



CyberSecurity
MALAYSIA

CyberSAFE™ PARENTING

Ke Arah Kesejahteraan Siber

DENGAN KERJASAMA





||CyberSecurity||
MALAYSIA

CyberSAFE™ PARENTING

Ke Arah Kesejahteraan Siber

DENGAN KERJASAMA



Diterbitkan oleh:
CyberSecurity Malaysia
Level 7, Menara 1,
Menara Cyber Axis,
Jalan Impact,
63000 Cyberjaya
Selangor Darul Ehsan,
Malaysia.

Hak cipta terpelihara. Tidak dibenarkan mengeluar ulang manapun bahagian artikel, ilustrasi, dan isi kandungan buku ini dalam apa juga bentuk dan dengan cara apa juga sama ada secara elektronik, fotokopi, mekanik, rakaman, atau cara lain sebelum mendapat izin daripada penerbit.

ISBN 978-967-0118-02-4

Dicetak oleh:
Percetakan Mega Sdn Bhd (117294-U)
392, Jalan 25/39,
Taman Petaling, Kepong,
52100 Kuala Lumpur
Malaysia.

PENGENALAN
muka surat 02

ANCAMAN DAN KEBIMBANGAN
SIBER

muka surat 04

- Contoh platform dalam talian yang popular dalam kalangan kanak-kanak dan ancaman siber yang berkaitan: **muka surat 07**

ANCAMAN KESIHATAN SIBER
muka surat 08

KUIZ KEIBUBAPAAN SIBER:
Adakah amalan saya tepat?
muka surat 18

- Landskap keibubapaan siber di Malaysia:
muka surat 20

MENYEDIAKAN PERSEKITARAN DALAM
TALIAN YANG SELAMAT DI RUMAH
muka surat 24

- Bagaimana mengaktifkan ciri kawalan ibu bapa atau mod carian selamat pada aplikasi popular: **muka surat 25**

#COOLPARENTHOOD – BAGAIMANA
MENJADI IBU BAPA YANG HEBAT DI ALAF
SIBER?

muka surat 28

- 5 Ikrar Keibubapaan:
muka surat 29

TIPS YANG BERSESUAIAN DENGAN UMUR
muka surat 30

- Tiga (3) peraturan mudah untuk mengingatkan anak-anak anda:
muka surat 32
- Tiga (3) peraturan mudah untuk ibu bapa:
muka surat 33

PENGHARGAAN
muka surat 34

PENGENALAN

Dunia dalam talian telah menjadi sebahagian daripada kehidupan kita dan juga anak-anak kita. Dunia ini pintar, menyediakan peluang untuk belajar, bermain serta bersosial, dan seterusnya menyumbang kepada perkembangan kemahiran intelektual serta sosial dalam kalangan kanak-kanak. Dengan teknologi yang sentiasa berkembang, dunia dalam talian kini boleh diakses dari hampir mana-mana sahaja dan pada bila-bila masa melalui komputer, telefon bimbit dan peranti elektronik yang lain.

Namun begitu, sehebat mana sekalipun Internet dalam memperkayakan dunia kita, tetap tidak bebas daripada risiko dan ancaman. Di sinilah keibubapaan siber perlu memainkan peranannya. Kanak-kanak memerlukan bimbingan serta pengawasan ibu bapa dan penjaga untuk membantu mereka memperoleh manfaat daripada dunia dalam talian, dan pada masa yang sama kekal selamat serta bertanggungjawab.

Panduan ini disediakan untuk membantu ibu bapa dan penjaga mendalamai kemahiran keibubapaan siber dalam dunia digital. Panduan ini juga akan membantu ibu bapa melibatkan diri



dalam kehidupan dalam talian anak-anak mereka serta menetapkan peraturan dan norma yang berkaitan untuk melindungi mereka.

60 %

daripada kes serangan seksual yang dilaporkan kepada Polis Diraja Malaysia bagi tempoh Januari–September 2017 melibatkan kanak-kanak³

**Jenayah siber
merangkumi lebih
70% daripada
jenayah komersial
di Malaysia (lebih
tinggi daripada
pengedaran
dadah)¹**

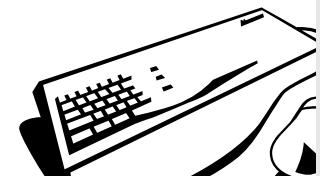


**1 daripada 4 kanak-kanak
di Malaysia menghadapi
masalah penyisihan, ugutan
dan gangguan dalam talian¹**

**1 daripada 4 kanak-kanak
yang dikaji berkemungkinan
akan bersetuju untuk
berjumpa dengan orang
yang baru dikenali mereka
melalui Internet²**

94 %

**daripada kanak-kanak
di Malaysia terdedah
kepada pornografi
dalam talian¹**



**Tahukah
anda?**

Sumber:

¹ Video "Keep Our Women & Children #cyberSAFE"

² Kajian DiGi CyberSAFE 2015

³ Dibentangkan oleh ASP NurElyanis Mohd Yusoff dalam Seminar Keep Our Women & Children #CyberSAFE pada 22 Oktober 2017

ANCAMAN DAN KEBIMBANGAN SIBER



Kanak-kanak yang sedang berkomunikasi dalam talian terdedah kepada pelbagai ancaman yang boleh membahayakan diri mereka sendiri, rakan serta keluarga mereka. Ibu bapa perlu sedar bahawa kanak-kanak bukan sahaja berisiko untuk menjadi mangsa ancaman siber, tetapi mereka juga mungkin boleh

membahayakan dan menyakiti orang lain, sama ada secara sengaja atau sebaliknya. Oleh itu, ibu bapa perlu mengingatkan anak-anak tentang risiko ini dan membimbing mereka untuk membuat pilihan yang selamat dan bertanggungjawab ketika melakukan aktiviti dalam talian.

Ancaman Berkaitan Seksual

- i. Antun seksual - pemangsa menghendap atau berkawan dengan mangsa untuk melakukan aktiviti seksual atau pornografi.
- ii. Menerima atau terlibat dalam gangguan seksual.
- iii. Mencari hubungan seks dengan orang dewasa atau remaja lain.
- iv. Hantaran seks (sexting) - terlibat dengan perbualan dalam talian yang berkaitan dengan teks dan imej berbaur seksual yang bersifat provokatif.

Perisian hasad/Virus/Penipuan

- v. Dijangkiti atau menjangkiti orang lain dengan virus komputer yang boleh merosakkan komputer/peranti.
- vi. Memancing data (phishing) - diperdaya oleh penipuan atau laman palsu yang cuba mendapatkan maklumat sensitif, seperti nama pengguna, kata laluan dan butiran kad kredit (serta akaun bank), biasanya dengan niat jahat yang boleh menyebabkan kehilangan wang dan kecurian data.

Buli siber

Menjadi sasaran atau memprovokasi orang lain menggunakan kandungan dalam talian yang mendatangkan keburukan atau menyakitkan hati.

Pencurian Identiti

Kehilangan atau kecurian data peribadi atau akaun media sosial.

