konsep *itqan* tidak mudah terjerumus ke dalam sifat malas atau sekadar berserah kepada takdir tanpa berusaha dengan bersungguh-sungguh.

Subtema keempat ialah penghayatan sukan Islamik. Penglibatan aktif individu dalam aktiviti fizikal berperanan penting dalam meningkatkan tahap kecergasan, meningkatkan keyakinan diri serta memperkukuh hubungan sosial sesama manusia. Bahkan, Rasulullah SAW sangat menyarankan umatnya agar memiliki tubuh badan yang sihat. Hal ini kerana, dengan memiliki tubuh badan yang sihat, manusia akan menjalani kehidupan dengan lebih berkualiti, bertenaga, produktiviti serta kesejahteraan yang optimum.

Tema kelima ialah amalan hisbah sendiri dalam Islam bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian menurut informan. Hasil daripada dapatan kajian dicerakinkan kepada dua subtema bagi menjelaskan amalan hisbah sendiri menurut pandangan informan.

Subtema pertama ialah pemeliharaan ibadah. Hasil dapatan kajian, informan temu bual menyatakan bahawa pemeliharaan ibadah ini meliputi amalan doa, zikir, solat sunat, nasihat, membaca al-Quran dan puasa. Pemeliharaan ibadah dalam Islam berfungsi sebagai mekanisme pembentukan jati diri dan disiplin, yang seterusnya menjadi medium kawalan diri terhadap ketagihan permainan dalam talian serta mengarahkan individu menuju kehidupan yang lebih sejahtera

Subtema kedua ialah amalan yang dipraktik atau bantuan dari pakar. Walaupun kajian ini memfokuskan pemulihan dalam aspek sendiri, namun informan berpendapat bahawa individu atau klien yang mengalami masalah ketagihan permainan dalam talian memerlukan sistem sokongan daripada pakar. Sokongan ini merangkumi bimbingan daripada pakar kaunseling, psikologi dan terapis yang berperanan menyediakan intervensi berstruktur, pemantauan berkala (sekiranya berkeperluan), serta memberi strategi penyesuaian diri yang efektif kepada klien. Pendekatan bersepadu antara usaha sendiri dan bantuan dari pakar diyakini berupaya untuk meningkatkan keberkesanan proses pemulihan secara menyeluruh.

### **5.2.3 Hasil Kajian Objektif Ketiga**

Hasil kajian bagi objektif ketiga mendapati bahawa terdapat dua tema telah dibentuk bagi menjawab objektif yang ketiga. Tema keenam ialah proses hisbah sendiri dalam Islam bagi menangani ketagihan permainan dalam talian. Hasil dapatan kajian telah dicerakinkan kepada enam subtema.

Keseluruhan subtema ini meliputi proses hisbah sendiri iaitu *musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran), *muraqabah* (waspada dari terjebak dengan kemungkaran), *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan), *mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan), *mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran) dan *mu'atabah* (mengkritik diri). *Muhasabah* merupakan elemen asas yang mendasari pembentukan kerohanian dan jati diri seseorang individu. Proses ini bermula dengan tahap *musyaratah* dan *muraqabah* sebagai langkah persediaan awal. Ia diikuti oleh tahap *mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan) dan *mu'atabah* (mengkritik diri) yang berperanan menilai serta memperbaiki diri. Akhirnya, tahap *mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran) menjadi ukuran terhadap keteguhan prinsip dan kesungguhan individu dalam membina dan memelihara akhlak yang mulia.

Tema ketujuh merupakan tema terakhir kajian. Tema ini meliputi kerangka integrasi amalan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian. Berdasarkan temu bual separa struktur, dapatan kajian menunjukkan bahawa konsep psikospiritual Islam melalui pemeliharaan ibadah asas seperti solat, membaca al-Quran, zikir, doa dan puasa dilihat berkesan dalam usaha menangani ketagihan permainan dalam talian. Penghayatan konsep ihsan,

itqan dan sukan Islamik membantu membentuk jati diri serta mengalihkan minat ke arah aktiviti fizikal yang bermanfaat.

Konsep hisbah sendiri turut dikenalpasti sebagai alternatif berkesan kerana selari dengan psikospiritual Islam, dengan penekanan tambahan seperti doa, zikir, solat sunat, nasihat, membaca al-Quran dan puasa. Namun, sokongan pakar dan sistem pemantauan juga diperlukan. Antara enam elemen hisbah sendiri yang diaplikasikan ialah elemen *musyaratah* (berazam menjauhi kemungkaran) dengan memupuk perasaan malu dan disiplin untuk mengawal ketagihan. Seterusnya, elemen *muraqabah* dengan menanam sifat *qanaah* dan kesedaran bahawa diri diawasi Allah.

Selain itu, elemen *muhasabah* (analisis tindakan dan amalan) dalam mewujudkan kesedaran dan pengawalan tingkah dan laku. Disamping itu, elemen *mu'aqabah* (menilai tindakan dan amalan) dengan menghukum diri secara positif atas kesalahan sebagai tanda penyesalan. Tambahan lagi, elemen *mujahadah* (berjuang menjauhi kemungkaran) iaitu kesungguhan menentang hawa nafsu melalui pelaksanaan amar makruf dan nahi mungkar. Akhir sekali, elemen *mu'atabah* (mengkritik diri) melalui kritikan atas diri dan penyesalan atas kesilapan tingkah laku, serta menyeimbangkan rasa takut akan hukuman Allah dan mengharapkan pengampunan daripada-Nya.

Secara keseluruhan, integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri membentuk panduan secara menyeluruh untuk membantu individu mengawal dan menangani masalah ketagihan permainan dalam talian.

#### **5.2.4 Hasil Penemuan Baru**

Hasil analisis tematik mendapati satu tema baharu muncul, iaitu penghayatan bagi konsep sukan Islamik, yang tidak dinyatakan secara jelas dalam kajian-kajian terdahulu berkaitan ketagihan permainan dalam talian. Kajian ini mendapati bahawa sukan Islamik mampu mengalihkan perhatian individu daripada menumpukan perhatian sepenuhnya terhadap permainan dalam talian. Dapatan ini dilihat menyokong sebahagian dapatan kajian oleh Mohd Arshad Yahya dan Mohd Firdaus Abdullah (2020), pendekatan terapi sukan berpotensi menyumbang kepada perkembangan positif dalam proses perubahan tingkah laku negatif.

Dalam kajian ini, penghayatan terhadap sukan Islamik didapati berpotensi memberikan impak positif dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam

talian. Sukan Islamik tidak terhad kepada sukan sunnah yang dianjurkan oleh Rasulullah SAW seperti memanah, berenang dan berkuda, malah merangkumi semua aktiviti sukan yang mematuhi prinsip serta ketetapan yang dianjurkan syariah. Penemuan ini memperluaskan wacana sedia ada dengan memperkenalkan sukan Islamik yang bersifat praktikal dan berasaskan pengalaman dan pandangan informan.

### **5.3 Implikasi Kajian**

Bahagian ini menyetengahkan sumbangan kajian ini dari segi kedua-dua aspek teori dan praktikal. Kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani ketagihan permainan dalam talian yang dicadangkan memberi sumbangan terhadap teoritikal, metodologi dan praktikal dalam masyarakat umum. Subtema seterusnya akan memberikan perincian lanjut mengenai dua sumbangan berbeza ini.

#### **5.3.1 Implikasi Teoritikal**

Secara teorinya, kajian ini menyumbang kerangka konsep baharu yang menggunakan pendekatan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian dalam kalangan masyarakat Malaysia. Kewujudan persoalan-persoalan kajian menjadi sebuah titik tolak utama kajian ini dalam merealisasikan kerangka tersebut dapat dijadikan panduan dalam kajian seterusnya berkaitan ketagihan tingkah laku. Selain itu, kerangka ini akan dijadikan rujukan serta panduan pihak berkepentingan seperti Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat (KPWKM), Persatuan Kaunseling Syarie Malaysia (PAKSI), Persatuan Psikospiritual Islam (IPSA) dan Jabatan Kemajuan Islam Malaysia (JAKIM) dalam usaha menangani isu ketagihan permainan dalam talian.

#### **5.3.2 Implikasi Praktikal**

Pembangunan kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri bagi menangani ketagihan permainan dalam talian ini dilihat sebagai alternatif pencegahan dan pemulihan serta sokongan sosial yang dapat mengurangkan masalah ketagihan permainan dalam talian. Ia suatu usaha mengurangkan masalah ketagihan tingkah laku yang menjejaskan kualiti hidup dan kesejahteraan mental masyarakat. Ini

bertepatan dengan apa yang disasarkan negara melalui Dasar Kemakmuran Bersama (WKB) 2030 dalam menekankan pembangunan komuniti yang inklusif dan mampan. Komuniti yang kuat dan sokongan sosial boleh memainkan peranan penting dalam mempromosikan kesihatan mental dan kesejahteraan (Kementerian Ekonomi Malaysia, 2021). Ia seiring dengan visi kerajaan dalam mewujudkan masyarakat yang seimbang dan sihat dari aspek psikologi menuntut penekanan terhadap promosi kesihatan mental serta pencegahan masalah psikososial melalui Dasar Kesihatan Mental Negara (DKMN) (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2012).

Kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri ini mengemukakan satu panduan kepada banyak pihak dalam konteks pencegahan dan pemulihan terhadap permasalahan ketagihan permainan dalam talian. Pertama ialah pihak kerajaan. Kerangka kajian ini dilihat mampu membantu pihak berkepentingan dalam kerajaan seperti KKM (berasaskan klinikal/komuniti), KPWK (sistem sosial-keluarga), PAKSI (kerohanian Islam) dan sebagainya bagi solusi penyelesaian masalah berkaitan kesihatan mental khususnya ketagihan permainan dalam talian seterusnya melahirkan masyarakat yang seimbang dan sihat dari segi psikologi seperti mana yang disasarkan dalam Dasar Kesihatan Mental Negara (Kementerian Kesihatan Malaysia, 2012)

Kedua ialah kelompok akademik. Kerangka kajian berpotensi membuka ruang penyelidikan dan perbincangan yang luas di peringkat nasional dan antarabangsa dalam mengetengahkan pendekatan psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri sebagai suatu inisiatif penyelesaian kepada pelbagai permasalahan. Melalui kajian ini, pendekatan psikologi Islam boleh diketengahkan secara empirikal dan sistematik sebagai alternatif atau pelengkap kepada model psikologi konvensional, khususnya bagi menangani isu kesejahteraan mental, tingkah laku berisiko dan sebagainya. Selain itu, kerangka kajian ini membolehkan perbandingan rentas budaya dan disiplin dilakukan, sekali gus memperkukuh legitimasi akademik psikologi Islam dalam wacana global.

Ketiga ialah industri. Kerangka kajian mampu membantu melahirkan modal insan yang holistik, berdaya saing dan sanggup mendepani pelbagai cabaran serta dapat menyumbang kepada kemajuan industri dengan usaha yang paling optimum.

Keempat ialah kelompok masyarakat. Kerangka kajian berupaya membantu masyarakat dalam mendepani segala cabaran dengan lebih positif berpandukan kekuatan psikospiritual Islam. Masyarakat akan bertindak lebih rasional dalam mendepani segala permasalahan secara fizikal mahupun spiritual seterusnya dapat

menikmati kesejahteraan hidup dalam kemelut sosio-ekonomi dunia. Pendekatan yang berteraskan nilai, kesedaran sendiri dan pembangunan rohani ini juga berpotensi menyumbang kepada pembentukan dasar, amalan intervensi serta strategi pencegahan yang lebih holistik dan berkesan dalam konteks masyarakat kontemporari.

Kelima ialah persekitaran sosial. Kerangka kajian berpotensi mewujudkan persekitaran yang seimbang dan stabil dengan masyarakat yang sihat dan sejahtera mental dan fizikal serta bersedia berganding bahu memastikan kelestarian kehidupan yang harmoni dan seterusnya merealisasikan '*super smart society*' melalui Revolusi Industri 5.0.

#### **5.4 Cadangan Kajian Masa Hadapan**

Berdasarkan kajian ini, terdapat cadangan bagi kajian masa hadapan. Pertama, kajian lanjutan berkenaan psikospiritual Islam dalam konteks psikoterapi Islam dalam menangani permasalahan ketagihan tingkah laku. Dalam mendepani dunia yang penuh cabaran, manusia mengharungi kepelbagaian masalah yang memungkinkan penurunan kepada nilai kemanusiaan dan keagamaan dalam diri. Maka, usaha pengukuhan jati diri, pemantapan iman, dan pembinaan akhlak mulia perlu diberi keutamaan agar manusia mampu kekal teguh menghadapi ujian hidup.

