

Perspektif

Pejabat Pendaftar UMT



VOLUME 3
DISEMBER 2021

"PROGRAM PENDAFTAR UMT PRIHATIN"



الَّذِينَ يَنْفِقُونَ أَمْوَالَهُمْ بِاللَّيْلِ وَالنَّهَارِ سِرًّا وَعَلَانِيَةً فَلَهُمْ
أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

"Orang-orang yang menginfakkan hartanya malam dan siang hari (secara) sembunyi-sembunyi maupun terang-terangan, mereka mendapat pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati."

(Surah Al-Baqarah: 274)

eISSN 2785-9037



Sidang Editorial



Zukiferee bin Ibrahim
Penasihat



Zahirah binti A Razak
Ketua Editor



Shahrul Jama bin Othman
Editor



Norlaile binti Hamid
Editor



Norhafizah binti Mohd Suib
Editor



Aisamuddin bin A. Jalil
Editor



Hasmadiana binti
Che Mohamad Aasdik
Editor



Khasmilia binti Mohd Azmi
Urusetia

Kandungan

- 3 Kalam Pendaftar
- 4 UMT Bersama Masyarakat:
Program Pendaftar UMT Prihatin
- 6 Majlis Ikrar Pelajar baharu
(Sarjana Muda) Sesi 2021/2022
- 7 Jerayawara Kenaikan Pangkat
Ahli Akademik UMT 2021
- 8 Melancarkan Urusan Kerja di Era
Norma Baharu Melalui Latihan
Kemahiran Teknologi Komunikasi
dan maklumat (ICT)
- 12 Patah Tumbuh, Hilang Berganti
- 13 Uji Cergas Bahagian Keselamatan
- 16 Kaunseling: Selayang Pandang
- 18 Gigi Sensitif
- 20 Pendarahan Berlanjutan Selepas
Cabutan Gigi
- 22 Pesara (Sehingga Jun 2021)
- 23 Belasungkawa (Sehingga Jun
2021)

KALAM PENDAFTAR



Perspektif pada kali ini memuatkan Program Pendaftar UMT Prihatin sebagai berita utama. Program ini dilaksanakan untuk menyahut seruan UMT Prihatin yang merupakan sebahagian daripada agenda utama KPT sebagaimana yang telah diumumkan oleh YB Menteri Pengajian Tinggi dalam Amanat Tahun 2021.

Sungguhpun program ini dianjurkan secara dalam talian, program turun kepada masyarakat tetap dijalankan walaupun dalam kelompok yang kecil lantaran pandemik COVID-19 yang masih belum reda. Namun begitu, kita dapat merasai kehadiran UMT ditengah gelanggang masyarakat khususnya di sekitar Mengabang Telipot disenangi bahkan diharapkan oleh warga tempatan.

Sumbangan kecil warga Pendaftar yang dihulurkan kepada masyarakat mudah-mudahan memberi makna yang besar untuk meringankan kehidupan seharian mereka. Program ini adalah suatu kesinambungan terhadap program yang telah dianjurkan oleh pelbagai PTJ sebelum ini. Ia merentasi golongan sasaran seperti pelajar sekolah, masyarakat OKU atau Kumpulan B40. Tentunya, 20 tahun UMT bertapak di bumi Mengabang Telipot membawa makna yang mendalam terhadap pembangunan sosio-ekonomi komuniti setempat.

Apa yang lebih penting, program warga UMT bersama komuniti adalah sebagai tanda komitmen atas seruan Rasulullah SAW yang menyatakan "Sesiapa yang tidak mengambil tahu tentang urusan orang-orang Islam, maka ia tidak termasuk dari kalangan mereka." (Riwayat Thabrani).

Peranan universiti terhadap komuniti tidak akan sirna apabila warganya sama ada pelajar atau staf sentiasa mengambil langkah proaktif untuk turun menyelami dan memahami isu dan keperluan rakyat. Hubungan langsung yang erat antara universiti dan komuniti akan merapatkan jurang komunikasi antara kedua pihak dan akan merealisasikan gagasan universiti mensejahterakan masyarakat. Ilmu dan kajian para pensyarah serta penyelidik di universiti akan dapat diaplikasi dan seterusnya dinilai semula berdasarkan pemerhatian dan penglibatan berterusan dengan komuniti.