Permainan Dalam Talian

Pelibatan yang keterlaluan dalam permainan dalam talian, terutamanya permainan ganas.

Perjudian dalam talian

Terlibat dengan permainan dalam talian berdasarkan perjudian atau perjudian dalam talian sebenar.

Ketagihan Internet

Keceluaran kompulsif disebabkan oleh penggunaan Internet secara berlebihan yang menjelaskan kehidupan normal.

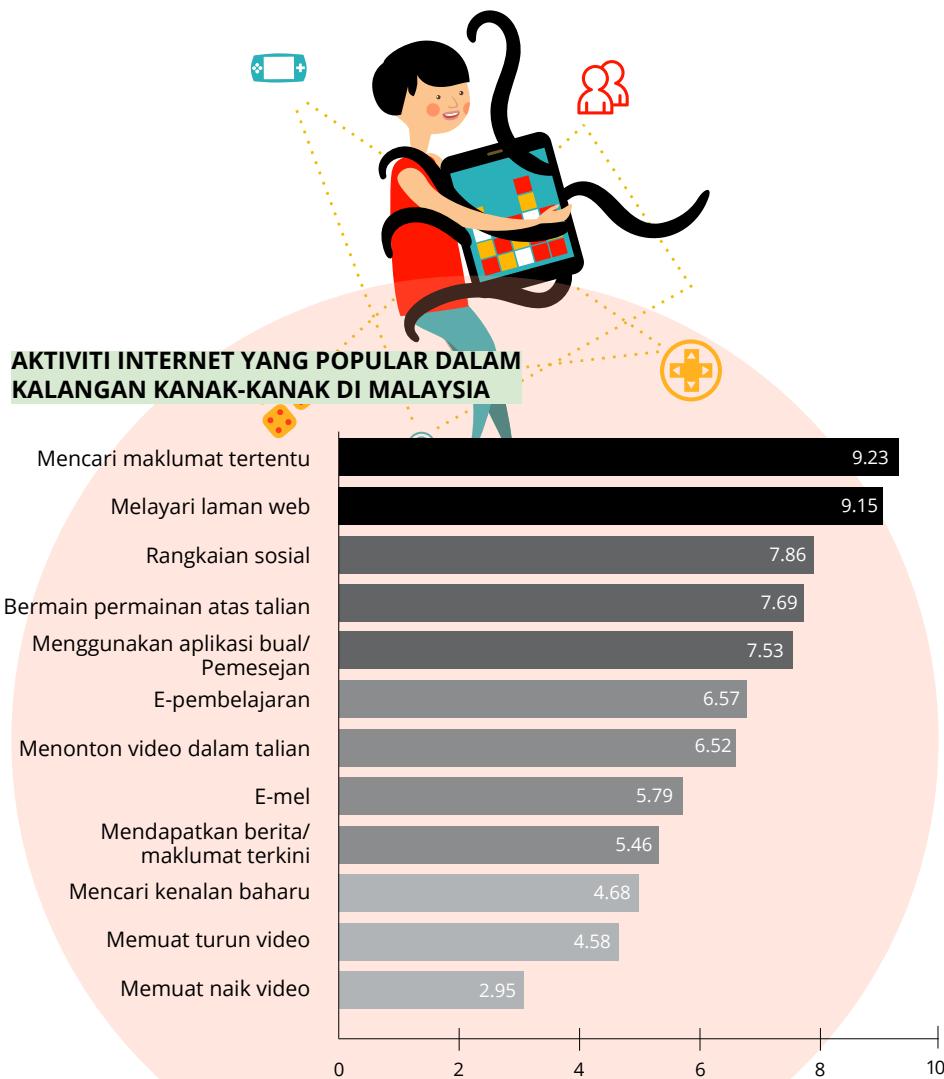
Pelanggaran hak cipta

Menyalin atau menyebarkan karya hak cipta orang lain dengan cara yang tidak wajar.

Pengaruh Negatif (Komuniti)

Berinteraksi dengan komuniti yang boleh mempengaruhi anak-anak terlibat dengan gejala negatif seperti mencederakan diri, perlakuan ganas serta kumpulan remaja bermasalah.





Sumber: Kajian Asas Kesedaran Keselamatan Siber Kebangsaan
Dalam Kalangan Murid Sekolah Rendah dan Menengah 2016

CONTOH PLATFORM DALAM TALIAN YANG POPULAR DALAM KALANGAN KANAK-KANAK DAN ANCAMAN SIBER YANG BERKAITAN:

PLATFROM	ANCAMAN SIBER
Media Sosial (contohnya, Instagram, Facebook, Tumblr, WeChat)	<ul style="list-style-type: none"> Buli siber Antun seksual Pencurian identiti Komuniti berbahaya/tidak selamat
Pemesejan Segera (contohnya, WhatsApp, Facebook messenger, WeChat)	<ul style="list-style-type: none"> Hantaran seks Buli siber Antun seksual Komuniti berbahaya/tidak selamat Pornografi
Audio dan Video (contohnya, JOOX, Spotify, YouTube, Snapchat, Bigo Live, TikTok, Ome.TV)	<ul style="list-style-type: none"> Pelanggaran hak cipta Pornografi Buli Siber Antun Seksual
E-mel	<ul style="list-style-type: none"> Penipuan Memancing data Virus/Perisian hasad
Permainan dan Aplikasi	<ul style="list-style-type: none"> Ketagihan Internet Perjudian dalam talian Virus/Perisian hasad

ANCAMAN KESIHATAN SIBER

disumbangkan oleh:

Dayang Anita Abdul Aziz, Suzaily Wahab, Safinaz Mohd Khialdin, Mohammad Rahim Kamaluddin, Hana Azhari, Faizah Mohd Zaki, Sharifa Ezat Wan Puteh dan Zarina Abdul Latiff
dari Pusat Perubatan Universiti Kebangsaan Malaysia



1. Keluarga yang sihat mestilah mempunyai kesihatan fizikal dan mental yang seimbang. Ketagihan Internet dalam kalangan ibu bapa boleh mempengaruhi tabiat internet anak-anak. Bagi mewujudkan keluarga bingkas siber, anda perlu menghadkan masa yang anda gunakan untuk berinteraksi di alam maya sebelum anda menghadkan masa penggunaan internet anak-anak. Sebagai ibu bapa anda perlu menunjukkan cara yang positif semasa berhubung dan berinteraksi di alam maya terutama ketika menggunakan media sosial seperti Facebook, Instagram dan Twitter. Jika anda kerap menggunakan perkataan lucu dan membuli pengguna media sosial yang lain, maka tidak mustahil anak-anak anda meniru perilaku ini. Perkara ini merupakan ancaman kesihatan siber khususnya gangguan tumbesaran emosi dan psikologi anak-anak. Masalah ini boleh mendorong mereka bersikap kurang sopan dan gagal membentuk jati diri di masa hadapan.