Kajian masa hadapan juga perlu memberi tumpuan kepada cabaran-cabaran yang baharu di masa akan datang dalam menangani ia menerusi psikospiritual Islam. Penambahan elemen baharu adalah sangat digalakkan bagi menyesuaikan elemen psikospiritual Islam yang sedia ada. Kerangka integrasi psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri dalam menangani masalah ketagihan permainan dalam talian boleh dijadikan sebagai asas dan panduan kepada penyelesaian masalah berkenaan ketagihan tingkah laku.

Kajian lanjutan seperti penghasilan model atau paten dalam bentuk akademik terhadap psikospiritual Islam dalam konteks psikoterapi sangat digalakkan. Ia akan menjadi sebuah sistem sokongan yang baik kepada keharmonian kehidupan manusia seterusnya menuju redha Allah. Penghasilan model, modul atau paten ini sekali gus menyumbang kepada pembangunan ilmu, pengukuhan institusi masyarakat dan kelestarian kesejahteraan ummah.

## **5.5 Rumusan**

Bab terakhir kajian ini merumuskan tiga objektif kajian yang dijalankan, implikasi kajian dan cadangan masa hadapan. Sebagai rumusan, bersandarkan dapatan kajian, segala persoalan kajian telah dijawab, serta mencapai seluruh objektif. Dari segi teoritikal, kajian ini mengemukakan kerangka psikospiritual Islam dan konsep hisbah sendiri yang lebih holistik bakal menjadi panduan kepada pihak yang berkepentingan.

Kajian ini memberikan kesedaran kepada kita bahawa Islam menuntut umatnya agar sentiasa mematuhi perintah Allah SWT dan Rasulullah SAW. Islam juga mengajar bahawa setiap permasalahan, pasti ada solusinya. Pemulihan alternatif bagi ketagihan tingkah laku khususnya permainan dalam talian perlu selari dengan kehendak Islam supaya kesannya akan mempengaruhi kepada kerohanian individu, seterusnya membentuk jati diri dan spiritual yang mantap.

## RUJUKAN

- A'dawiyah Ismail, Siti Najihah Mansor, & Siti Naqiayah Mansor. (2020). Kesan permainan Video terhadap perkembangan kanak-kanak. *BITARA International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences*, 3(1), 107–118.
- Abdul Ghani Samsudin. (2004). *Pembangunan ekonomi Islam : Perspektif Malaysia*. Islamic Banking Encyclopedia.
- Abdul Haris, Daniar Chandra Anggraini, & Dina Mardiana. (2021). Pengaruh game online terhadap ketaatan beribadah mahasiswa di jurusan pendidikan agama Islam Universitas Muhammadiyah Malang. *Jurnal Visi Ilmu Pendidikan*, 13(2), 98–106.
- Abdurrahman. (2024). Konsep evaluasi pembelajaran menurut surah Ali Imran ayat 200 (Studi pemikiran al-Ghazali dalam Ihya Ulumuddin). *Al-Fahmu: Jurnal Ilmu Al-Qur'an Dan Tafsir*, 3(2), 125–137.
- Adam Drahman, & Suhaimi Ab. Rahman. (2019). Konsep dan aplikasi hisbah dalam perniagaan produk halal. *Journal of Fatwa Management and Research*, 18(1), 25–44.
- Adams, E. (2013). *Fundamentals of Game Design* (3rd ed.). Pearson Education. h
- Adlinahani Khalil. (2021). *Budak 12 tahun maut ketagih online game*. Utusan Malaysia.
- Afifi Farhana Mhd Poad, & Azrin Ibrahim. (2019). Pemantapan integriti institusi pembangunan berteraskan Islam menerusi amalan hisbah sendiri. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 4(25), 36–44.
- Afifi Farhana Mhd Poad, & Muslihah Mazlan. (2019). Pengamalan hisbah sendiri ke arah pemeraksanaan pengurusan insan. *Maw'zah*, 2, 79–85.
- Agensi Anti Dadah Kebangsaan. (2019). *Merawat pulih bukan menghukum*.
- Ahmad Hanif Sabielal Muttaqin. (2018). *Game online Indoplay Capsa Susun menurut hukum Islam* [Institut Agama Islam Negeri Tulungagung].
- Ahmad Sunawari Long. (2018). *Metodologi penyelidikan pengajian Islam* (1st ed.). Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Aisyah Najibah Ahmad Najmee, Adriana Qistina Tan, Adib Fahmy Awang, Nor Raihan Zulkefly, & Nurulhuda Mat Hassan. (2020). COVID-19 : Perspektif psikospiritual Islam bagi pelajar. *Insan Junior Researcher Conference*, 302–306.
- Akbar Husain. (2005). *Spiritual Psychology*. Global Vision Publishing House.
- Al-Asqalani, I. H. (2004). *Bulugh al-Maram min Adillat al-Ahkam* (6th ed.). Dar al-

Salam li al-Nashr wa al-Tawzi‘.

Al-Jurjawi, S. A. A. (2006). *Hikmah al-Tasyri' wa Falsafatuh*. Gema Insani.

Al-Zuhayli, W. (1997). *al-Fiqh al-Islami wa Adillatuh*. Dar al- Fikr.

Alias Azhar, Muhammad Hafiz Badarulzaman, Fidlizan Muhammad, & Siti Zamarina Mat Zaib. (2020). Syariah criminal law enforcement in hisbah framework: practice in Malaysia. *International Islamic University Malaysia*, 28(1), 149–170.

American Psychiatric Association. (2000). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV-TR)*. American Psychiatric Association, Washington, DC.

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. In *BMC Med* (5th ed.).

Amin Che Ahmat, Che Zarrina Sa'ari, Mohd Syukri Zainal Abidin, & Izatul Akmar Ismail. (2024). Analisis sorotan literatur sistematik pendekatan psikospiritual Islam dalam rawatan pemulihan ketagihan. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 9(65), 468–486.

Amir Arif Roslan, Aliya Nusha Maalim, Sarah Sakinah Abdullah Sabri, Qing, J. E. S., & Mohd Haizal Mohd Nor. (2021). The relationship between game addiction, psychosocial effects and academic performance among undergraduate students of University of Cyberjaya. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17(11), 40–45.

Andang Andaiyani Ahmad, & Abdul Said Ambotang. (2020). Pengaruh kecerdasan emosi, kecerdasan spiritual dan persekitaran keluarga terhadap stres akademik murid sekolah menengah. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 5(5), 12–23.

Andrea, B., Gabriella, H. C., & Timea, J. (2016). Y and Z generations at workplaces. *Journal of Competitiveness*, 8(3), 90–106. <https://doi.org/10.7441/joc.2016.03.06>

Angela. (2013). Pengaruh game online terhadap motivasi belajar siswa SDN 015 kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 1(2), 532–544.

Arwansyah Kirin, Ahmad Sharifuddin Mustapha, Mohd Hisyam Abdul Rahim, Shakila Ahmad, & Sharifah Khadijah Syed Abu Bakar. (2022). Impak game online terhadap moral dan sosial pelajar : Kajian kes pelajar UTHM Pagoh. *Advances in Humanities and Contemporary Studies*, 3(1), 25–33.

Auni Abdullah. (2000). *Hisbah Dan Pentadbiran Negara*. IKDAS Sdn Bhd.

Aysan, H. A. (2016). The effects of archery as a sports branch on coping with stress.

*Studies on Ethno-Medicine*, 10(1), 39–43.

- Ayu Nadhirah Mohd Suhaime, Nurul Husna Mansor, Abd. Aziz Rekan, Khairul Hamimah Mohammad Jodi, & Mohd Syukri Zainal Abidin. (2023). Pembangunan model intervensi kawalan ketagihan pornografi berasaskan pendekatan psikospiritual Islam : Satu analisis keperluan. *Afkar*, 25(1), 253–290.
- Ayu Rini. (2011). *Menanggulangi kecanduan game online pada anak*. Pustaka Mina.
- Bonnaire, C., & Baptista, D. (2019). Internet gaming disorder in male and female young adults: The role of alexithymia, depression, anxiety and gaming type. *Psychiatry Research*, 272, 521–530.
- Bossche, B. Van Den, Verdickt, T., Vleeschauwer, B. De, Desmet, S., Mulder, S. De, Turck, F. De, Dhoedt, B., & Demeester, P. (2006). A platform for dynamic microcell redeployment in massively multiplayer online games. *Proceedings of the 2006 International Workshop on Network and Operating Systems Support for Digital Audio and Video*.
- Brunborg, G. S., Mentzoni, R. A., & Frøyland, L. R. (2014). Is video gaming, or video game addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *Journal of Behavioral Addictions*, 3(1), 27–32.
- Butet Agustarika, & Adriyani Adam. (2020). The effect of online gaming addiction on violent behavior of high school students in Sorong City. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(11), 1534–1538.
- Che Bakar Che Mat, Abd Shukor Md Ali, Wan Kamariah Leman, Norlela Kamaluddin, Sharifah Anom Omar, Salmah Hussin, & Wan Ariffin Wan Yon. (2007). *Pembangunan dari perspektif Islam*. UPENA, Universiti Teknologi MARA.
- Che Zarrina Sa'ari. (2019). Psikospiritual Islam: Konsep dan Aplikasi. *Journal of Syarie Counseling*, 1(1), 43–51.
- Che Zarrina Sa'ari, Hasimah Chik, Che Zuhaida Saari, Sharifah Basirah Syed Muhsin, Nor Azah Abdul Aziz, Khairul Hamimah Mohammad Jodi, Abdul Salam Muhamad Shukri, Salmah Karman, Abdul Ghafar Surip, & Sheriza Izwa Zainuddin. (2021). Analisis keperluan pembangunan manual psikospiritual Islam dalam penjagaan paliatif. *E-Prosiding Seminar Antarabangsa Islam Dan Sains 2021, September*, 141–153.
- Chen, K. H., Oliffe, J. L., & Kelly, M. T. (2018). Internet gaming disorder: An emergent health issue for men. *American Journal of Men's Health*, 12(4), 1151–1159.

- Choo, H., Gentile, D. A., Sim, T., Li, D., Khoo, A., & Liau, A. K. (2010). Pathological video-gaming among Singaporean youth. *Annals of the Academy of Medicine Singapore*, 39(11), 824–829.
- Chou, C., Condon, L., & Belland, J. C. (2005). A review of the research on internet addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363–388.
- Craig A. Anderson, & Karen E. Dill. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772–790.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry & Research design choosing among five approaches* (2nd ed.). SAGE Publications.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational research planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (4th ed.). Pearson Education.
- Creswell, J. W., & Guetterman, T. C. (2021). *Educational research planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (Sixth, glo). Pearson.
- Damanik, G. C. M., & Ricky, D. P. (2020). Tingkat adiksi game online pada mahasiswa yang tinggal di asrama. *Carolus Journal of Nursing*, 2(2), 121–131.
- Dedy Susanto. (2014). Dakwah melalui layanan psikoterapi ruqyah bagi pasien penderita kesurupan. *KONSELING RELIGI: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 313–334.
- Demarrais, K. (2004). *Qualitative Interview studies: Learning Through Experience*. Erlbaum.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2018). *The SAGE Handbook of Qualitative Research* (5th ed.). SAGE Publications.
- Devy Arum Sari, Trimawati, & Raharjo Apriyatmoko. (2020). Hubungan kecanduan game online dengan kecerdasan emosi pada remaja SMP Negeri 3 Ungaran : Tinjauan dari beberapa artikel penelitian. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 085201.
- Dienlin, T., & Johannes, N. (2020). The impact of digital technology use on adolescent well-being. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 22(2), 135–142.
- Elkadi, A. (1985). Health and healing in the qur'an. *American Journal of Islamic Social Sciences*, 2(2), 291–296.
- Elmi Baharuddin, & Zainab Ismail. (2014). Definisi dan konsep kecerdasan ruhaniah menurut perspektif sarjana Islam. *Jurnal Penyelidikan Islam JAKIM*, 44, 49–61.

