TEMA : POLITEKNIK MERLIMAU MELAKA

Perkara : INFO SEMASA PMM

TAJUK ARTIKEL : AI ANXIETY: CABARAN PSIKOLOGI BAHARU BAGI GENERASI ALPHA

SUMBER : BERNAMA - 22 OKTOBER 2026

TINTA MINDA

AI Anxiety: Cabaran Psikologi Baharu Bagi Generasi Alpha



22/10/2026 10:10 AM

Pendapat mengenai pelbagai isu semasa daripada peneraju pemikiran, kolumnis dan pengarang.



Oleh :
Dr Siti Marhamah Kamarul Arifain

Kecerdasan buatan atau *Artificial Intelligence* (AI) bukan lagi sesuatu yang hanya kita dengar dalam filem atau bayangkan sebagai teknologi masa depan.

Hari ini, AI sudah menjadi sebahagian daripada kehidupan seharian.

Kita menggunakannya untuk mencari maklumat, menghasilkan idea, menganalisis data, belajar, bekerja dan juga membuat keputusan.

Bagi generasi muda, khususnya Generasi Alpha, kehadiran teknologi ini bukanlah sesuatu yang asing. Mereka membesar dalam persekitaran yang dipenuhi internet, media sosial, telefon pintar dan kini aplikasi berasaskan AI.

Namun, di sebalik kemudahan yang ditawarkan oleh AI, muncul satu persoalan yang semakin penting untuk diberi perhatian. Bagaimana perasaan generasi muda apabila mereka membesar dalam dunia yang teknologinya berkembang lebih pantas daripada yang mereka jangkakan?

TEMA : POLITEKNIK MERLIMAU MELAKA

Perkara : INFO SEMASA PMM

TAJUK ARTIKEL : AI ANXIETY: CABARAN PSIKOLOGI BAHARU BAGI GENERASI ALPHA

SUMBER : BERNAMA - 22 OKTOBER 2026

Suatu fenomena

Salah satu fenomena yang semakin mendapat perhatian ialah AI *anxiety*, iaitu perasaan bimbang, takut atau tidak yakin terhadap kesan perkembangan AI terhadap kehidupan seseorang.

Kebimbangan ini boleh berkait dengan pembelajaran, pekerjaan, kemahiran dan masa depan kerjaya.

Di Malaysia, isu ini turut mendapat perhatian apabila RTM baru-baru ini membincangkan kebimbangan generasi muda terhadap masa depan kerjaya dalam era perkembangan AI.

Perkara ini menunjukkan bahawa AI bukan lagi sekadar isu teknologi, tetapi sudah mula menjadi isu psikologi yang perlu difahami.

Generasi Alpha secara umum merujuk kepada mereka yang lahir sekitar tahun 2010 dan seterusnya.

Mereka merupakan generasi yang membesar sepenuhnya dalam era digital.

Cara mereka belajar, berkomunikasi dan mendapatkan maklumat sangat dipengaruhi oleh teknologi.

Dalam keadaan ini, pendedahan kepada AI merupakan sesuatu yang sukar dielakkan.

Malah, penggunaan AI dalam pembelajaran semakin menjadi kebiasaan.

Dapatan Program Pentaksiran Pelajar Antarabangsa (PISA) 2025 menunjukkan bahawa 56 peratus pelajar di Malaysia melaporkan bahawa mereka menggunakan *chatbot* AI untuk membantu pembelajaran sekurang-kurangnya sekali seminggu.

Pendedahan kepada AI sebenarnya boleh membawa banyak manfaat.

Pelajar boleh mendapatkan penerangan dengan lebih pantas, mencari idea, menerima maklum balas dan menggunakan AI sebagai sokongan dalam pembelajaran.

Namun begitu, semakin banyak mereka terdedah kepada keupayaan AI, semakin besar kemungkinan mereka mula mempersoalkan keupayaan diri sendiri.

Sebagai contoh, apabila seorang pelajar melihat AI mampu menghasilkan esei dalam beberapa saat, menganalisis data atau membantu menghasilkan kod komputer, mungkin timbul persoalan dalam fikirannya.

TEMA : POLITEKNIK MERLIMAU MELAKA

Perkara : INFO SEMASA PMM

TAJUK ARTIKEL : AI ANXIETY: CABARAN PSIKOLOGI BAHARU BAGI GENERASI ALPHA

SUMBER : BERNAMA - 22 OKTOBER 2026

Adakah kemahiran yang saya pelajari sekarang masih diperlukan pada masa hadapan? Adakah saya mampu bersaing dengan teknologi?

Kalau AI boleh melakukan perkara yang saya belajar, apakah nilai kemahiran saya nanti? Persoalan seperti ini mungkin kelihatan kecil, tetapi jika berlaku berulang kali, ia boleh mempengaruhi keyakinan diri pelajar.

Efikasi kendiri

Dalam psikologi pendidikan, keyakinan seseorang terhadap keupayaan dirinya dikenali sebagai efikasi kendiri.

Pelajar yang mempunyai efikasi kendiri yang tinggi biasanya lebih yakin untuk mencuba tugasan yang sukar, menghadapi kegagalan dan terus berusaha apabila berhadapan dengan cabaran.

Dalam konteks AI, aspek ini menjadi semakin penting kerana perubahan teknologi berlaku dengan begitu pantas.

Pendedahan kepada AI tidak semestinya menyebabkan kebimbangan. Sebaliknya, kesannya mungkin bergantung kepada bagaimana pelajar memahami dan menggunakan teknologi tersebut.

Jika AI dilihat sebagai alat yang membantu manusia meningkatkan keupayaan diri, penggunaannya boleh meningkatkan keyakinan dan motivasi untuk belajar.