2. Penggunaan alatan digital yang berlebihan boleh menyebabkan 'Digital Eye Syndrome (DES)'. Tanda-tanda DES termasuklah penglihatan menjadi kabur, ketegangan/keletihan mata, mata menjadi kering atau merah dan sakit kepala. Kesannya terhadap kanak-kanak dan remaja adalah lebih membimbangkan. Selain berisiko mengalami tanda-tanda DES, kanak-kanak juga berisiko mendapat rabun jauh. Penggunaan alatan digital melibatkan aktiviti penglihatan jarak dekat dan mengurangkan aktiviti luaran. Kedua-dua faktor ini adalah penyumbang utama pada peningkatan tahap rabun jauh pada kanak-kanak. Antara tips bagi mengurangkan kesan penggunaan alatan digital pada penglihatan adalah:

- **Mengamalkan 20-20-20 rule: Selepas penggunaan alatan digital selama 20 minit, rehat selama 20 saat dengan melihat sejauh 20 kaki.**
- **Mengelipkan mata secara kerap semasa menggunakan alatan digital untuk mengelakkan mata kering.**
- **Pastikan jarak penglihatan dengan alatan digital tidak kurang dari 18 inci untuk kanak-kanak.**



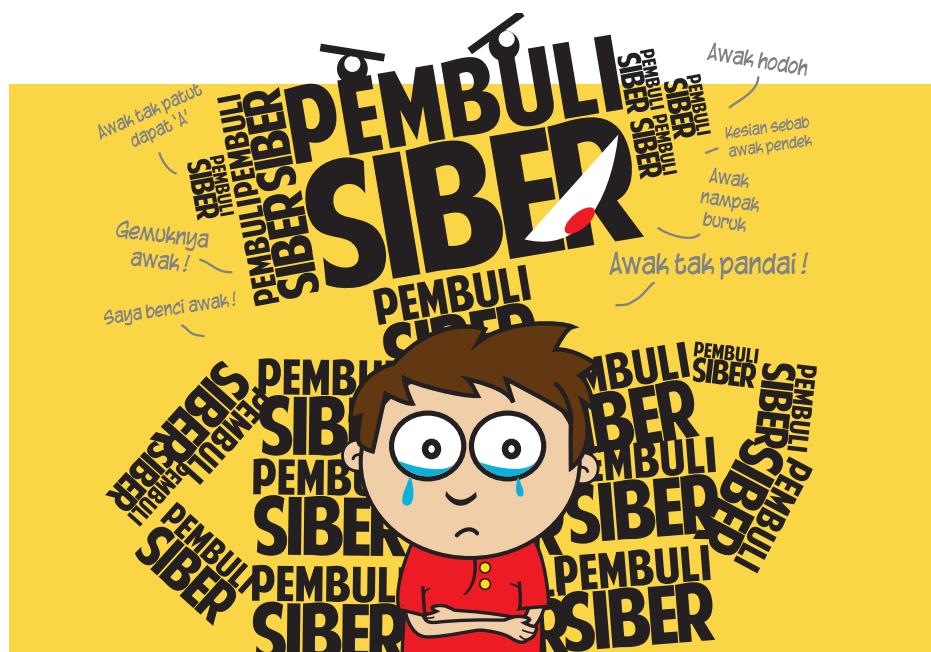
• **Pastikan tahap penglihatan kanak-kanak diperiksa supaya rabun dapat dikesan awal.**

3. Kajian rintis yang dijalankan oleh pasukan Pusat Perubatan UKM pada awal tahun 2018 ke atas sekumpulan remaja berumur 14 tahun memberi maklumat yang amat penting untuk perkongsian bersama. Impak ancaman kesihatan siber nampaknya amat ketara di kalangan remaja. Kita akan berkongsi beberapa kecenderungan para remaja dari sudut psikososial dan fizikal. Kita mahu ibu bapa mengenali tanda-tanda atau gejala-gejala yang menunjukkan anak remaja mereka menghadapi ancaman kesihatan siber.

Bagaimana mengenali sama ada anak anda mengalami #KetagihanInternet?

#KetagihanInternet dikaitkan dengan gangguan emosi, penurunan fungsi sosial dan akademik, serta masalah penyakit psikiatri seperti ADHD dan keresahan. Remaja akan menunjukkan tanda-tanda berikut:

- a. Rasa perlu untuk bermain sehingga puas.
- b. Sentiasa berfikir tentang bila akan dapat melayari internet.
- c. Rasa kecewa, dan marah apabila disekat dari melayari internet.
- d. Aktiviti masa lapang berfokus hanya kepada melayari internet
- e. Mengantuk di sekolah.
- f. Prestasi pelajaran menurun.
- g. Menipu ibu bapa tentang aktiviti melayari internet.



Bagaimana mengenali sama ada anak anda adalah seorang #PembuliSiber?

Apabila anak anda menunjukkan apa-apa perlakuan menggunakan media elektronik atau digital untuk menyampaikan mesej yang tidak menyenangkan secara berulang, bertujuan untuk mencetuskan rasa tidak selesa ke atas orang lain.

Adakah terdapat jenis #BuliSiber yang boleh dikenali?

Ya, terdapat beberapa jenis #BuliSiber yang telah kita kenali iaitu apabila remaja ini berkelakuan seperti berikut:

- a. Menghantar mesej yang mengganggu dan mengancam.
- b. Menyalahgunakan kata laluan atau nama skrin orang lain atau menyamar sebagai orang lain.
- c. Memanjangkan e-mel, foto atau video

kepada orang lain tanpa segan silu.

- d. Memuat naik komen atau gambar yang tidak senonoh.
- e. Menghantar gambar, mesej atau video berunsurkan seksual menggunakan telefon bimbit (sexting).
- f. Memulaukan individu tertentu daripada sesuatu kumpulan (online) dengan sengaja.

Bagaimana mengenali sama ada anak anda adalah seorang #PengganasSiber?

#PengganasSiber adalah terminologi yang kita gunakan sekiranya individu itu menunjukkan perlakuan keganasan siber. Apakah maksudnya?

Jika remaja menunjukkan perasaan marah yang mencetuskan kelakuan yang kasar atau permusuhan, serta persediaan untuk melakukan 'serangan' di media sosial; contohnya:

- a. Mengeluarkan kata-kata kesat dalam media sosial.
- b. Mengamuk semasa 'online' tanpa sebab munasabah.
- c. Penyebaran fitnah dalam media sosial tanpa pengetahuan mangsa.

Bagaimana mengenali sama ada anak anda adalah seorang #MangsaKeganasanSiber?

Remaja yang menjadi #MangsaKeganasanSiber boleh menjadi murung. Mereka ini biasanya terdedah



kepada #PenganiayaanSiber oleh #PengganasSiber atau #PembuliSiber yang berterusan. Mereka ini cenderung menjadi 'mangsa' penganiayaan semasa di atas talian/ 'online' contohnya; mangsa buli siber, mangsa ugutan, penggodaman akaun ('hacking') serta penyisihan sosial. Lihat maklumat lanjut berkaitan #GangguanEmosiAtasTalian seperti di bawah.