- Emie Sylviana Mohd Zahid. (2019). Pembangunan spiritual: Konsep dan pendekatan dari perspektif Islam. *E-Journal of Islamic Thought and Understanding*, 2, 64–87.
- Emria Fitri, Lira Erwinda, & Ifdil Ifdil. (2018). Konsep adiksi game online dan dampaknya terhadap masalah mental emosional remaja serta peran bimbingan dan konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 4(3), 211–219.
- Enida Daud, & Azman Hashim. (2019). Pelaksanaan nilai al-birr dan itqan mempengaruhi tingkah laku penjawat awam supaya lebih cemerlang dan beretika. *Journal of Human Capital Development*, 12(2), 77–90.
- Ericson Ginsos, & Salleh Amat. (2022). Ketagihan permainan video dan tingkah laku agresif dalam kalangan pelajar sepanjang perintah kawalan pergerakan (PKP). *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(5), 1–10.
- Farah Mohd Ferdaus, Hamdi Ishak, & Mohd Manawi Mohd Akib. (2022). Pengukuhan psikospiritual: Kajian terhadap kepentingan ibadah doa. *Al-'Abqari*, 27(1), 95–114.
- Fariza Md Sham, Salasiah Hanim Hamjah, & Mohd. Jurairi Sharifudin. (2017). *Personaliti dari perspektif al-Ghazali*. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Fathiyah Mohd Fakhruddin & Asmawati Suhid. (2016). Proses Murabatah al-Nafs Menurut Perspektif Al-Ghazali Bagi Membangun Individu Seimbang Dan Holistik. *Jurnal AL-ANWAR*, 2(2), 173–187.
- Fatimah Abdullah, Norulhuda Sarnon@Kusenin, Suzana Mohd Hoesni, & Wan Azreena Wan Jaafar. (2008). Dari halaman rumah ke hadapan layar: Pola bermain dan fungsinya kepada perkembangan kanak-kanak. *E-Bangi : Jurnal Sains Sosial Dan Kemamusiaan*, 3(1), 1–14.
- Fatma Laili Khoirun Nida. (2014). Zikir sebagai psikoterapi dalam gangguan kecemasan bagi lansia. *KONSELING RELIGI Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(1), 133–150.
- Fitriani. (2021). *Konsep takwa dalam al-qur'an (Studi penafsiran ayat-ayat tentang takwa)*. Institut Agama Islam (IAI) Muhammadiyah Sinjai.
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (2006). *How to design and evaluate research in education* (McGraw-Hill (ed.); 6th ed.). Beth Mejia.
- Game Spot. (2007). *Online game addiction is enough reason for divorce*.
- Gentile, D. A., Lynch, P. J., Linder, J. R., & Walsh, D. A. (2004). The effects of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance. *Journal of Adolescence*, 27(1), 5–22.

- Gerungan, W. . (2012). *Psikologi Sosial*. Eresco.
- Ghazali Darusalam, & Sufean Hussin. (2019). *Metodologi penyelidikan dalam pendidikan : Amalan dan analisis kajian* (3rd ed.). Penerbit Universiti Malaya.
- Ghobaei-Arani, M., Khorsand, R., & Ramezanpour, M. (2019). An autonomous resource provisioning framework for massively multiplayer online games in cloud environment. *Journal of Network and Computer Applications*, 142, 76–97.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Grau, S., Kleiser, S., & Bright, L. (2019). Exploring social media addiction among student Millennials. *Qualitative Market Research*, 22(2), 200–216.
- Hamdani Bakran Adz-Dzakiey. (2007). *Jangan Kecewakan Allah Dengan Shalatmu*. Pustaka al-Furqan.
- Hamidah Ab Razak, Luqman Zainal Abidin, & Amr Mohammed Sayed Emam Sallam. (2022). Pendekatan Psikoterapi Islam dalam Merawat Kemurungan Wanita Muslimah. *Jurnal Pengajian Islam*, 15, 83–95.
- Hasimah Chik, Che Zarrina Sa'ari, Sharifah Basirah Syed Muhsin, & Sheriza Izwan Zainuddin. (2021). Pendekatan holistik menurut psikospiritual Islam dalam mendepani cabaran COVID-19. *Prosiding SAKI*, 42–54.
- Hasnan Kasan. (2008). *Pendidikan remaja muslim*. Jabatan Kemajuan Islam Malaysia.
- Helwatuazzakiah, Moh. Haris Zubaidillah, & Dony Ahmad Ramadhani. (2021). The effect of Online Game Addiction on Punctuality in Performing Prayers. *ICLIQE '21: Proceedings of the 5th International Conference on Learning Innovation and Quality Education*, 1–7.
- Hollingdale, J., & Greitemeyer, T. (2014). The effect of online violent video games on levels of aggression. *PLOS ONE*, 9(11), 1–5.
- Hox, J. J., & Boeije, H. R. (2005). Data collection, primary vs. secondary. In *Encyclopedia of Social Measurement* (Vol. 1, pp. 593–599).
- Ibn Manzur. (1956). *Lisan al-'Arab*. Dar Sadir.
- Ibnu Manzur. (1998). *Lisan Al-Arab*. Dar Ihya" Al-Turath Al-Arabiyy.
- Intan Farhana Saparudin, & Siti Nabilah Che Soh. (2018). Elemen psiko-spiritual dalam menangani delinkuensi remaja. *Human Sustainability Procedia (INSAN 2018 E-Proceeding)*, 417–422.
- Irmayani, & Muhammad Anas. (2020). Analyze the student's behaviour, addicted to Mobile Legend online game (MOBA). *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 6(2), 68–76.

- Izard, C. E., Trentacosta, C. J., King, K. A., & Mostow, A. J. (2004). An emotion-based prevention program for head start children. *Early Education and Development*, 15(4), 407–422.
- Jabatan Pendidikan Tinggi. (2011). Hala Tuju Bidang Kaunseling di Malaysia. In *Perpustakaan Negara Malaysia*. Penerbit Universiti Putra Malaysia.
- Jamalia Aurani, Nadiyah Hashim, Ahmad Fikri Mohd Kassim, Ahmad Dzulkarnain Ismail, & Siti Maryam Abdul Wahab. (2022). Pembangunan kesejahteraan dan kesihatan institusi keluarga melalui aktiviti sukan memanah. *Journal of Tourism, Hospitality and Environment Management*, 7(28), 66–75.
- Johnston, M. P. (2014). Secondary data analysis: A method of which the time has come. *Qualitative and Quantitative Methods in Libraries (QQML)*, 3, 619 –626.
- Joni Tamkin Borhan. (2008). Pemikiran pembangunan ekonomi berteraskan Islam. *Jurnal Usuluddin*, 27, 93–107.
- Katiman Rostam. (2019). *Persekitaran Mamusia*. Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Kementerian Ekonomi Malaysia. (2021). *Wawasan Kemakmuran Bersama 2030*.
- Kementerian Kesihatan Malaysia. (2012). Dasar kesihatan mental negara. In *Dasar Kesihatan Mental Negara*.
- Khairah @ Asma'a Baharun, Saedah Siraj, & Muhammad Faizal A.Ghani. (2017). Penerimaan m-pembelajaran dalam kalangan pensyarah Institut Pendidikan Guru Malaysia melalui the unified theory of acceptance and use of technology (utaut): Satu kajian awal. *Jurnal Kepimpinan Pendidikan*, 4(2), 56–73.
- Khairul Hamimah Mohammad Jodi, Mohd Afifuddin Mohamad, & Azizi Che Seman. (2014). Penerapan agama dalam modul psikospiritual dan kesannya terhadap kesihatan spiritual: Kajian kes di Kompleks Dar Assaadah Kuala Lumpur. *Jurnal Syariah*, 22(1), 107–127.
- Khairunnas Rajab. (2006). Islam dan Psikoterapi Moden. *Afkar*, 7, 133–156.
- Krista Surbakti. (2017). Pengaruh game online terhadap remaja. *Jurnal Curere*, 1(1), 28–38.
- Kuhnle, C., Hofer, M., & Kilian, B. (2010). The relationship of value orientations, self-control, frequency of school-leisure conflicts, and life-balance in adolescence. *Learning and Individual Differences*, 20(3), 251–255.
- Lailatul Muarofah. (2016). *Peran majelis ta'lim triwulan muslimat nahdlatul ulama' dalam meningkatkan pemahaman agama Islam mesyarakat Dusun Sungaran Desa Sidomulyo kecamatan Modo Kabupaten Lamongan*. Universitas Islam Negeri

Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Lebres, I., Rita, P., Moro, S., & Ramos, P. (2018). Factors determining player drop-out in Massive Multiplayer Online Games. *Entertainment Computing*, 26, 153–162.
- Lewin, K. (1951). *Field Theory in Social Science*. Harper.
- Lilik Malika. (2024). *Pelaksanaan mujahadah nihadhlul mustaghfirin dalam mengembangkan kontrol diri jama'ah Majelis Taklim Nurul Muhammad Desa Kertoharjo Kota Pekalongan*. Universitas Islam Negeri K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan.
- Lilin Rosyanti, Veny Hadju, Indriono Hadi, & Sahrianti. (2018). Pendekatan terapi spiritual al-Quran pada pasien skizofrenia. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 10(1), 39–52.
- Liliza Agustin. (2018). Intervensi Psikologi Islam: Model Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Management- Tazkiyatun Nafs. *Jurnal Psikologi Islam*, 5(2), 75–86.
- Lin, S. S. J., & Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 411–426.
- Lo, S. K., Wang, C. C., & Fang, W. (2005). Physical interpersonal relationships and social anxiety among online game players. *Cyberpsychology and Behavior*, 8(1), 15–20.
- Luky Arya Suwandi. (2021). Telaah konsep diri Carl Rogers melalui perspektif muhasabah Al- Ghazali [Institut Agama Islam Negeri Bengkulu]. In *Skripsi Fakultas Ushuluddin IAIN*.
- M. Ichsan Nawawi, Hikmawati Pathuddin, Nabila Syukri, Alfidayanti, Sartika Poppysari Saputri, Muhammad Ramdani, Muhammad Jun, & Ismail Marsuki. (2021). Pengaruh game Mobile Legends terhadap minat belajar mahasiswa/i Fakultas Sains dan Teknologi UIN Alauddin Makassar. *AL Ma'arief: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Budaya*, 3(1), 46–54.
- Mahathir Muhamad, Zul Karami Che Musa, Zuraimi Abdul Aziz, Muhammad Naqib Mat Yunoh, & Abd Aziz Mat Hassan. (2022). *Ketagihan Permainan Dalam Talian*. CAKNAWAN.
- Mais, F. R., Rompas, S. S. J., & Gannika, L. (2020). Kecanduan game online dengan insomnia pada remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 18–27.
- Maisarah Saidin, Abdul Salaeh, Mohd Zohdi Mohd Amin, Syed Najihuddin Syed Hassan, & Adnan Mohamed Yusoff. (2021). Rawatan penagihan dadah melalui

- terapi model psikospiritual holistik berasaskan aspek ibadah: Satu kertas konsep. *International Conference And Mukhtar On Prophetic Sunnah (ICMAS 2021)*, 153–162.
- Maizatul Haizan Mahbob, & Muhammad Faiz Othman. (2020). Faktor pendorong ketagihan permainan video dalam kalangan golongan muda. *Malaysian Journal of Youth Studies*, 22(4), 50–62.
- Malik Badri. (2000). *Contemplation An Islamic Psychospiritual Study* (Second). Medeena Books.
- Mardzelah Makhsin, Ab. Halim Tamuri, Mohd. Aderi Che Noh, & Mohamad Fadhli Ilias. (2012). Hisbah Pembelajaran Kendiri dalam Pendidikan Islam. *Journal of Islamic and Arabic Education*, 4(1), 45–60.
- Mardzelah Makhsin, Mohamad Fadhli Ilias, & Mohd. Aderi Che Noh. (2014). Amalan hisbah kendiri dalam pendidikan islam : Kajian terhadap murid-murid sekolah menengah di Kedah. *The Online Journal of Islamic Education*, 2(1), 25–37.
- Mardzelah Makhsin, Nor Hasimah Ismail, Sawan @ Mohammad Syawal Narawi, Hasanah Mohd Syukri, & Mohamad Fadhli Ilias. (2021). Kecerdasan hisbah sosial dan kemenjadian murid sekolah menengah. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 6(42), 188–203.
- Martaria Rizky Rinaldi, Sekararrum Wiwied Andartono, & Erydani Anggawijayanto. (2024). Academic anxiety and online gaming addiction : The moderation effect of emotional regulation in adolescent. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan (JPTT)*, 15(3), 236–246.
- Maxwell, J. A. (2005). *Qualitative research design: An interactive approach* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Md Noor Saper. (2018). Kaunseling Islam Di Malaysia. *The 1St International Conference on Islamic Guidance and Counseling*, 1–9.
- Md Saufi Abdul Hamid. (2021). Ibadah Membina Insan Berkualiti. In *Asas Kefahaman Islam Dalam Realiti Semasa* (4th ed., pp. 77–99). Akademi Pengajian Islam Kontemporari (ACIS), Universiti Teknologi MARA (UiTM) Cawangan Kedah.
- Mega Alifa Kirana. (2023). *Qana'ah dalam perspektif al-Quran (Telaah tafsir al-Misbah karya M. Quraish Shihab)*. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri.
- Melinda Selviana. (2022). *Konsep mujahadah menurut perspektif Ibnu Qayyim Al-Jauziyyah dan relevansinya dalam pendidikan Islam*. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