Tetapi jika AI dilihat sebagai pesaing yang akan menggantikan manusia, teknologi yang sama mungkin menimbulkan rasa takut dan tidak yakin.

Di sinilah peranan pendidikan menjadi sangat penting. Pelajar perlu diberikan ruang untuk memahami bahawa AI tidak semestinya datang untuk menggantikan mereka.

Sebaliknya, mereka perlu belajar bagaimana untuk bekerja bersama AI. Perkara ini amat relevan dalam konteks Pendidikan Teknikal dan Vokasional.

Pelajar TVET sedang dipersiapkan untuk memasuki dunia pekerjaan yang semakin banyak menggunakan automasi, robotik, sistem pintar dan AI.

TEMA : POLITEKNIK MERLIMAU MELAKA

Perkara : INFO SEMASA PMM

TAJUK ARTIKEL : AI ANXIETY: CABARAN PSIKOLOGI BAHARU BAGI GENERASI ALPHA

SUMBER : BERNAMA - 22 OKTOBER 2026

Oleh itu, persediaan mereka tidak seharusnya terhad kepada kemahiran teknikal semata-mata. Mereka juga memerlukan kekuatan psikologi untuk berhadapan dengan perubahan teknologi.

Seorang pelajar mungkin mempunyai kemahiran teknikal yang baik, tetapi jika dia terlalu takut untuk mempelajari teknologi baharu, dia mungkin sukar menyesuaikan diri dengan perubahan di tempat kerja.

Sebaliknya, pelajar yang yakin terhadap kebolehan dirinya mungkin lebih terbuka untuk belajar, mencuba teknologi baharu dan meningkatkan kemahiran dari semasa ke semasa.

Dalam hal ini, efikasi kendiri mempunyai hubungan yang rapat dengan motivasi pembelajaran.

Apabila pelajar percaya bahawa mereka mampu belajar sesuatu yang baharu, mereka lebih cenderung untuk mencuba.

Mereka tidak mudah berputus asa apabila menghadapi kesukaran. Sebaliknya, apabila kebimbangan terhadap AI menjadi terlalu kuat, pelajar mungkin mula mengelakkan cabaran kerana merasakan bahawa mereka tidak mampu bersaing dengan perubahan yang berlaku.

Keadaan ini akhirnya boleh mempengaruhi kesediaan kerjaya seseorang untuk menghadapi alam pekerjaan.

Dalam dunia pekerjaan masa kini, kesediaan kerjaya bukan lagi hanya tentang mempunyai sijil atau kemahiran teknikal.

Graduan juga perlu mempunyai keupayaan untuk menyesuaikan diri, belajar sepanjang hayat, mengurus tekanan, berkomunikasi dengan baik dan yakin menghadapi perubahan.

Kementerian Pendidikan Tinggi melalui Pelan Strategik Kebolehpasaran Graduan 2026 hingga 2030 turut memberi penekanan kepada keperluan melahirkan graduan yang adaptif, tangkas dan berdaya tahan dalam menghadapi perubahan pasaran pekerjaan.

Oleh itu, kebimbangan terhadap AI tidak seharusnya dilihat semata-mata sebagai masalah yang perlu dihapuskan.

Sebaliknya, ia boleh menjadi satu isyarat bahawa pelajar memerlukan sokongan untuk memahami perubahan yang sedang berlaku.

TEMA : POLITEKNIK MERLIMAU MELAKA

Perkara : INFO SEMASA PMM

TAJUK ARTIKEL : AI ANXIETY: CABARAN PSIKOLOGI BAHARU BAGI GENERASI ALPHA

SUMBER : EKONOMI - 22 OKTOBER 2026

Mereka perlu dibantu untuk membezakan antara kebimbangan yang berasaskan realiti dengan kebimbangan yang berpunca daripada persepsi atau ketakutan terhadap sesuatu yang belum berlaku.

Pendidik juga mempunyai peranan yang besar dalam proses ini.

Guru dan pensyarah bukan sahaja perlu mengajar cara menggunakan AI, tetapi juga perlu membimbing pelajar supaya menggunakan teknologi secara kritis dan bertanggungjawab.

Penggunaan AI dalam pembelajaran seharusnya tidak menghilangkan peluang pelajar untuk berfikir, mencipta, berbincang dan menyelesaikan masalah sendiri.

Generasi Alpha dan cabaran untuk hidup

Bagi Generasi Alpha, cabaran sebenar bukanlah sekadar belajar menggunakan AI.

Cabaran yang lebih besar ialah belajar untuk hidup, belajar dan bekerja dalam dunia yang semakin dipengaruhi oleh AI tanpa kehilangan keyakinan terhadap keupayaan diri sendiri.

Oleh itu, apabila kita membincangkan AI dalam pendidikan, kita tidak seharusnya hanya bertanya sama ada pelajar tahu menggunakan teknologi.

Kita juga perlu bertanya bagaimana teknologi tersebut mempengaruhi emosi, keyakinan, motivasi dan pandangan mereka terhadap masa depan.

Akhirnya, kita tidak mahu Generasi Alpha membesar dengan ketakutan bahawa mereka akan digantikan oleh AI.

Sebaliknya, kita mahu mereka membesar dengan keyakinan bahawa mereka mampu menggunakan AI untuk menjadi lebih baik, lebih bersedia dan lebih berdaya saing.

Dalam konteks pendidikan dan TVET, matlamat kita bukan sekadar melahirkan generasi yang celik teknologi, tetapi generasi yang mempunyai keyakinan, motivasi, daya tahan dan kesediaan untuk menghadapi masa depan.

Dalam era AI, mungkin kemahiran teknikal akan terus berubah, tetapi keupayaan untuk belajar, menyesuaikan diri dan percaya kepada kebolehan diri sendiri akan kekal menjadi kekuatan manusia.

-- ERNAMA