Bagaimana mengenali sama ada anak anda mengalami #GangguanEmosiAtasTalian?

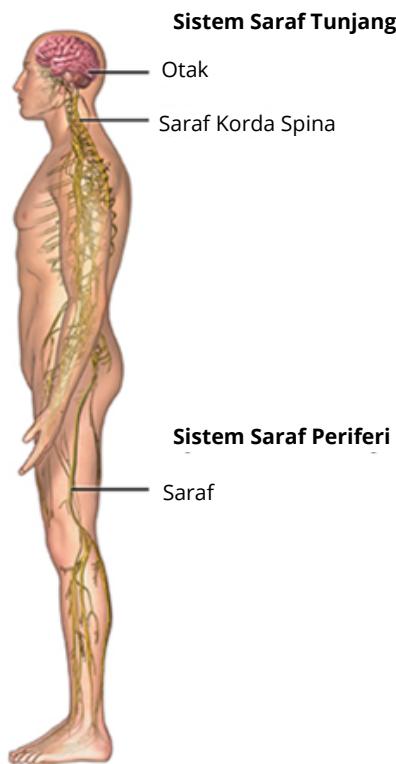
Apabila mereka mengalami kemurungan, keresahan dan tekanan akibat punca-punca gangguan emosi yang jelas iaitu terdapat sejarah #KeganasanSiber, #BuliSiber dan #PenganiayaanSiber.

Mereka juga boleh mengalami kemurungan, keresahan dan tekanan akibat punca-punca gangguan emosi yang tidak jelas seperti berikut:

- a. Potensi untuk merasa tertekan dan tidak gembira apabila kerap membaca mesej di media sosial (kecenderungan untuk membandingkan keadaan

diri dengan keadaan yang dirasakan 'ideal')

- b. Penggunaan internet yang berlebihan mengakibatkan perasaan marah dan tertekan apabila tidak dapat/dihalang dari menggunakan.
- c. Penggunaan internet/ media sosial untuk 'merawat' diri dari emosi yang tidak disenangi.



Bagaimana menghadapi situasi ini? Apakah yang dapat ibu bapa lakukan?

- a. Ibu bapa perlu menerapkan nilai-nilai murni semasa melayari internet dan media sosial.
- b. Ibu bapa mesti mengambil serius kesan emosi yang boleh ditimbulkan oleh dunia siber.
- c. Ibu bapa perlu aktif dalam mengawasi dan mengawal penggunaan internet dan media sosial.
- d. Ibu bapa perlu meningkatkan ilmu 'dunia siber' bagi membantu mencegah ancaman siber sedia ada.

Apakah yang kita tahu berkaitan Impak Ancaman Kesihatan Siber ke atas pensarafan otot dan leher/tengkuk para remaja?

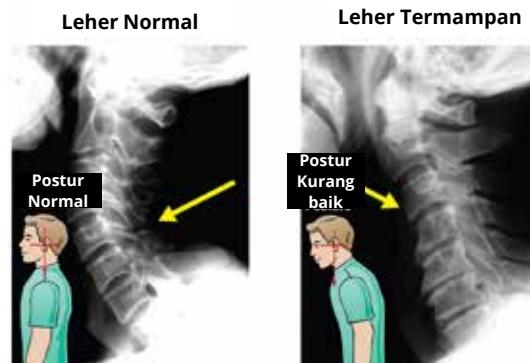
- a. Di leher – terdapat tulang servikal yang mengandungi saraf tunjang.
- b. Saraf penting dari otak bergerak melalui saraf tunjang servikal untuk ke seluruh badan kita.



Terdapat penambahan bebanan tengkuk disebabkan oleh postur dan posisi kepala semasa anak anda menggunakan gajet. Lihat rajah seperti di atas:

Bebanan ini boleh membawa kepada Sindrom "Text-Neck" Apakah tandanya?

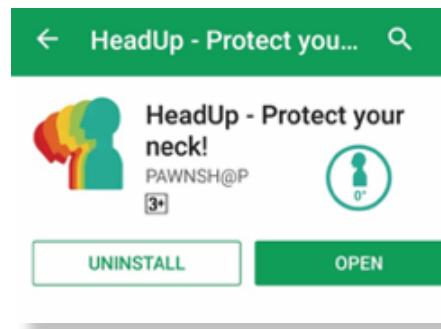
- a. Anak anda mengadu ketegangan leher atau kesakitan leher.
- b. Kesakitan ini berkait rapat dengan penggunaan gajet lebih dari 30 minit pada setiap penggunaan gajet.
- c. Anak anda mungkin terpaksa diberikan ubat tahan sakit untuk mengatasi ketegangan atau kesakitan ini.
- d. Anak anda berjalan dengan postur leher dan kedudukan kepala yang tidak normal



Bagaimana menangani masalah ini?

- e. Pastikan penggunaan gajet tidak berterusan lebih dari 20 minit pada setiap kali penggunaan gajet. Setiap 20 minit berehatlah seketika. Formula 20-20-20 (panduan kesihatan mata siber dalam Edisi pertama) dapat membantu kesihatan leher juga.
- f. Muat turun secara percuma aplikasi untuk android seperti *Head Up-Protect your neck* atau mana-mana aplikasi yang sama tujuannya untuk panduan pengurusan sudut leher dan posisi kepala supaya tiada beban tambahan pada leher dan tengkuk. Bagi aplikasi Head Up-protect your neck, warna bahaya merah bertukar kepada hijau sebaik posisi leher dan kepala dibetulkan sewaktu menggunakan gajet.

Penggunaan alatan digital dan internet yang keterlaluan akan menyebabkan gangguan terhadap hormon dalam badan, masa tidur yang tidak mencukupi serta keletihan kepada anak-anak. Anak-anak kita akan keletihan dan tidak dapat fokus semasa pembelajaran. Kesan ini boleh menyebabkan anak-anak kita hilang fokus terhadap pelajaran dan seterusnya mengalami kemurungan.



GUNALAH INTERNET SECARA BERHEMAH AGAR ANDA TIDAK MENJADI MANGSA SALAH LAKU SIBER

Sekiranya anda menghadapi sebarang ancaman atau insiden keselamatan siber, laporkan ancaman dan insiden tersebut ke Pusat Bantuan Cyber999.



PUSAT BANTUAN CYBER999

Cyber999 Hotline:
1-300-88-2999

Emel:
cyber999@cybersecurity.my

Faks:
+603-8008 7000

Online: Lapor secara online di
<https://www.mycert.org.my/cyber999>

Telefon Bimbit:
+6019-2665850 (Kecemasan)

SMS:
Cyber999 Lapor <emel> <complain> ke 15888



1/3 KEHIDUPAN HARIAN ANAK ANDA ADALAH DI DUNIA ONLINE.

Adakah anda tahu apa yang berlaku?

Remaja aktif di media sosial selama 9 jam sehari.