- Merriam, S. B. (1998). *Qualitative Research Using Case Studies in Education* (pp. 26–43).
- Merriam, S. B. (2001). *Qualitative research and case study applications in education* (2nd ed.). Jossey-Bass Publishers.
- Merriam, S. B. (2009). *Qualitative Research A Guide to Design and Implementation*. In *Jossey-Bass* (2nd ed.).
- Mia Ambarwati, Nurhadi, & Abdul Rahman. (2022). Trash-talking pemain Mobile Legends: Bang Bang mahasiswa FKIP UNS. *Ganaya : Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 5(3), 243–255.
- Mohamad Hafifi Jamri, Jamilah Ahmad, Nurzali Ismail, & Darshan Singh. (2021). Keberkesanan media sosial dan strategi keunikannya bagi kempen bahaya penyalahgunaan dadah. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 37(3), 111–133.
- Mohammad Adam Danial Hafiz Goh, Mohd Roslan Rosnon, & Asnarulkhadi Abu Samah. (2021). Peranan modul ISRA dalam membantu kepulihan bekas klien di Kedah, Malaysia. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(7), 71–82.
- Mohammad, S., Jan, R. A., & Alsaedi, S. L. (2023). Symptoms, mechanisms, and treatments of video game addiction. *Cureus*, 15(3), 1–6.
- Mohd Arshad Yahya, & Mohd Firdaus Abdullah. (2020). Intervensi inklusif sukan terhadap murid gangguan kecelaruan tumpuan dan hiperaktif (ADHD). *Asia Pacific Journal of Educators and Education*, 35(2), 131–143.
- Mohd Azim Nural Azhan, Noor Idzana Ab Malek, & Kamarul Azmi Jasmi. (2022). Mukmin yang kuat serta sihat menurut Islam dan sains dalam sukan sunnah. *Prosiding Seminar Falsafah Sains Dan Ketamadunan*, 4(19), 317–328.
- Mohd Azul Mohamad Salleh, Arena Che Kasim, Mohd Yuszaidy Mohd Yusof, Mohamad Adli Baco, & Muhammad Nur Iman Nor Arzami. (2024). Ketagihan skrin dalam kalangan belia di Lembah Klang. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 40(1), 286–303.
- Mohd Hefzan Azmi, & Muhammad Nubli Abdul Wahab. (2019). Pembangunan model rawatan psikospiritual untuk meningkatkan ciri kepulihan orang kena pengawasan: Satu tinjauan literatur. *International Journal of Humanities Technology and Civilization (IJHTC)*, 1(5), 74–88.
- Mohd Majid Konting. (2000). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan* (5th ed.). Dewan

Bahasa dan Pustaka.

- Mohd Rushdan Mohd Jailani, & Ahmad Bukhari Osman. (2015). Integrasi terapi psikospiritual Islam dalam modul rawatan dan rehabilitasi berasaskan tc (Therapeutic community). *International Drug Prevention And Rehabilitation Conference (Prevent 2015)*, 11, 98–109.
- Mohd Syaubari Othman, & Ahmad Yunus Kassim. (2019). Kesahan dan kebolehpercayaan instrumen amalan pengajaran guru pendidikan Islam sekolah rendah di dalam mengintegrasikan kemahiran berfikir aras tinggi (kbat) menerusi pengajaran akidah. *The Online Journal of Islamic Education*, 7(1), 15–26.
- Mohd Yusra Abdullah, Mohammad Taqiuddin Mohamad, Mohd Ashrof Zaki Yaakob, Azri Bhari, Mahyuddin Khalid, & Mohd Faiz Mohamed Yusof. (2022). Penjanaaan pendapatan melalui aktiviti e-sukan menurut perspektif hukum Islam. *Al-Qanatir: International Journal of Islamic Studies*, 28(2), 12–23.
- Mohd Yusra Abdullah, Mohd Ashrof Zaki Yaakob, Azri Bhari, Mahyuddin Khalid, & Mohd Faiz Mohamed Yusof. (2022). E-sukan (Sukan elektronik) menurut perspektif Islam. *International Research Journal of Shariah, Muamalat and Islam*, 4(10), 1–19.
- Monika@Munirah Abd Razzak, Hafizah Mohd Nor, & Nik Mohd Zaim Ab. Rahim. (2023). Panduan Al-Quran dan Hadith terhadap Generasi Z bagi Mengatasi Isu dan Cabaran Media Sosial (Quranic and Hadith Guidance for Generation Z to Overcome Issues and Challenges in Social Media). *Online Journal of Research in Islamic Studies*, 10(2), 203–226.
- Muhammad, A. Y. (2017). Al-Quran as a remedy for human physical and spiritual illnesses, and social vices: Past, present and future. *Journal of Islamic Studies*, 5(2), 28–32.
- Muhammad Afiq Abd Razak, & Mohd Syukri Zainal Abidin. (2020). Psikospiritual Islam menurut perspektif maqasid al-syariah: Satu sorotan awal. *Seminar Antarabangsa Kaunseling Islam (SAKI) 2020*, 223–232.
- Muhammad Danish Rif'qi Lukman, Zuraimy Ali, Afiffudin Mohammed Noor, Noraini Ismail, Nadiyah Hashim, Che Zarrina Sa'ari, & Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip. (2023). The self-hisbah approach as an Islamic psychotherapy intervention for behavioral addiction : A literature review. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 13(6), 132–142.
- Muhammad Danish Rif'qi Lukman, Zuraimy Ali, Afiffudin Mohammed Noor, Noraini

- Ismail, Nadiyah Hashim, & Muhammad Umudee. (2024). Islamic psychospiritual as holistic therapy for online gaming addiction: Expert perspectives. *Environment-Behaviour Proceedings Journal*, 9(28), 193–199.
- Muhammad Darwis, Khairul Amri, & Hardy Reymond. (2020). Dampak dari kecanduan game online di kalangan remaja usia 15–18 tahun di Kelurahan Kayuombun. *Ristekdik (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 5(2), 228–233.
- Muhammad Haziq Ikhmal Huzairi, & Mohd Syukri Zainal Abidin. (2023). Pengaruh permainan dalam talian terhadap pelaksanaan solat pelajar sekolah menengah. *BITARA International Journal of Civilizational Studies and Human Sciences*, 6(1), 70–80.
- Muhammad Hefni Camali Al Gifari, & Muhammad Fahriza Firdaus. (2023). Manfaat puasa senin kamis untuk kesehatan pencernaan. *Jurnal Religion: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 1(6), 742–756.
- Muhammad Izzuddin Taufiq. (2006). *Panduan Lengkap & Praktis Psikologi Islam*. Gema Insani.
- Muhammad Nihaya, & Muhammad Thufail Paewai. (2023). Pengobatan Melalui Metode Al-Qur'an dan As-Sunnah dalam Islam. *Mutiara : Jurnal Penelitian Dan Karya Ilmiah*, 1(6), 294–302.
- Muhammad Taufiq Nasution. (2021). *Kecanduan game online pada kalangan remaja di Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh ditinjau menurut hukum keluarga Islam* (Vol. 50, Issue 1) [Universitas Islam Negeri (UIN) Ar-Raniry Banda Aceh].
- Muhammad Yani. (2020). *Pelaksanaan kegiatan mujahadah dalam pembentukan nilai-nilai pendidikan karakter santri di Pondok Pesantren Darul Huda Mayak Tonatan Ponorogo* [Institut Agama Islam Negeri Ponorogo].
- Muhammad Yasir, & Ade Jamaruddin. (2016). *Studi Al-Quran*. Asa Riau.
- Muraven, M., Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (1998). Self-Control as Limited Resource: Regulatory Depletion Patterns. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(3), 774–789.
- Muslihah Mazlan, Siti Nur Afiqah Shafie, & Noor Azizah Jakaria. (2021). Analisis pengamalan hisbah dalam pengurusan disiplin pelajar di Pondok Bustanul Arifin Banting Selangor. *Jurnal 'Ulwan*, 6(1), 155–171.
- Mustafa, I., Al-Zayyat, A. H., Qadir, H. A., & Al-Najjar, M. A. (2004). *Mu'jam al-wasit*. Maktabah As-Syuruq Ad-Dauliah.
- Nadzim Johan. (2019). *Penjawat awam ketagih "game online": PPIM*. Sinar Harian.

- Naoum, S. G. (2007). *Dissertation Research and Writing for Construction Students* (2nd ed.). Elsevier Ltd.
- Noor Afzaliza Nazira Ibrahim, Maizatul Haizan Mahbob, Mohd Hafifi Jamri, Mohd Sufiean Hassan, Nur Shazana Abdul Rani, & Khairi Khairuddin. (2022). Kepentingan kecerdasan emosi : Suatu pemerhatian awal. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(4), 1–8.
- Nooraini Othman, Nooraini Othman, & Siti Norayu Mohd Basir. (2013). Perbezaan personaliti psiko-spiritual dalam kalangan pelajar sekolah menengah di semenanjung Malaysia. *Journal of Human Development and Communication*, 2, 1–7.
- Nor Aizal Akmal Rohaizad. (2015). *Keberkesanan Modul Pengajaran Dan Pembelajaran Dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi Murid-Murid Prasekolah*.
- Nor Azah Abdul Aziz. (2011). Kaedah menangani stres dengan solat. *Journal of Islamic and Arabic Education*, 3(2), 1–10.
- Nor Ezdanie Omar, & Mohd Tajudin Ninggal. (2019). Teori Kaunseling Psiko-Spiritual Al-Ghazali: Suatu pendekatan alternatif dalam intervensi kaunseling. *Global Journal Al-Thaqafah*, 9(2), 69–78.
- Nor Ezdanie Omar, & Muhamad Noh Abdullah. (2020). Memahami isu kehidupan serta impak covid-19 terhadap generasi y dan z. *Malaysian Journal of Youth Studies*, 22(1), 5–15.
- Noraini Junoh, & Nor Asmira Mat Jusoh. (2018). Falsafah ibadat solat berdasarkan al-sunnah: Analisis pandangan sah wali Allah al-Dihlawi. *Journal of Fatwa Management and Research*, 13(1), 139–154.
- Norazlina Zakaria, & Noor Shakirah Mat Akhir. (2017). Theories and modules applied in Islamic counseling practices in Malaysia. *Journal of Religion and Health*, 56(2), 507–520.
- Norhafizah Musa, & Che Zarrina Sa'ari. (2019). Pendekatan psikoterapi Islam dalam menguruskan tekanan pesakit kronik. *Journal of Usuluddin*, 47(1), 1–34.
- Norshakirah Aziz, Md Jan Nordin, Said Jadid Abdulkadir, & Muhammad Muhaimin M. Salih. (2021). Digital addiction: Systematic review of computer game addiction impact on adolescent physical health. *Electronics*, 10(9), 1–18.
- Nur Shahidah Pa'ad. (2017). *Pengaruh motivasi dalam proses pembangunan diri remaja menurut perspektif Islam: Kajian di Pusat Motivasi Alihan Pelajar, Kuala*

*Lumpur* [Univesiti Malaya].

