

# BULI SIBER

## Mangsa Buli Mengalami Gangguan Mental Dan Emosi

Dalam dunia siber yang begitu luas ini, sumber ilmu boleh didapati di mana-mana sahaja. Orang ramai dapat berhubung antara satu sama lain melalui e-mel, IM (*Instant Messaging*) atau *chatting* pada bila-bila masa.

Kegiatan di alam siber tidak jauh bezanya dengan kehidupan seharian kita. Di mana ada golongan penjahat di alam nyata, maka di alam siber golongan ini juga berleluasa melakukan kegiatan-kegiatan yang tidak bermoral. Antaranya ialah kegiatan membuli. Ia juga berlaku di dalam alam siber dan ia dikenali sebagai buli siber.

### Mangsa Buli

Buli siber adalah satu perbuatan tidak elok dan boleh mendatangkan bahaya kepada mangsa. Mereka tidak dapat melupakan kejadian yang berlaku ke atas diri mereka. Kebiasaannya mangsa buli mendapat kecederaan seperti lebam, bengkak dan luka yang berdarah. Namun mangsa buli siber tidak menunjukkan ciri-ciri fizikal tersebut. Kecederaan mangsa buli siber tidak dapat dilihat kerana mereka akan mengalami gangguan mental dan emosi. Apabila mereka mengalami gangguan ini, mereka akan berasa sedih dan kecewa. Mereka juga akan rasa malu dan semua ini boleh membuatkan mereka membunuh diri. Ini kerana mereka rasa tidak mempunyai erti untuk hidup lagi.

### Antara cara-cara buli siber berlaku adalah:

1. Mangsa menerima sms/ mesej di *facebook* / *wall post* di *facebook* di mana mereka dihina, dimaki atau dimalukan berulang kali.
2. Mangsa diugut melalui gambar atau video yang diambil.
3. Setiap perbuatan mangsa di laman web sosial dipertikaikan dan komen-komen buruk akan diberikan.



### Cara Elakkan Diri

Sekiranya didapati diri anda atau kenalan melalui situasi sebegini, nasihatkan mereka untuk melaporkan kejadian tersebut kepada orang dewasa seperti ibu bapa atau guru-guru. Dinasihatkan juga agar mangsa buli siber tidak berdiam diri apabila dibuli di siber. Berikut adalah cara-cara untuk mengelakkan diri dari terjerumus lebih mendalam:

1. Jangan berinteraksi dengan orang yang membuat perbuatan buli siber itu.
2. Laporkan kejadian tersebut kepada ibu bapa atau guru-guru.
3. Hindari daripada menggunakan laman web sosial buat seketika sehingga perbuatan buli siber itu berhenti.

### Kesimpulan

Keselamatan sewaktu menggunakan internet terletak di tangan anda sendiri. Justeru, berhati-hatilah dengan maklumat peribadi yang dikongsi di laman-laman web sosial seperti *facebook*, *twitter*, *foursquare* dan lain-lain. Malah, anda juga perlu berhati-hati dengan kenalan di alam siber. Ini kerana anda tidak akan mengetahui identiti atau perangai sebenar mereka disebalik skrin komputer. Jadi, berhati-hatilah apabila menggunakan internet dan laman-laman web sosial untuk menjaga keselamatan anda di alam siber.

Sekiranya anda perlukan sebarang bantuan, sila hubungi Pusat Bantuan Cyber999 melalui emel di [cyber999@cybersecurity.my](mailto:cyber999@cybersecurity.my) atau hubungi talian Nur di 15999. Untuk maklumat lanjut, sila layari laman web [www.cybersecurity.my](http://www.cybersecurity.my) dan [www.cybersafe.my](http://www.cybersafe.my)