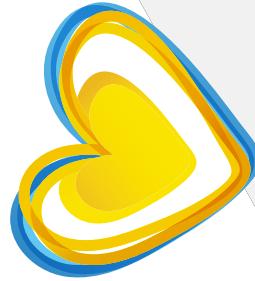
Layari <http://digi.my>/predator untuk ketahui sama ada kehidupan online mereka diliindungi.



Hentikan kegiatan grooming siber si pemangsa

Kanak-kanak adalah sasaran yang mudah di media sosial.

	Facebook Siapa boleh cari anda		Facebook Siapa tahu lokasi anda		Facebook Siapa lihat pos anda
	Instagram Siapa lihat maklumat anda		Instagram Pos dan perbualan yang tidak sesuai		Instagram Hati-hati apa yang dikongsi
	Facebook Siapa mahu berkawan dengan anda				



A Digi Initiative

Untuk maklumat lanjut layari:
<https://www.digi.com.my/yellow-heart>



JOM BERINSPIRASI

KUIZ KEIBUBAPAAN SIBER: Adakah amalan saya tepat?



Selamat datang ke kuiz keibubapaan siber kami. Ini merupakan soal selidik berbentuk penilaian sendiri. Soal selidik ini direka bentuk untuk melihat sama ada anda mengamalkan tingkah laku keselamatan digital secara bertepatan untuk anak anda. Sekiranya anak anda (di bawah 18 tahun) merupakan seorang pengguna internet, sila rujuk kepada soalan seterusnya (Soalan A).

Soalan A: Berapakah umur anak anda (sila kenalpasti seorang sahaja sekiranya anda mempunyai lebih daripada seorang anak)? Sila nyatakan jawapan anda dalam tahun (Contoh: 10 tahun).

Pemahaman dan amalan berkenaan tingkah laku keselamatan digital terhadap anak anda akan dinilai berdasarkan anak yang dinyatakan di Soalan A di atas.

TINGKAH LAKU KESELAMATAN DIGITAL IBU BAPA

Bahagian ini memerlukan anda merujuk kepada anak anda yang dinyatakan di Soalan A. Berapa kerapkah anda (sila bulatkan jawapan yang paling sesuai);

No	Soalan	Tidak Pernah				Sangat Kerap
1	Berbincang dengan anak anda berkenaan keselamatan dalam talian.	1	2	3	4	5
2	Mengadakan perbincangan dengan anak anda tentang menangani orang yang tidak dikenali dalam talian.	1	2	3	4	5
3	Berbincang dengan anak anda tentang perlindungan maklumat peribadi dalam talian.	1	2	3	4	5
4	Berbincang dengan anak tentang apa yang perlu dilakukan sekiranya dibuli atau diganggu di atas talian.	1	2	3	4	5
5	Melayari Internet bersama-sama dengan anak anda.	1	2	3	4	5
6	Memberitahu anak anda tentang waktu/tempoh masa yang dibenarkan untuk menggunakan Internet.	1	2	3	4	5
7	Memberitahu anak anda tentang laman sesawang/media sosial yang dibenarkan untuk dilawati.	1	2	3	4	5
8	Memberitahu anak anda tentang perkara yang boleh dan tidak boleh dilakukan dalam talian.	1	2	3	4	5

sambungan di mukasurat 21

SEKILAS FAKTA: LANDSKAP KEIBUBAPAAN SIBER DI MALAYSIA

Penemuan yang diketengahkan adalah berdasarkan kajian kolaborasi antara Universiti Malaya dan CyberSecurity Malaysia bertajuk *Achieving Digital Citizenship: Developing a Theory-based Parental Digital Security Tool among Malaysian Parent* (NMRR-17-3093-39434). Penemuan ini dihasilkan melalui data yang diambil daripada 680 ibubapa di Malaysia, di mana anak mereka (bawah 18 tahun) merupakan pengguna internet. Penemuan ini mungkin tidak memberi gambaran yang sama kepada ibu bapa di luar kajian ini. Pembaca digalakkan untuk berhati-hati dalam membuat kesimpulan umum kepada seluruh populasi di Malaysia berdasarkan penemuan hasil kajian ini.

KEBIMBANGAN IBU BAPA TENTANG KESELAMATAN DIGITAL

Setiap 1 daripada 3 ibu bapa merasakan anak mereka berisiko untuk didekati oleh orang yang tidak dikenali dalam talian.



Setiap 2 daripada 5 ibu bapa merasakan anak mereka berisiko untuk terdedah kepada kandungan dewasa (contoh: pornografi, keganasan)

1 in 5

ibu bapa merasakan anak mereka berisiko untuk dibuli atas talian.

KEYAKINAN IBU BAPA BERKENAAN KEIBUBAPAAN SIBER



Setiap 2 daripada 3 ibu bapa merasakan mereka memerlukan usaha yang lebih dalam memperolehi pengetahuan yang bersesuaian berkenaan keselamatan dalam talian.



Hanya 3 daripada 5 ibu bapa merasa yakin dengan pengetahuan mereka dalam memastikan anak mereka selamat dalam talian.



Sumber:

Zulfadli Hafiz Ismail, Nik Daliana Nik Farid, Rafdzah Ahmad Zaki. Achieving Digital Citizenship: Developing a Theory-based Parental Digital Security Tool among Malaysian Parent (NMRR-17-3093-39434).

TINGKAH LAKU KESELAMATAN DIGITAL IBU BAPA

Bahagian ini memerlukan anda merujuk kepada anak anda yang dinyatakan di Soalan A. Berapa kerapkah anda (sila bulatkan jawapan yang paling sesuai):

No	Soalan	Tidak Pernah	1	2	3	4	Sangat Kerap
9	Memastikan perisian tapisan dan pemantauan (aplikasi kawalan ibu bapa) berfungsi.		1	2	3	4	5
10	Mengehadkan penggunaan Internet oleh anak anda hanya apabila anda berada bersamanya		1	2	3	4	5
11	Memeriksa laman sesawang yang dilawati oleh anak anda.		1	2	3	4	5

Sila periksa pilihan jawapan anda dan lihat sama ada mengamalkan keselamatan digital ibu bapa dengan bertepatan untuk anak anda!

Berapakah umur anak anda?

Sekiranya anda memilih jawapan sekurang-kurangnya 4 kepada setiap soalan di bawah berdasarkan umur anak anda, anda mengamalkan keselamatan digital ibu bapa dengan tepat!

Bawah 7 tahun	5, 6, 7, 9
8-12 tahun	1, 2, 3, 7, 8, 9, 10, 11
13-15 tahun	1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11
16 tahun ke atas	1, 2, 8

* soal selidik ini diadaptasi hasil daripada kajian kolaborasi antara Universiti Malaya dan CyberSecurity Malaysia bertajuk *Achieving Digital Citizenship: Developing a Theory-based Parental Digital Security Tool among Malaysian Parent* (NMRR-17-3093-39434). Untuk makluman lanjut, sila hubungi **Dr.Zulfadli** di emel zulfadlihafiz1@gmail.com.