- Nur Yani Che Hussin, & Muhammad Nubli Abd Wahab. (2021). Al-Tafakur: Terapi meditasi psikospiritual dalam kaunseling. *Jurnal Al-Sirat*, 1(17), 173–182.
- Nurhafilah Musa. (2015). Penerapan konsep mas'uliyah dan amanah dalam pentadbiran awam ke arah bersih rasuah – Kajian di Majlis Perbandaran Kota Bharu- Bandaraya Islam (MPKB-BRI). *Jurnal Keputeraan*, 3, 1–29.
- Nurhafizah Mohd Sukor. (2019). *Jangan berlebihan ketika melayari game online dan media sosial*. Utusan Borneo Online.
- Nursyuhada Osman, Lian, D. K. C., & M. Khalid M. Nasir. (2025). Aktiviti waktu senggang dan hubungannya dengan pencapaian akademik pelajar sekolah. *Advances in Humanities and Contemporary Studies*, 6(1), 152–166.
- Nurul Amalia Azlikah, & Fathoni. (2025). Qana'ah dalam al-Qur'an (Studi komparatif tafsir Al Azhar dan tafsir Al Mishbah). *Jurnal Riset Multidisiplin Edukasi*, 2(2), 244–259.
- Othman Lebar. (2015). *Penyelidikan kualitatif: Pengenalan kepada teori dan metod* (2nd ed.). Penerbit UPSI.
- Park, B. W., & Ahn, J. H. (2010). Policy analysis for online game addiction problems. *System Dynamics Review*, 26(2), 117–138.
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Sage Publications.
- Paulus, F. W., Ohmann, S., Von Gontard, A., & Popow, C. (2018). Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 60(7), 645–659.
- Pejabat Mufti Wilayah Persekutuan. (2020). *PUBG: Pandangan dari sudut syarak*. Bayan Linnas (220).
- Pontes, H. M., Schivinski, B., Sindermann, C., Li, M., Becker, B., Zhou, M., & Montag, C. (2021). Measurement and conceptualization of gaming disorder according to the World Health Organization framework: the development of the gaming disorder test. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 19(2), 508–528.
- Pushpunathan, A. R., & Muhammad Adnan Pitchan. (2019). Permainan Mobile Legends dalam kalangan wanita di Hulu Langat , Selangor : Analisis terhadap faktor dan kesan. *Jurnal Wacana Sarjana*, 3(2), 1–11.
- Putri Shyarsheina Azzahra, & Resti Okta Sari. (2023). Hubungan kecanduan game

- online Mobile Legends terhadap pengelolaan emosi pada remaja “e.” *Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(2), 310–315.
- Rafeah Saidon, Siti Khadijah Ab Manan, Rosilawati Sueb, & Fairuz Nazri Abd Rahman. (2021). Islamic psycho-spiritual support model for disaster victims. *Environment-Behaviour Proceedings Journal*, 6(S15), 71–76.
- Rahmadan Arifin. (2020). Psikoterapi Islam dalam mengatasi gangguan stres di saat pandemi Covid-19. *Spiritual Healing : Jurnal Tasawuf Dan Psikoterapi*, 1(1), 33–39.
- Reitz, A. K., Zimmermann, J., Hutteman, R., Specht, J., & Neyer, F. J. (2014). How peers make a difference: The role of peer groups and peer relationships in personality development. *European Journal of Personality*, 28(3), 279–288.
- Rho, M. J., Lee, H., Lee, T. H., Cho, H., Jung, D. J., Kim, D. J., & Choi, I. Y. (2018). Risk factors for internet gaming disorder: Psychological factors and internet gaming characteristics. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(1), 1–11.
- Richard, J. (2019). The inclusion of gaming disorder in the ICD-11: Differing perspectives and interpretations. *80th Canadian Psychological Association National Convention*.
- Ridwan Syahrani. (2015). Ketergantungan online game dan penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 1(1), 84–92.
- Rika Agustina Amanda. (2016). Pengaruh game online terhadap perubahan perilaku agresif remaja di Samarinda. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 4(3), 290–304.
- Rizki Agusman. (2019). *Hubungan antara stress akademik dengan intensitas bermain game online (Studi korelasional terhadap siswa SMA PGRI 2 Padang)*. Universitas Negeri Padang.
- Roni Herdianto, & Dzikra Syahidin. (2020). Gadget and adolescent: Its effect depiction on the daily life. *Bulletin of Social Informatics Theory and Application*, 4(2), 40–51.
- Rosni Wazir, Abur Hamdi Usman, Norsaleha Mohd Saleh, Suriani Sudi, Abdul Hadi Awang, & Syamim Zakwan Rosman. (2020). Model terapi psikospiritual Islam untuk pencegahan dadah golongan berisiko menurut Al-Ghazali. In *Fakulti Pengajian Peradaban Islam (FPPI), Kolej Universiti Islam Selangor (KUIS)* (Issue 4).
- Rumpf, H. J., Achab, S., Billieux, J., Bowden-Jones, H., Carragher, N., Demetrovics,

- Z., Higuchi, S., King, D. L., Mann, K., Potenza, M., Saunders, J. B., Abbott, M., Ambekar, A., Aricak, O. T., Assanangkornchai, S., Bahar, N., Borges, G., Brand, M., Mei-Lo Chan, E., ... Poznyak, V. (2018). Including gaming disorder in the ICD-11: The need to do so from a clinical and public health perspective. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 556–561.
- Rusdin S. Rauf. (2011). *Smart Heart*. PTS Millennia Sdn. Bhd.
- Sa'id Hawwa. (1998). *Mensucikan Jiwa: Intisari Ihya 'Ulumuddin al-Ghazali*. Robbani Press.
- Sa'id Hawwa. (2011). *Mustakhlash fi Tazkiyyah al-Anfus*. Dar al-Salam.
- Safiah Abd Razak, Che Zarrina Sa'ari, & Syed Mohammad Hilmi Abdul Rahman. (2021). Muraqabah dan mahabbah menurut al-sarraj: Satu analisis menurut perspektif pembangunan rohani insan. *Jurnal Islam Dan Masyarakat Kontemporari*, 22(2), 1–15.
- Sapto Irawan, & Dina Siska W. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan game online peserta didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 7(1), 9–19.
- Sargeant, S., & Yoxall, J. (2023). Psychology and spirituality: Reviewing developments in history, method and practice. *Journal of Religion and Health*, 62(2), 1159–1174.
- Seo, M., Kang, H. S., & Chae, S. M. (2012). Emotional competence and online game use in adolescents. *CIN - Computers Informatics Nursing*, 30(12), 640–646.
- Shahirah Rafee, & Nurhikmah Mubarak Ali. (2022). Ketagihan gajet di kalangan pelajar sebuah sekolah di Pulau Pinang: Kajian kes menggunakan intervensi Tazkiyah An Nafs. *Journal Contemporary of Islamic Counselling Perspective*, 1(1), 88–102.
- Shahril Nizam Zulkipli, Ishak Suliaman, Mohd Syukri Zainal Abidin, Norazmi Anas, & Wan Kamal Nadzif Wan Jamil. (2023). Psikoterapi nabawi sebagai rawatan komplementari kejiwaan dalam menangani isu kesihatan mental. *Islamiyyat*, 45(1), 195–213.
- Shavira Tresna Ayu Puspita, & Olievia Pranbadini Mulyana. (2018). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 5(1), 1–5.
- Sherina Mohd Sidik. (2020). *Ketagihan permainan video (Video game) dan kesihatan mental pelajar*. Pejabat Pendaftar Universiti Putra Malaysia.
- Shoemaker, P. J., & Vos, T. P. (2009). *Gatekeeping theory* (1st ed.). Routledge.
- Siti Jamiaah Abdul Jalil, Yusmini Md Yusoff, & Rozmi Ismail. (2017). *Pembinaan*

- konsep sendiri dari perspektif barat dan Islam. *Jurnal Usuluddin*, 45(1), 1–26.
- Siti Noridayu Abd. Nasir, & Hazlina Abdul Halim. (2022). Pengaruh positif dan negatif dalam permainan games di internet kepada psikologi kanak-kanak. *Jurnal Ilmi*, 12, 68–83.
- Siti Nur Aafifah Hashim, & Wan Norhaniza Wan Hasan. (2022). Aplikasi kaedah pengurusan kesihatan mental psikospiritual Islam untuk sokongan talian berpusat masjid. *Malaysian Journal of Social Science*, 7(1), 30–39.
- Siti Raba'ah Hamzah, Turiman Suandi, Azimi Hamzah, & Ezhar Tamam. (2013). Pengaruh rakan sebaya ke atas tingkah laku hedonistik belia ipt di Malaysia. *Jurnal Teknologi*, 63(1), 17–23.
- Siti Zaleha Ibrahim, & Noraini Mohamad. (2023). Pelaksanaan solat Sunat dalam kalangan mahasiswa institusi pengajian tinggi Islam. (*Nternational Conference on Syariah & Law 2023 (ICONSYAL 2023)*), 185–191.
- Solhal Huda Sahidan. (2021). Adab menuntut ilmu: Pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran norma baharu. *International Conference On Syariah & Law 2021(ICONSYAL 2021)-Online Conference*, 1–12.
- Spekman, M. L. C., Konijn, E. A., Roelofsma, P. H. M. P., & Griffiths, M. D. (2013). Gaming addiction, definition and measurement: A large-scale empirical study. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2150–2155.
- Sri Ayu Irawati. (2023). Sekolah Inklusi antara Kenyataan dan Realita. *DIKMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 03(2), 354–362.
- Subrahmanyam, K., & Lin, G. (2007). Adolescents on the net: Internet use and well-being. *Adolescence*, 42(168), 659–677.
- Suhaya Deraman, Salasiah Hanin Hamjah, Ahmad Irdha Mokhtar, & Mohamad Izzat Emir Ghazali. (2017). Persepsi msyarakat terhadap keperluan perkhidmatan kaunseling spiritual. *Islamiyyat: The International Journal Of Islamic Studies*, 39(1), 57–65.
- Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia. (2019). *Berita tidak benar terus belenggui rakyat Malaysia*. Bernama.
- Suruhanjaya Komunikasi dan Multimedia Malaysia. (2022). *Internet users survey*. Malaysian Communications and Multimedia Commission.
- Tantri Widyarti Utami, & Atik Hodikoh. (2020). Kecanduan game online berhubungan dengan penyesuaian sosial pada remaja. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 17–22.
- Taş, İ. (2017). Relationship between internet addiction, gaming addiction and school

- engagement among adolescents. *Universal Journal of Educational Research*, 5(12), 2304–2311.
- Teuku Andi Syahputra, Ariza Farizca, & Syahrizal. (2022). Hubungan adiksi game online terhadap spiritualitas pelajar. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 5(2), 11–16.
- Triyo Supriyatno, & Wan Mamat. (2019). Amalan Akhlak Kepala SD Islam Di Malang Melalui Muraqabah, Muhasabah Dan Mujahadah. *Progresiva : Jurnal Pemikiran Dan Pendidikan Islam*, 8(1), 12–24.
- Walther, B., Morgenstern, M., & Hanewinkel, R. (2012). Co-occurrence of addictive behaviours: Personality factors related to substance use, gambling and computer gaming. In *European Addiction Research* (Vol. 18, Issue 4).
- Wan Fatimah Zahra' Wan Yusoff, & Mohd Zohdi Mohd Amin. (2020). Kesan terapi psiko-spiritual Islam terhadap kesihatan rohani : Satu tinjauan kajian. *Proceedings of the 7th International Prophetic Conference (SWAN) 2020*, 561–571.
- Wan Mohd Yusoff Wan Yaccob, Nur Haryani Zakaria, & Zahurin Mat Aji. (2021). Identification of factors contributing to online game addiction among adolescents. *Journal of Information and Communication Technology*, 20(4), 565–597.
- Wan Muhammad Iskandar Firdaus Wan Ahmad, Siti Munirah Mohd, Amelia Natasya Abdul Wahab, Nurhidaya Mohamad Jan, Shafinah Kamarudin, & Hatika Kaco. (2022). Permainan dalam talian : Trend kini di kalangan murid sekolah menengah di Malaysia. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*, 7(45), 492–500.
- Wang, Q., Ren, H., Long, J., Liu, Y., & Liu, T. (2019). Research progress and debates on gaming disorder. *General Psychiatry*, 32(3), 1–6.
- Wang, X., Abdelhamid, M., & Sanders, G. L. (2021). Exploring the effects of psychological ownership, gaming motivations, and primary/secondary control on online game addiction. *Decision Support Systems 2021*, 144, 1–42.
- Wanpen, W., Itsarapong, P., Gornnum, S., & Yunibhand, J. (2022). Development of a Thai gaming disorder scale for children and adolescents. *Journal of Health Research*, 36(6), 1047–1057.
- Wardatul Hayat Adnan, & Ateefa Azairi. (2021). A systematic review on online gaming addiction and student's behaviour in gaming: The case of PlayerUnknown's Battlegrounds (PUBG). *Forum Komunikasi*, 16(2), 21–39.
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet addiction or excessive internet use.