Untuk mengetahui tip dan garis panduan berdasarkan umur anak anda, sila lihat muka surat seterusnya!

Umur 13 hingga 15

Tip untuk ibu bapa:

- Hadkan masa dalam talian selama dua jam sehari
- Mengurangkan risiko dengan tetapan privasi dalam media sosial
- Kongsi dengan mereka tentang bahaya buli siber dan cara-cara penyelesaian
- Memantau penggunaan Internet mereka serta status atau penggunaan kamera web
- Menapis laman web dan rangkaian media sosial yang tidak sesuai (cth: laman web dating)
- Berbincang dengan mereka mengenai pornografi Internet dan aksi keganasan dalam permainan video

Umur 8 hingga 12

“Saya jarang mengepos apa-apa maklumat di media sosial, tetapi saya aktif menggunakan aplikasi chat!”



Yellow Heart
A Digi Initiative



Umur 16 dan ke atas

Tip untuk ibu bapa:

- Kongsi dengan mereka tentang bahaya grooming seksual dalam talian dan perjumpaan dengan orang tidak dikenali di luar talian
- Benarkan mereka memilih rakan online, tetapi pastikan anda mengenali identiti sebenar kawan tersebut
- Sekat mereka daripada memuat turun perisian cetak rompak, filem, muzik, atau permainan video untuk mengelakkan virus ‘malware’
- Berbincang dengan mereka mengenai tanggungjawab pergunaan digital serta risiko dan kepentingan kata laluan yang kukuh
- Apabila mereka meningkat dewasa, berikan kepercayaan kepada mereka untuk melakukan perkara yang betul dan untuk menunjuk ajar adik-adik

Umur 7 dan ke bawah

Tip untuk ibu bapa:

- Sekat semua komunikasi daripada orang yang tidak termasuk dalam senarai nama yang diizinkan
- Jangan benarkan mereka memuat naik maklumat peribadi di profil, blog atau laman web tanpa pantauan
- Pastikan anak anda menggunakan enjin carian yang mesra kanak-kanak
- Ajarkan anak anda untuk menghormati orang lain semasa berada dalam talian dan berfikir sebelum memuat naik apa-apa

“Saya sentiasa berinteraksi dengan orang secara dalam talian dan saya berjumba dengan ramai kawan baru di luar talian.”

MENYEDIAKAN PERSEKITARAN DALAM TALIAN YANG SELAMAT DI RUMAH



Kajian Asas Kesedaran Keselamatan Siber Kebangsaan mendedahkan bahawa lebih daripada 80% kanak-kanak di Malaysia paling kerap menggunakan Internet di rumah berbanding dengan di sekolah dan di tempat lain. Sehubungan dengan itu, keibubapaan siber memainkan peranan penting dalam pembentukan tingkah laku dan etika dalam talian bagi kanak-

kanak. Keibubapaan siber melibatkan ibu bapa yang mendidik anak-anak agar memahami risiko dalam talian serta cara mengamalkan kemahiran dalam talian yang selamat di rumah. Untuk lebih berkesan, ibu bapa perlulah mewujudkan persekitaran dalam talian yang selamat untuk keluarga.

Terdapat beberapa amalan asas terbaik yang boleh diamalkan bagi mewujudkan persekitaran dalam talian yang selamat bagi keluarga anda:

1. Pastikan penggunaan komputer dan peranti di ruang tamu terbuka supaya anda dapat memantau aktiviti dalam talian anak-anak dan memastikannya tidak mengganggu waktu tidur atau waktu belajar mereka.
2. Tetapkan mod carian selamat pada pelayar.
3. Muat turun dan menetapkan aplikasi pemantauan.



Langkah mengaktifkan ciri kawalan ibu bapa atau Mod Carian Selamat

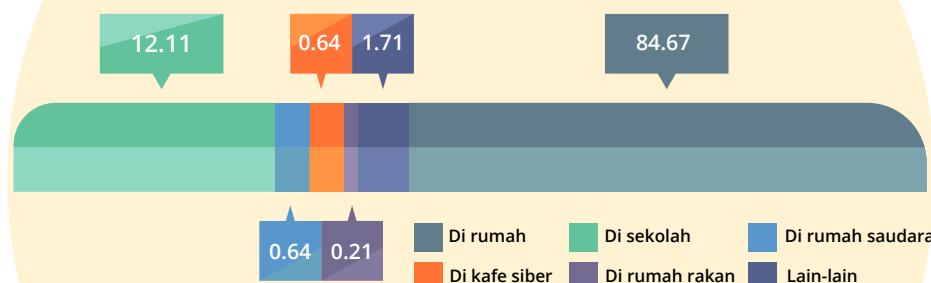
1. YouTube

Panduan untuk mengaktifkan mod tontonan terhad (Mod Sekatan).

Mengaktifkan atau mematikan Mod Sekatan

1. Klik gambar profail Anda.
2. Klik Mod Sekatan.
3. Di kotak dialog yang muncul, aktifkan atau matikan Mod Sekatan.

TEMPAT PALING KERAP KANAK-KANAK MENGGUNAKAN INTERNET



Sumber: Kajian Asas Kesedaran Keselamatan Siber Kebangsaan Dalam Kalangan Murid Sekolah Rendah dan Menengah 2016

Langkah mengaktifkan ciri kawalan ibu bapa atau Mod Carian Selamat

Langkah mengaktifkan ciri kawalan ibu bapa atau Mod Carian Selamat

2. Pelayar Internet: Chrome

Panduan untuk mengaktifkan mod carian selamat (*SafeSearch*).

Mengaktifkan atau mematikan SafeSearch

1. Lawati halaman **Tetapan Carian**. (<https://www.google.com/preferences>)
2. Di bahagian "Penapis SafeSearch", tandai atau nyahandai kotak di sebelah "Hidupkan SafeSearch".
3. Di bahagian bawah halaman, klik **Simpan**.

4. Menetapkan tetapan peribadi media sosial.

5. Menetapkan had masa bagi penggunaan Internet.

6. Memasang perisian antivirus.

7. Mendidik anak-anak anda untuk merahsiakan kata laluan mereka daripada orang yang tidak dikenali.

3. Facebook

Terdapat banyak aplikasi kawalan ibu bapa pihak ketiga yang dapat membantu untuk memantau aktiviti anak-anak di Facebook. Layari <https://www.spyzie.com/parental-controls/facebook-parental-controls.html> untuk mengetahui 10 aplikasi kawalan ibu bapa teratas bagi tahun 2019.

Patuh panduan dalam talian bersama anak-anak anda. Terangkan kepada anak-anak anda tentang peraturan dalam talian yang telah anda tetapkan supaya mereka jelas tentang harapan anda terhadap mereka dan akibatnya jika melanggar peraturan ini. Paparkan kontrak ini di ruang komputer keluarga sebagai peringatan yang berterusan.

#Coolparenthood - BAGAIMANA MENJADI IBU BAPA YANG HEBAT DI ALAF SIBER?