- American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277–283.
- Winda Sri Harianti, Rafifah Huwaida, Nindya Sekar Adriwiguna, & Hazhira Qudsyi. (2022). Muraqabah intensification therapy (MIT): An alternative Islamic therapy for social media addiction. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 11(1), 38–46.
- World Health Organization. (2018). *Addictive behaviours: Gaming disorder*.
- World Health Organization. (2020). *Addictive behaviour : Gaming disorder*.
- Xu, Z., Turel, O., & Yuan, Y. (2012). Online game addiction among adolescents: Motivation and prevention factors. *European Journal of Information Systems*, 21(3), 321–340.
- Yasir Abdul Rahman. (2014). Implementasi konsep muahadah mujahadah, muraqabah, muhasabah dan mu'aqabah dalam layanan customer. *Jurnal Ekonomi Dan Bisnis Islam*, VIII(2), 123–134.
- Yayman, E., & Bilgin, O. (2020). Relationship between social media addiction, game addiction and family functions. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 9(4), 979–986.
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyberpsychology & Behavior : The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society*, 9(6), 772–775.
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *American Journal of Family Therapy*, 37(5), 355–372.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237–244.
- Yusnizal Firdaus, Yulia Pebrianti, & Titi Andriyani. (2018). Pengaruh kecanduan game online terhadap perilaku konsumtif siswa pengguna game online. *Jurnal Riset Terapan Akuntansi*, 36(5), 169–180.
- Zaenal Arifin. (2017). Kriteria instrumen dalam suatu penelitian. *Jurnal Theorems (the Original Research of Mathematics)*, 2(1), 28–36.
- Zanaton Iksan, Salasiah Hanin Hamjah, Tengku Intan Zarina Tengku Puji, & Mohd Noor Saper. (2016). Kualiti ilmu berasaskan kesahan dan kebolehpercayaan data dalam penyebaran ilmu Islam : Perbincangan berasaskan kajian kualitatif. *Jurnal Hadhari*, 8(1), 13–30.
- Zulkiple Abd. Ghani, & Nor Salimah Abu Mansor. (2006). Penghayatan agama sebagai asas pembangunan pelajar : Analisis terhadap beberapa pandangan al-Imam al-

Ghazali. *National Student Development Conference (NASDEC)*, 1–19.

Zuridan Mohd Daud. (2010). *Penyucian Jiwa*. Must read Sdn. Bhd.

## **LAMPIRAN**

## **LAMPIRAN 1**

### **Protokol Temu Bual Kajian Master 2023**

#### **Tajuk kajian:**

Integrasi Psikospiritual Islam Dan Konsep Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian

#### **Tujuan temu bual:**

Mendapatkan maklumbalas dan pandangan daripada pakar dan pihak yang berkepentingan berkaitan masalah ketagihan permainan dalam talian dalam kalangan masyarakat Malaysia, pendekatan hisbah kendiri yang boleh diaplikasikan dalam mengatasi masalah ketagihan permainan dalam talian dan elemen psikospiritual yang boleh diintegrasikan dengan teori hisbah kendiri.

#### **A. Latar Belakang Responden**

1. Latar belakang pendidikan, sejarah perkhidmatan, sejarah penglibatan dalam pengendalian masalah berkaitan ketagihan tingkah laku/ hisbah kendiri (kawalan diri)/ intervensi psikospiritual islam.

#### **B. Pandangan Terhadap Masalah Ketagihan Tingkah Laku**

1. Apakah yang dimaksudkan ketagihan tingkah laku dan bentuk ketagihan tingkah laku yang semakin serius dalam kalangan masyarakat Malaysia pada hari ini ?

#### **C. Pandangan Terhadap Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian**

1. Apakah yang dimaksudkan ketagihan permainan dalam talian dan apakah simptom yang menunjukkan bahawa seseorang sedang mengalami ketagihan permainan dalam talian ?
2. Apakah faktor ketagihan permainan dalam talian dan adakah faktor jantina mempengaruhi ketagihan permainan dalam talian ?
3. Adakah ketagihan permainan dalam talian merupakan isu kritikal pada hari ini dan apakah contoh-contoh kes ketagihan permainan dalam talian yang pernah dikendalikan?

**D. Pandangan Terhadap Langkah–Langkah Mengatasi Masalah Atau Perawatan Ketagihan Permainan Dalam Talian**

1. Apakah langkah-langkah atau perawatan yang boleh dilakukan oleh individu sekiranya mengalami ketagihan permainan dalam talian ?
2. Siapakah pihak yang boleh mengendalikan perawatan ketagihan permainan dalam talian dan sejauh mana perawatan yang dijalankan berkesan dalam menangani ketagihan permainan dalam talian ?
3. Apakah langkah - langkah kawalan sendiri yang boleh dilaksanakan bagi seseorang individu yang mengalami ketagihan permainan dalam talian ?

**E. Pandangan Terhadap Pendekatan Hisbah Kendiri**

1. Apakah yang dimaksudkan dengan hisbah kendiri (kawalan diri) dan bagaimanakah kaedah hisbah kendiri (kawalan diri) dalam Islam ?
2. Bagaimanakah hisbah kendiri berperanan dalam kehidupan seorang muslim ?

**F. Pandangan Terhadap Hisbah Kendiri Sebagai Langkah Perawatan Dalam Masalah Psikologi**

1. Sejauh mana proses hisbah kendiri boleh membina kekuatan kawalan sendiri seseorang individu yang mengalami masalah psikologi?

**G. Pandangan Terhadap Implimentasi Psikospiritual Islam Dalam Psikologi**

1. Apakah yang dimaksudkan dengan psikospiritual Islam dan psiko terapi Islam dan apakah perbezaan di antara keduanya dan apakah pendekatan-pendekatan yang terdapat dalam psikospiritual Islam yang boleh digunakan dalam pelaksanaan psikoterapi?
2. Adakah terapi psikospiritual mampu merawat penyakit rohani dan jasmani ?

**H. Pandangan Terhadap Psikospiritual Islam Sebagai Kaedah Perawatan Masalah Ketagihan Tingkah Laku**

1. Apakah pandangan Islam dan bagaimanakah Islam menghadapi masalah ketagihan tingkah laku ?
2. Apakah kaedah–kaedah perawatan masalah ketagihan tingkah laku yang terdapat di dalam psikospiritual Islam ?
3. Bagaimanakah pendekatan terapi psikospiritual Islam dapat menjadi satu

galakan kepada mereka yang bermasalah untuk melibatkan diri dalam proses perawatan?

### **I. Pandangan Terhadap Psikospiritual Islam Sebagai Terapi Ketagihan Permainan Dalam Talian**

1. Adakah psikospiritual Islam boleh digunakan dalam merawat ketagihan permainan dalam talian dan apakah elemen- elemen psikospiritual Islam yang boleh diaplikasikan dalam perawatan ketagihan permainan dalam talian ?
2. Adakah terdapat alternatif lain bagi menangani masalah ketagihan permainan dalam talian menurut perspektif Islam?

### **J. Pandangan Terhadap Integrasi Psikospiritual Islam Dan Teori Hisbah Kendiri**

1. Apakah amalan @ pendekatan psikospiritual yang boleh diintegrasikan atau diaplikasikan dengan konsep hisbah sendiri ?
  - Musyaratah – Berazam menjauhi kemungkaran
  - Muraqabah – Waspada dari terjebak dengan kemungkaran
  - Muhasabah – Analisis tindakan dan amalan
  - Mu'aqabah – Menghukum diri atas tindakan dan amalan
  - Mujahadah – Berjuang menjauhi kemungkaran
  - Mu'atabah – Menyesali diri

### **K. Penutup**

1. Pandangan dan komen terhadap kajian ?

## LAMPIRAN 2

### Kesahan Protokol Temu Bual Kajian

#### BORANG MAKLUM BALAS PAKAR UNTUK KESAHAN PROTOKOL TEMUBUAL KAJIAN

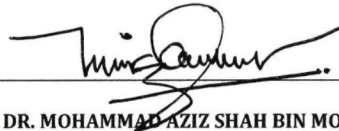
##### TAJUK KAJIAN :

Elemen Psikospiritual Islam dan Teori Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian

| SOALAN   | NO    | ULASAN PAKAR        |
|----------|-------|---------------------|
| SOALAN 1 | i.    | Baik dan memenuhi.  |
|          | ii.   |                     |
|          | iii.  |                     |
| SOALAN 2 | i.    | Baik dan memadai.   |
|          | ii.   |                     |
| SOALAN 3 | i.    | Baik dan memuaskan  |
|          | ii.   |                     |
|          | iii.  |                     |
|          | iv.   |                     |
|          | v.    |                     |
|          | vi.   |                     |
|          | vii.  |                     |
|          | viii. |                     |
| SOALAN 4 | i.    | Sudah yg memuaskan. |
|          | ii.   |                     |
|          | iii.  |                     |
|          | iv.   |                     |
|          | v.    |                     |
|          | vi.   |                     |
|          | vii.  |                     |
| SOALAN   | NO    | ULASAN PAKAR        |
| SOALAN 5 | i.    | Baik dan memadai    |
|          | ii.   |                     |

Pandangan dan Komen :

kesedaran protokol jenayah  
baik dan dapat mengesah persoalan kaji.



(PROF DR. MOHAMMAD AZIZ SHAH BIN MOHAMED ARIP)

17/1/2023

Tarikh :

Cop Jawatan :

PROF. DR. MOHAMMAD AZIZ SHAH MOHAMED ARIP  
Jabatan Psikologi dan Kaunseling  
Fakulti Pembangunan Manusia  
Universiti Pendidikan Sultan Idris  
35900 Tanjong Malim, Perak, Malaysia

### LAMPIRAN 3

#### Kesahan Pilot Study

Tarikh:  
No Rujukan:

Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Tuan,

#### **PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (*CONTENT VALIDITY*) BAGI TUJUAN KAJIAN IJAZAH SARJANA**

Dengan segala hormatnya, merujuk kepada perkara di atas.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak tuan pada 7 Februari 2023 berkenaan kajian bertajuk "ketagihan tingkah laku dan ketagihan permainan dalam talian"
  3. Sehubungan itu, pihak saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan kepada pihak tuan pada tempoh hari dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, pihak saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui
  5. Pihak tuan boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal akademik pihak tuan. Namun, hendaklah dibuat dengan etika maklumat yang telah diberikan, pihak saya mendoakan agar urusan pengajian tuan berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan
  6. Di atas perhatian dan kerjasama tuan dalam perkara ini didahului dengan ucapan ribuan terima kasih.
- Sekian,

*Disahkan*  
*Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman*  
*29/2/2024*

## LAMPIRAN 4

### Research Ethic

|                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>PEJABAT TIMBALAN REKTOR</b><br>Bahagian Penyelidikan, Jaringan Industri,<br>Masyarakat, Alumni & Keusahawanan<br>Universiti Teknologi MARA<br>Cawangan Perlis<br>02600 Arau<br>Tel : (+604) 9882302/2029/2017/2302 | <b>Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis</b><br><b>Kampus Arau</b><br>02600 Arau, Perlis, MALAYSIA<br>Tel.: (+604) 988 2000 / 2999 / 3000 Faks: (+604) 988 2019<br>Laman Web: <a href="http://perlis.uitm.edu.my">http://perlis.uitm.edu.my</a> |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|

Our ref : 600-UiTMPs (PJIM&A/UPK- REC-END 10/2023)

Date : 23 Mac 2023

**Noraini Binti Ismail**  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA  
02600 Arau PERLIS

Dear Sir,

**ENDORSEMENT LETTER - UiTM RESEARCH ETHICS COMMITTEE**

Thank you for submitting your research proposal to Branch Ethical Research Committee of UiTM Perlis. After considering your application, the Committee endorse your proposal entitled ***"Model Intervensi Psikospiritual Islam Berasaskan Teori Hisbah Kendiri Bagi Menangani Ketagihan Permainan Dalam Talian"***.