Kita bukan sahaja ingin menjadi ibu bapa siber yang efektif dalam melindungi anak-anak kita; kita juga ingin kelihatan hebat agar anak-anak mudah menerima kaedah keibubapaan siber kita. Oleh itu, bagaimanakah kita boleh menjadi ibu bapa siber yang hebat? Berikut ialah lima ikrar keibubapaan sebagai panduan anda:



5 IKRAR KEIBUBAPAAN:

1. PROAKTIF

- "Wujudkan dunia dalam talian yang selamat untuk anak-anak dengan hanya berbual dan menyelami dunia siber mereka."
- Ibu bapa yang proaktif mestilah memiliki hala tuju yang betul dan jelas untuk melaksanakan garis panduan keibubapaan siber.

2. MENDIDIK

- "Jadilah Ibu Bapa Celik Siber".
- Ketahui ciri-ciri peranti anak anda.
- Terokai pelbagai aplikasi atau permainan bersama-sama mereka.
- Ibu bapa perlu mengaktifkan kawalan dan sekatan ibu bapa pada setiap peranti yang digunakan oleh anak-anak untuk melayari Internet.

3. BERSAHABAT

- "Berkawan dan menjadi pengikut, tetapi jangan menghendap".
- Jika ibu bapa membenarkan anak mereka memiliki akaun media sosial, maka mereka perlulah menjadi pengikut anak mereka.
- Komunikasi sangat penting.

Pencegahan dan campur tangan dapat menyelamatkan anak anda daripada penjenayah siber.

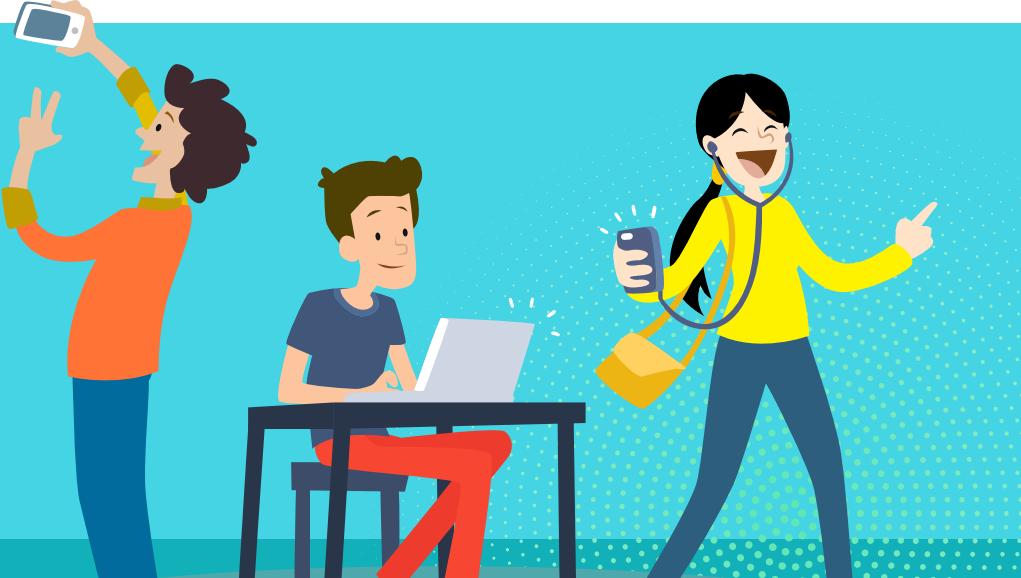
4. MENGAWAL SELIA

- "Pantau kewujudan mereka di Internet".
- 51% daripada remaja di Malaysia tidak mempunyai peraturan atau sempadan tentang cara mereka menggunakan atau berkelakuan dalam Internet (tiada kawalan ibu bapa) - *Kajian Asas Kesedaran Keselamatan Siber Kebangsaan dalam Kalangan Murid Sekolah Rendah dan Menengah, 2016*
- Masuk ke dunia siber anak anda dan perhatikan tabiat Internet mereka.

5. MEMIMPIN

- "Menjadi contoh bagi Keseimbangan Digital."
- Anak-anak anda sedang memerhatikan anda. Jadilah ibu bapa yang boleh menjadi contoh yang baik kepada mereka.
- Kawal tabiat buruk teknologi anda dan rancang aktiviti tanpa teknologi bersama dengan anak-anak anda.

TIPS YANG BERSESUAIAN DENGAN UMUR



Strategi keibubapaan secara tradisinya atau dunia nyata amat sesuai untuk diamalkan dalam keibubapaan siber, iaitu ibu bapa melindungi anak-anak kecil dengan mengawasi mereka menyediakan peraturan yang mudah diikuti. Seiring dengan peningkatan usia anak-anak serta perkembangan aktiviti dan keperluan mereka, ibu bapa mestilah memberikan bimbingan dan pengetahuan supaya anak-anak memahami risiko dalam persekitaran mereka, cara melindungi diri mereka daripada risiko ini serta cara meminta pertolongan apabila

memerlukannya. Kanak-kanak pula perlu memahami bahawa separtimana tingkah laku luar talian mereka, tingkah laku dalam talian juga akan memberikan kesan terhadap diri mereka, rakan, keluarga dan juga orang lain. Oleh itu, kanak-kanak perlu belajar untuk bertanggungjawab dan beretika ketika sedang dalam talian untuk mengelakkan diri mereka daripada bahaya atau membahayakan orang lain. Keibubapaan siber yang berkesan akan membantu kanak-kanak membesar sebagai netizen yang baik di rumah dan di luar.

Berikut ialah beberapa tip yang bersesuaian dengan umur sebagai panduan keibubapaan siber:

a. Prasekolah (0-6)

- Duduk bersama dengan anak-anak anda dan awasi mereka semasa mereka menggunakan komputer atau peranti mudah alih.
- Gunakan tetapan kawalan ibu bapa untuk menetapkan tempoh penggunaan komputer dan laman web atau aplikasi yang sesuai untuk dilayari. Benarkan mereka melayari laman web yang telah ditandakan (*bookmark*) sahaja.
- Tetapkan tetapan peribadi yang tinggi dengan pelayar, permainan dan aplikasi.
- Berbincang tentang orang yang tidak dikenali yang ada dalam talian dan betapa pentingnya untuk tidak memberikan apa-apa maklumat peribadi atau melibatkan diri dengan mereka dalam apa-apa cara sekalipun.

b. Kanak-kanak Sekolah Rendah (7-12)

- Berbincang dengan anak-anak anda tentang buli siber. Separtimana kehidupan luar talian, pembuli dalam dunia digital juga ada. Bantu mereka untuk mengenali pembuli



siber dan cara membuat laporan jika mereka menjadi mangsa buli siber. Mereka juga harus memahami bahawa membuli orang lain melalui kandungan dalam talian yang berbahaya atau menyakitkan hati merupakan satu kesalahan.