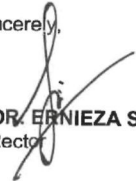
Details of the endorsement are as follows:

|                              |                            |
|------------------------------|----------------------------|
| <b>Ref. number:</b>          | REC-END 10/2023            |
| <b>Endorsement date:</b>     | 22/3/2023                  |
| <b>Authorised personnel:</b> | 1. Pn Noraini Binti Ismail |

This endorsement is meant to verify the research ethical application from the system of Research Ethics Depository (RED). The application had been checked by the UiTM Branch Ethical Research Committee of UiTM Perlis and can be proceed on the next step of the ethical approval procedure.

If you require further information, please contact REC Secretariat at 04-988 2509 or email at [nurulfarha@uitm.edu.my](mailto:nurulfarha@uitm.edu.my)

Yours sincerely,



**Ts. Gs. DR. ERNIEZA SUHANA MOKHTAR**  
Deputy Rector

2. Penyelidik Bersama  
Co-Researcher

|                                                                    |                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Nama :</b><br><i>Name :</i>                                     | MUHAMMAD DANISH RIF'QI BIN LUKMAN                                                     |
| <b>No. Staf/No. Pelajar :</b><br><i>Staff ID /Student ID :</i>     | 2022239156                                                                            |
| <b>Jawatan / Kepakaran :</b><br><i>Position / Specialisation :</i> | Graduate Research Assistant                                                           |
| <b>Jabatan :</b><br><b>Affiliation :</b>                           | Bilik B0-42<br>Bangunan Al-Farabi 1<br>UiTM Cawangan Perlis<br>2600 ,Arau ,<br>Perlis |
| Telefon Pejabat / Bimbit:<br><i>Office /Mobile Phone :</i>         | 049882494 / 01111433989                                                               |
| Emel:<br><i>Email :</i>                                            | 2022239156@student.uitm.edu.my                                                        |

## LAMPIRAN 5

### Kesahan Kandungan Temu Bual

Tarikh: 7/8/2024

No Rujukan:

Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Tuan,

#### PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (*CONTENT VALIDITY*) BAGI TUJUAN KAJIAN IJAZAH SARJANA

Dengan segala hormatnya, merujuk kepada perkara di atas.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak tuan pada 26 September 2023 berkenaan kajian bertajuk "Integrasi Psikospiritual Islam Dan Teori Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian."

3. Sehubungan itu, pihak saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan kepada pihak tuan pada tempoh hari dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, pihak saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui

5. Pihak tuan boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal akademik pihak tuan. Namun, hendaklah dibuat dengan etika maklumat yang telah diberikan, pihak saya mendoakan agar urusan pengajian tuan berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan

6. Di atas perhatian dan kerjasama tuan dalam perkara ini didahului dengan ucapan ribuan terima kasih.

Sekian,

Yang benar

  
DR. MOHD MANAWI MOHD AKB  
Ketua Program Pengajian  
Pengajian Al-Quran dan Al-Sunnah  
Fakulti Pengajian Islam  
Universiti Kebangsaan Malaysia

Tarikh:  
No Rujukan:

Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Tuan,

**PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (*CONTENT VALIDITY*) BAGI TUJUAN  
KAJIAN IJAZAH SARJANA**

Dengan segala hormatnya, merujuk kepada perkara di atas.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak tuan pada 24 Ogos 2023 berkenaan kajian bertajuk "Integrasi Psikospiritual Islam Dan Teori Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian."
3. Sehubungan itu, pihak saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan kepada pihak tuan pada tempoh hari dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, pihak saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui
4. Pihak tuan boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal akademik pihak tuan. Namun, hendaklah dibuat dengan etika maklumat yang telah diberikan, pihak saya mendoakan agar urusan pengajian tuan berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan
5. Di atas perhatian dan kerjasama tuan dalam perkara ini didahului dengan ucapan ribuan terima kasih.

Sekian,

Yang benar,



PROFESOR DR. CHE ZARRINA BINTI SA'ARI  
PROFESOR  
JABATAN AKIDAH DAN PEMIKIRAN ISLAM  
AKADEMI PENGAJIAN ISLAM, UNIVERSITI MALAYA  
50603 KUALA LUMPUR

Tarikh:  
No Rujukan:

Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Tuan,

**PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (*CONTENT VALIDITY*) BAGI TUJUAN  
KAJIAN IJAZAH SARJANA**

Dengan segala hormatnya, merujuk kepada perkara di atas.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak tuan pada 26 September 2023 berkenaan kajian bertajuk "Integrasi Psikospiritual Islam Dan Teori Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian."

3. Sehubungan itu, pihak saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan kepada pihak tuan pada tempoh hari dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, pihak saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui.

5. Pihak tuan boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal akademik pihak tuan. Namun, hendaklah dibuat dengan etika maklumat yang telah diberikan, pihak saya mendoakan agar urusan pengajian tuan berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan.

6. Di atas perhatian dan kerjasama tuan dalam perkara ini didahului dengan ucapan ribuan terima kasih.

Sekian,

Yang benar,



(DR. ARENA CHE KASIM)

Tarikh: 22 Januari 2023

No Rujukan:

Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Tuan,

**PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (*CONTENT VALIDITY*) BAGI TUJUAN  
KAJIAN IJAZAH SARJANA**

Dengan segala hormatnya, merujuk kepada perkara di atas.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak tuan pada 18 Oktober 2023 berkenaan kajian bertajuk "Integrasi Psikospiritual Islam Dan Teori Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian."
3. Sehubungan itu, pihak saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan kepada pihak tuan pada tempoh hari dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, pihak saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui
4. Pihak tuan boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal akademik pihak tuan. Namun, hendaklah dibuat dengan etika maklumat yang telah diberikan, pihak saya mendoakan agar urusan pengajian tuan berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan

5. Di atas perhatian dan kerjasama tuan dalam perkara ini didahului dengan ucapan ribuan terima kasih.

Sekian,

Yang Benar,



Prof. Madya Dr. Nor Azah Abdul Aziz  
Fakulti Komputeran dan Meta Teknologi  
Universiti Pendidikan Sultan Idris  
35900 Tanjong Malim Perak, Malaysia

Tarikh: 22 Januari 2023

No Rujukan:

Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Tuan,

**PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (*CONTENT VALIDITY*) BAGI TUJUAN  
KAJIAN IJAZAH SARJANA**

Dengan segala hormatnya, merujuk kepada perkara di atas.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak tuan pada 24 Ogos 2023 berkenaan kajian bertajuk "Integrasi Psikospiritual Islam Dan Teori Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian."
3. Sehubungan itu, pihak saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan kepada pihak tuan pada tempoh hari dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, pihak saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui
5. Pihak tuan boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal akademik pihak tuan. Namun, hendaklah dibuat dengan etika maklumat yang telah diberikan, pihak saya mendoakan agar urusan pengajian tuan berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan
6. Di atas perhatian dan kerjasama tuan dalam perkara ini didahului dengan ucapan ribuan terima kasih.

Sekian,

  
**DR. SHARIFAH BASRAH BINTI SYED MUHSIN**  
Pensyarah Kanan  
Jabatan Akidah dan Pemikiran Islam  
Akademi Pengajian Islam  
Universiti Malaya  
50603 Kuala Lumpur

**Disahkan**

Tarikh: 29 Julai 2024

No Rujukan:

Muhammad Danish Rif'qi Bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Tuan,

**PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (*CONTENT VALIDITY*) BAGI TUJUAN KAJIAN IJAZAH SARJANA**

Dengan segala hormatnya, merujuk kepada perkara di atas.

2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak tuan pada 23 Ogos 2023 berkenaan kajian bertajuk "Integrasi Psikospiritual Islam Dan Teori Hisbah Kendiri Dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian."

3. Sehubungan itu, pihak saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan kepada pihak tuan pada tempoh hari dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, pihak saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui

5. Pihak tuan boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal akademik pihak tuan. Namun, hendaklah dibuat dengan etika maklumat yang telah diberikan, pihak saya mendoakan agar urusan pengajian tuan berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan

6. Di atas perhatian dan kerjasama tuan dalam perkara ini didahului dengan ucapan ribuan terima kasih.

Sekian,

Yang benar,



**Profesor Madya Dr Rusdi bin Abd Rashid**  
Ketua  
Pusat Kajian Sains Ketagihan Universiti Malaya/  
*University Malaya Centre for Addiction Science Studies (UMCAS)*

Ruj. Kami : USM/ISDEV/TEMUBUAL/01  
Tarikh : 30 September 2025

Muhammad Danish Rif'qi bin Lukman  
Pelajar Ijazah Sarjana Pengajian Islam Kontemporari  
Akademi Pengajian Islam Kontemporari  
Universiti Teknologi MARA Cawangan Perlis  
02600, Arau Perlis

Saudara,

**PENGESAHAN KANDUNGAN MAKLUMAT (CONTENT VALIDITY) BAGI TUJUAN KAJIAN  
IJAZAH SARJANA**

Dengan hormatnya perkara di atas adalah dirujuk.

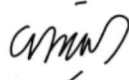
2. Sukacita dimaklumkan bahawa saya telah menerima kunjungan temubual dari pihak saudara pada 31 Oktober 2023 berkenaan kajian bertajuk "*Integrasi Psikospiritual Islam dan Teori Hisbah Kendiri dalam Menangani Masalah Ketagihan Permainan Dalam Talian*."
3. Sehubungan itu, saya ingin mengesahkan ketepatan maklumat yang disampaikan dalam sesi kunjungan dan mengakui transkripsi temubual tersebut tidak mempunyai percanggahan maklumat. Namun, saya telah membuat pindaan terus bagi maklumat dalam transkripsi temubual yang tidak dipersetujui.
4. Saudara boleh mengguna pakai maklumat yang diberikan bagi tujuan kajian Ijazah Sarjana dan hal-hal berkaitan akademik. Namun, hendaklah dilakukan dengan penuh integriti dan etika maklumat yang telah ditetapkan.

Akhir kata, saya mendoakan agar urusan pengajian saudara berjalan dengan lancar dan beroleh kejayaan cemerlang, insyaAllah.

Sekian, terima kasih.

**"MALAYSIA MADANI"**  
**"BERKHIDMAT UNTUK NEGARA"**

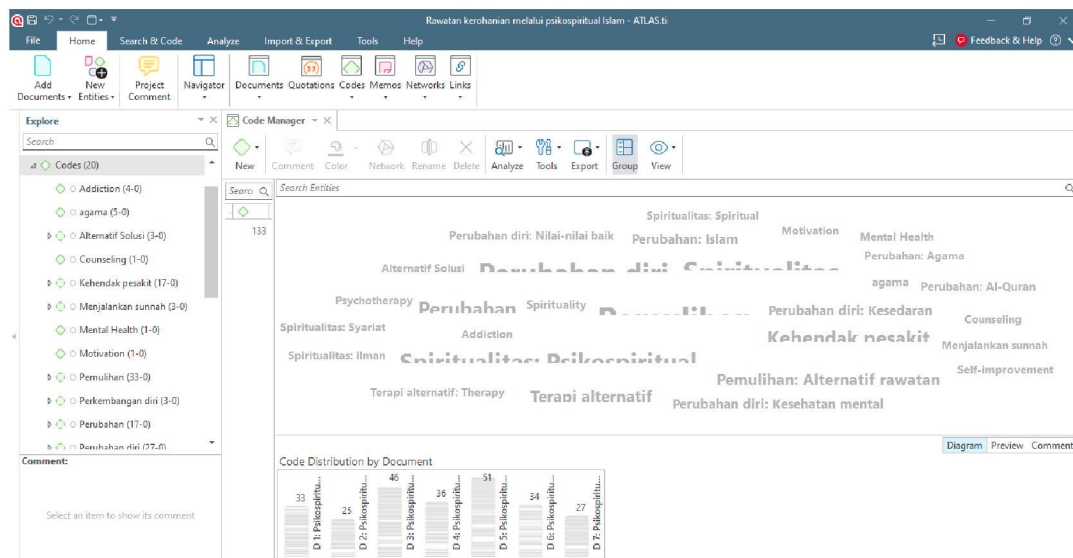
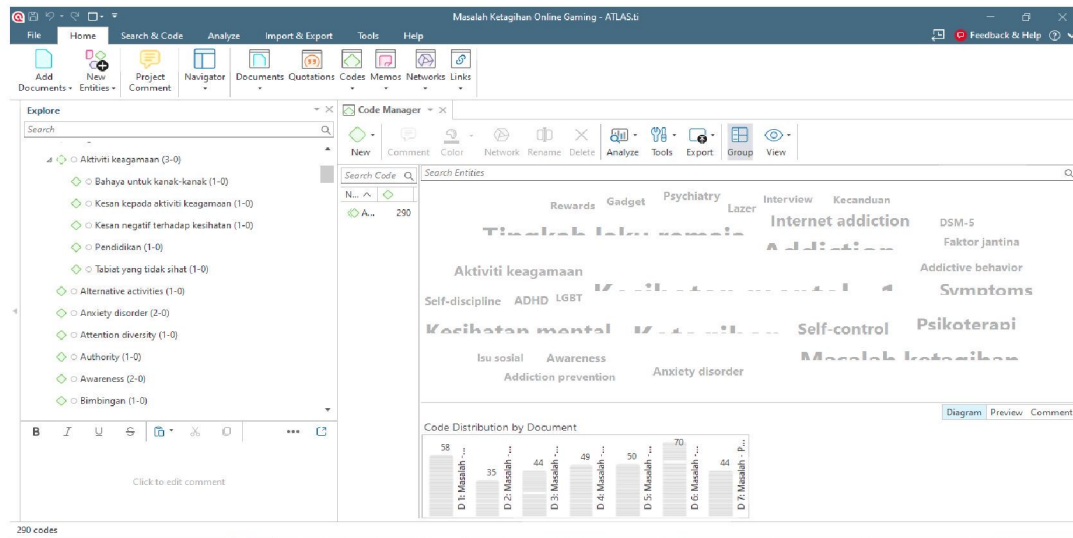
Saya yang menjalankan amanah,