- Pastikan anak-anak anda meminta kebenaran anda sebelum membeli atau memuat turun apa-apa sahaja di Internet.
- Minta anak-anak anda memberitahu anda dengan segera sekiranya orang yang tidak dikenali menghubungi mereka dalam talian dan pastikan mereka tidak terlibat dengan perbualan dalam talian dengan orang yang tidak dikenali atau bersetuju untuk bertemu sendiri dengan orang itu.
- Sebagai ibu bapa, anda harus mempunyai pengetahuan tentang tapak rangkaian sosial, permainan dan aplikasi yang digunakan oleh anak-anak anda. Biasakan diri anda dengan tapak dan aplikasi ini untuk mempelajari caranya berfungsi dan pantau aktiviti anak-anak anda.



c. Remaja (13-17)

- Amalkan cadangan bagi kumpulan umur yang lebih muda.
- Minta anak remaja anda untuk merahsiakan semua maklumat peribadi (nama, nombor telefon, alamat dan sebagainya) dan jangan sekali-kali mendedahkan kata laluan mereka kepada sesiapa pun kecuali anda.
- Ajar anak remaja anda untuk tidak mengklik pautan dalam e-mel atau mesej segera kerana ini merupakan cara biasa untuk terkena virus atau mendedahkan maklumat peribadi dan maklumat berharga kepada penjenayah.
- Terangkan kepada anak remaja anda tentang akibat perkongsian fail dan memuat turun buku, muzik, permainan serta filem. Berbincang dengan mereka tentang harta intelek, hak cipta dan plagiarisme.
- Tetapkan peraturan yang jelas tentang kandungan yang sesuai dipaparkan dalam talian seperti gambar, bahasa, maklumat peribadi dan sebagainya. Berbincang dengan mereka tentang jejak kaki digital dan betapa tindakan dalam talian mereka pada masa kini boleh memberikan kesan kepada mereka pada masa akan datang. Sebagai contoh, gambar atau komen dalam talian yang tidak

Tiga peraturan mudah untuk mengingatkan anak-anak:

- Simpan maklumat peribadi – rahiaskan semua maklumat peribadi (nama sebenar, alamat, nama sekolah, nombor telefon, gambar) dan akaun media sosial.
- Jauhi orang yang tidak dikenali. Sepertimana di dunia nyata, kanak-kanak perlu sentiasa menjauhi orang yang tidak dikenali. Jangan berbual dengan orang yang tidak dikenali dalam talian atau bersetuju untuk bertemu dengan mereka di luar talian.
- Sentiasa berhubung dengan ibu bapa dan penjaga. Kanak-kanak perlu berasa bebas untuk berkongsi pengalaman dalam talian mereka dengan ibu bapa dan penjaga, terutamanya jika terdapat sesuatu yang membuat mereka berasa tidak selesa.

sesuai mungkin boleh ditemui dan dibaca oleh bakal majikan, dan ini boleh menjelaskan peluang mereka untuk mendapatkan pekerjaan yang diinginkan.

Berbincang dengan anak remaja anda tentang kesan buruk aktiviti yang menyalahi undang-undang dan berbahaya, seperti pornografi dan perjudian dalam talian, serta pengaruh yang buruk, seperti keganasan, ketagihan, kebencian dan perkauman yang boleh berlaku kesan daripada pelibatan mereka

dengan komuniti dalam talian yang tidak sesuai.

Cara terbaik untuk menjaga keselamatan kanak-kanak dalam talian adalah dengan melibatkan diri dan memantau aktiviti mereka kerana tidak ada perisian atau aplikasi yang benar-benar dapat menjamin keselamatan mereka. Ingatlah bahawa anak-anak anda mungkin sudah mengetahui lebih banyak tentang Internet berbanding dengan anda. Oleh itu, sebaik-baiknya anda membuka akaun media sosial anda sendiri dan bermain permainan serta aplikasi yang digunakan oleh anak-anak anda supaya anda dapat mengetahui cara platform ini berfungsi. Dengan berbuat demikian, anda boleh cemerlang dalam keibubapaan siber.

Anda juga perlu menggunakan Internet secara bertanggungjawab dan menjadi contoh kepada keluarga anda. Mengelakkan hubungan positif dengan kerap berkomunikasi dengan anak-anak anda sangat penting dalam mencegah risiko dan ancaman siber daripada berlaku. Kebanyakan masalah serius berkaitan dengan Internet yang melibatkan kanak-kanak, seperti ketagihan Internet, buli siber dan kes berkaitan dengan seks berlaku dalam kalangan kanak-kanak yang mempunyai hubungan yang kurang baik dengan ibu

Tiga peraturan mudah untuk ibu bapa:

- Ketahui maklumat terkini tentang teknologi. Terdapat banyak sumber dalam talian yang tersedia untuk membantu bagi mengikuti perkembangan terkini dan mempelajari asas perisian, permainan serta aplikasi sedia ada dan yang baru dikeluarkan, contohnya, www.norton.com/familyresources
- Sentiasa berkomunikasi dengan anak-anak anda tentang pengalaman Internet mereka. Pupuk hubungan saling mempercayai dan pastikan talian komunikasi sentiasa terbuka.
- Bersungguh-sungguh memantau aktiviti dalam talian anak-anak anda – perkara yang dilakukan oleh mereka, tempat yang dikunjungi mereka dan orang yang bercakap dengan mereka.

bapa mereka. Interaksi yang kurang baik antara ibu bapa dengan anak-anak boleh menyebabkan kanak-kanak tersebut mengalami kesepian, berasa terasing dan rendah diri. Selain kemahiran sosial dan hidup yang belum matang, tekanan emosi seperti ini boleh menyebabkan kanak-kanak lebih terdedah kepada risiko dan ancaman siber.

Akhir kata, pastikan anak-anak anda meluangkan banyak waktu bebas teknologi untuk memupuk pelbagai kemahiran dan minat luar talian!



PENGHARGAAN



KEMENTERIAN KOMUNIKASI
DAN MULTIMEDIA MALAYSIA



Hasil Kerjasama



IKRAR ANDA

#myviralvow

PILIH

Muat turun mesej #myviralvow
di laman sesawang, www.cybersafe.my

SNAP

Selfie / Wefie bersama mesej #myviralvow
beserta gerak isyarat 🖤

KONGSI

Muat naik beserta kapsyen di akaun media
sosial anda dengan tanda pagar,
#myviralvow #cybersafe #cybersecuritymalaysia

CyberSAFE™ PARENTING

Ke Arah Kesejahteraan Siber

Untuk mendapatkan maklumat lanjut mengenai keibubapaan siber, sila hubungi:

CyberSecurity Malaysia

Level 7, Menara 1,
Menara Cyber Axis,
Jalan Impact,
63000 Cyberjaya
Selangor Darul Ehsan, Malaysia.

Waktu pejabat

Isnin - Jumaat 8:30 AM - 05:30 PM

Telefon

03-8800 7999

Hotline Cyber999: 1-300-88-2999

E-mel

cybersafe@cybersecurity.my

www.cybersecurity.my

www.cybersafe.my

ISBN 978-967-0118-02-4



9 789670 118024