(DR. AZRIN IBRAHIM)

## LAMPIRAN 6

### Proses Data Analisis Tematik Menggunakan Atlas T.I



## LAMPIRAN 7

### Informan Temu Bual

| BIL | NAMA                                             | JAWATAN                                                                                                                                                                                                         | KEPAKARAN                                                                                                                                                                                |
|-----|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1   | Profesor Dr. Mohammad Aziz Shah bin Mohamed Arip | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah di Jabatan Psikologi &amp; Kaunseling (Bimbingan dan Kaunseling), Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI)</li> <li>- Psikologis berdaftar</li> </ul>       | Neo-Cognitive Behavioral Therapy, Art Drawing – House Tree Person, Mindfulness Therapy, Modul Development and Testing.                                                                   |
| 2   | Profesor Dr. Che Zarrina binti Sa'ari            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah di Akademi Pengajian Islam, Jabatan Usuluddin dan Da'wah, Universiti Malaya (UM)</li> <li>- Psikologis berdaftar</li> </ul>                                  | Tasawuf, Psikologi Islam, Psikoterapi Islam, Pemikiran Islam, Etika Islam, Perbandingan Agama, Aqidah                                                                                    |
| 3   | Professor Madya Dr. Nor Azah binti Abdul Aziz    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah di Jabatan Sains Komputer Dan Teknologi Digital, Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI)</li> <li>- Psikologis berdaftar</li> </ul>                        | Teknologi Maklumat – Multimedia, Psikospiritual Islam                                                                                                                                    |
| 4   | Profesor Madya Dr. Rusdi bin Abd Rashid          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah Kanan, Jabatan Perubatan Psikologi, Universiti Malaya</li> <li>- Ketua Pusat Kajian Sains Ketagihan, Universiti Malaya (UM)</li> <li>- Psikiatris</li> </ul> | Cannabidiol untuk Kegunaan Ubat, Pergantungan dan Rawatan Perangsang Jenis Amphetamine: Ejen Farmakoterapi, Peningkatan Spiritual terhadap Penagihan Dadah dan Program Pemulihan, Kratom |

| BIL | NAMA                                   | JAWATAN                                                                                                                                                                          | KEPAKARAN                                                                                                   |
|-----|----------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5   | Dr. Arena binti Che Kasim              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah Kanan di Pusat Kajian Psikologi dan Kesejahteraan Manusia, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM)</li> </ul>                    | Psikospiritual Islam, Etika dan Moral                                                                       |
| 6   | Dr. Azrin binti Ibrahim                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah, Pusat Kajian Pengurusan Pembangunan Islam (ISDEV), Universiti Sains Malaysia (USM)</li> </ul>                                | Pendidikan dan Pembangunan, Pembangunan Insan, Etika dan Profesionalisme, Islamisasi Ilmu, Pendidikan Islam |
| 7   | Dr. Sharifah Basirah binti Syed Muhsin | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah di Akademi Pengajian Islam, Jabatan Usuluddin dan Da'wah, Universiti Malaya (UM)</li> <li>- Psikologis berdaftar</li> </ul>   | Tasawuf, Psikospiritual Islam, Etika Islam, Psikologi Agama, Moral                                          |
| 8   | Dr. Mohd Manawi bin Mohd Akib          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Pensyarah Kanan, Pusat Kajian Al-quran &amp; Al-sunnah, Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM)</li> <li>- Psikologis Berdaftar</li> </ul> | Keagamaan – Tafsir al-Quran, Akidah, Akhlak, Psikospiritual Islam                                           |

**LAMPIRAN 8**  
**Sijil Penglibatan Konferens**



# **AcE-Bs2024Langkawi**

<https://www.amerabra.org>

**12th ASIAN Conference on Environment-Behaviour Studies**  
Holiday Villa Resort & Spa, Langkawi Island, Malaysia, 01-03 Mar 2024

## *Certificate of Appreciation*

*Is hereby awarded to*

**Muhammad Danish Rif'qi Lukman**

Academy of Contemporary Islamic Studies, Universiti Teknologi MARA, Perlis Branch, Arau Campus, 02600, Arau, Perlis, Malaysia.

*In recognition as*

**Oral Presenter (Virtual)**

Paper Title:

***Islamic Psychospiritual as Holistic Therapy for Online Gaming Addiction: Expert perspective***



**Prof. Dr. Mohamed Yusoff Abbas**  
Chair, AcE-Bs2024Langkawi



**Prof. Dr. Masran Saruwono**  
Co-Chair, AcE-Bs2024Langkawi

*Another international conference organised by:*



**Association of Malaysian Environment-Behaviour Researchers**  
Centre for Environment-Behaviour Studies, College of Built Environment, UTM, Malaysia

*Secretariat:*



**AMER Event Management & Services**  
X2-26-A, Blok K, Pusat Komersial Seksyen 7, 40000 Shah Alam, Selangor, D.E., Malaysia  
[acebs2024langkawi@gmail.com](mailto:acebs2024langkawi@gmail.com); [cebsuitm@gmail.com](mailto:cebsuitm@gmail.com)

## LAMPIRAN 9

### Surat Permohonan Hak Cipta daripada Perbadanan Harta Intelekt Malaysia (MyIPO)



#### AKTA HAK CIPTA 1987

PERATURAN-PERATURAN HAK CIPTA (PEMBERITAHUAN SUKARELA) 2012

#### SIJIL PEMBERITAHUAN HAK CIPTA [Subperaturan 8(2)]

No. Pemberitahuan : CRLY2024P06847  
Tajuk Karya : KERANGKA INTEGRASI AMALAN  
PSIKOSPIRITUAL ISLAM DAN KONSEP HISBAH  
KENDIRI BAGI MENANGANI KETAGIHAN  
PERMAINAN DALAM TALIAN  
Kategori Karya : SASTERA  
Tarikh Pemberitahuan : 21 OKTOBER 2024  
Tarikh Karya Dicipta : 01 SEPTEMBER 2024

Saya dengan ini mengesahkan di bawah Akta Hak Cipta 1987 [Akta 332] dan Peraturan-Peraturan Hak Cipta (Pemberitahuan Sukarela) 2012 bahawa karya hak cipta dengan No. Pemberitahuan seperti di atas bagi pemohon **UNIVERSITI TEKNOLOGI MARA CAWANGAN PERLIS** sebagai **PEMUNYA** dan **MUHAMMAD DANISH RIF'QI BIN LUKMAN** (991117035419), **ZURAIMY BIN ALI** (821120095015), **AFIFFUDIN BIN MOHAMMED NOOR** (840903026001), **NADIYAH BINTI HASHIM** (801121086526), **CHE ZARRINA BINTI SA'ARI** (670102035056), **NORAINI BINTI ISMAIL** (760108025050) sebagai **PENCIPTA** telah didaftarkan ke dalam Daftar Hak Cipta menurut seksyen 26B Akta Hak Cipta 1987 [Akta 332].

**KAMAL BIN KORMIN**  
**PENGAWAL HAK CIPTA**  
**MALAYSIA**



(Agensi di bawah Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Kos Sara Hidup)

## PROFIL PENULIS



Muhammad Danish Rif'qi Lukman memperoleh Ijazah Sarjana Muda Pengajian Islam (Kepujian) di Universiti Islam Antarabangsa Tuanku Syed Sirajuddin (UniSIRAJ). Beliau pernah berkhidmat sebagai Guru Ganti di beberapa buah sekolah. Antaranya ialah Sekolah Kebangsaan Stella Maris, Kangar, Sekolah Kebangsaan Kampong Salang, Kangar, Sekolah Kebangsaan Mentuan, Kota Bharu. Beliau pernah berkhidmat sebagai Pembantu Penyelidik Pascasiswazah di Universiti Teknologi MARA cawangan Perlis. Beliau juga dilantik sebagai Pesuruhjaya Ibu Pejabat Negeri (Anugerah Remaja Perdana Rakan Muda), Persekutuan Pengakap Malaysia, negeri Kelanasiswa Malaysia, Institusi Pengajian Tinggi Awam dan Swasta (2023-Sekarang). Sehingga kini, beliau telah menghasilkan penulisan jurnal yang diterbitkan dan dibentangkan di peringkat kebangsaan dan juga antarabangsa. Beliau boleh dihubungi melalui email [nishrifqi@gmail.com](mailto:nishrifqi@gmail.com). Berikut merupakan senarai penerbitan, kursus, hak cipta, pencapaian dan penglibatan beliau.

### **Senarai Penerbitan:**

Muhammad Danish Rif'qi Lukman, Zuraimy Ali, Afiffudin Mohammed Noor, Noraini Ismail, Nadiyah Hashim, & Muhammad Umudee. (2024). Islamic psychospiritual as holistic therapy for online gaming addiction: Expert perspectives. *Environment-Behaviour Proceedings Journal*, 9(28), 193–199

Muhammad Danish Rif'qi Lukman, Zuraimy Ali, Afiffudin Mohammed Noor, Noraini Ismail, Nadiyah Hashim, Che Zarrina Sa'ari, & Mohammad Aziz Shah Mohamed Arip. (2023). The self-hisbah approach as an Islamic psychotherapy intervention for behavioral addiction : A literature review. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 13(6), 132–142.

#### **Lain-Lain Penerbitan:**

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2026). *Puasa bina akhlak dan jiwa*. Utusan Malaysia.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Mahasiswa perlu matang dalam berpolitik, elak provokasi murahan*. Malaya Newsroom.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Bakar karikatur PM cerminan demokrasi tidak matang*. Berita Harian.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Pemakaian lencana Jalur Gemilang langkah perkukuh jati pelajar*. Berita Harian.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Pembangkok perlu buktikan mampu jadi alternatif kerajaan*. Berita Harian.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Hayati hikmah ibadah, elak jadi sekadar amalan "mekanikal."* Berita Harian.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Hayati nilai sebenar Ramadan*. Utusan Malaysia.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Kukuh diplomasi hubungan antara rakyat atasi insiden lempar telur*. Berita Harian.

Muhammad Danish Rif'qi Lukman. (2025). *Asuhan nilai murni, ajaran agama asas lahirkan generasi prihatin*. Berita Harian.

#### **Kursus:**

1. Kursus Kaedah Penulisan Tesis Komprehensif dari KAIZENTRENOVATION POSTGRADUATE TRAINING CENTRE, Jan 2023 – Mac 2023, Online
2. Seminar Antarabangsa Pembangunan Spiritual Melalui Pendekatan Psikospiritual dan Kaunseling, 25 Oktober 2022, UiTM Machang
3. IGS Research Skills Seminar, September 2022, UiTM

**Hak Cipta:**

1. Kerangka Integrasi Amalan Psikospiritual Islam Dan Konsep Hisbah  
Kendiri Bagi Menangani Ketagihan Permainan Dalam Talian  
(CRLY2024P06847)