Dalam kemegahan mengejar ranking di peringkat global, UMT sebagai sebuah menara gading tidak boleh bersikap elitis dan alpa untuk menjalankan tanggungjawab sosial kepada masyarakat lokal. Penubuhan UMT dan institusi pendidikan tinggi lain pasti memberi impak dari segi perkembangan ekonomi masyarakat setempat seperti mewujudkan peluang pekerjaan atau perniagaan, malah turut menjadi nadi utama terhadap pembangunan bandar-bandar baharu. Mungkin kita terlepas pandang, universiti juga membina citra tersendiri kepada masyarakat sekeliling dengan pembinaan bangunan dan fasiliti yang mampu menjadi mercu tanda kepada kawasan setempat. Kubang Badak atau Mengabang Telipot tidak memiliki apa-apa makna dalam peta daerah Kuala Nerus tanpa UMT!

ZUKIFEREE BIN IBRAHIM
Pendaftar
Universiti Malaysia Terengganu

UMT BERSAMA MASYARAKAT : PROGRAM PENDAFTAR UMT PRIHATIN

Oleh: Norhafizah binti Mohd Suib

Program Pendaftar UMT Prihatin merupakan program Pejabat Pendaftar UMT bersama masyarakat setempat. Program yang diusahakan melalui pusat-pusat tanggungjawab di bawah portfolio Pendaftar iaitu Pejabat Pendaftar, Bahagian Keselamatan, Pusat Pembangunan Bakat dan Inovasi (PPBI) dan Pusat Kesihatan Universiti (PKU) ini adalah antara usaha UMT untuk bersama-sama menyahut saranan melaksanakan agenda KPT Prihatin sebagaimana yang telah digagaskan oleh YB Menteri Pengajian Tinggi dalam Amanat Tahun Baharu 2021. Selain itu, program ini juga merupakan salah satu usaha UMT untuk mendekati masyarakat dan membantu masyarakat setempat di kala pandemik COVID-19.

Program Pendaftar UMT Prihatin yang telah diadakan pada 12 hingga 15 September 2021 ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesedaran berkaitan wabak merbahaya serta mengancam nyawa yang sedang melanda dunia amnya dan Malaysia khususnya. Program ini juga memberi fokus terhadap isu kesihatan mental, emosi dan fizikal yang dilihat sebagai satu usaha yang sangat baik dan amat bersesuaian dengan keadaan pada masa kini rentetan daripada isu kesihatan mental yang kian meningkat dalam kalangan masyarakat. Program Pendaftar UMT Prihatin ini dilaksanakan secara maya, melibatkan beberapa slot webinar oleh barisan penceramah atau pakar dari Jabatan Kesihatan Negeri Terengganu, Hospital Kuala Lumpur, UMT, UTEM, dan UiTM. Ianya turut dilaksanakan secara bersemuka bagi sesi sumbangan kepada masyarakat setempat.

Penyertaan program ini tertumpu kepada guru dan pelajar sekolah Kuala Nerus, komuniti Kuala Nerus, warga UMT dan jemputan turut dipanjangkan kepada warga Universiti Awam (UA). Majlis Perasmian Program Pendaftar UMT Prihatin ini telah disempurnakan oleh YBhg. Prof. Dr. Mazlan Abd Ghaffar, Naib Canselor UMT pada 12 September 2021 dan YBhg. Naib Canselor juga turut merasmikan Program Gempur Aedes UMT 2021 pada majlis berkenaan.



Program Pendaftar UMT Prihatin ini telah melabuhkan tirainya dengan sesi penyampaian sumbangan barangan keperluan harian kepada beberapa penduduk asnaf di Kampung Tanjung Gelam dan Kampung Gong Datok pada 16 September 2021 dengan kerjasama Jawatankuasa Pembangunan dan Keselamatan Kampung (JPKK). Sumbangan telah disampaikan oleh Tuan Hj Zukiferee bin Ibrahim, Pendaftar UMT dan Encik Abdullah Syukri M. Saleh, mantan Timbalan Pendaftar Jabatan Sumber Manusia. Diharap sumbangan ini dapat meringankan sedikit beban mereka yang memerlukan.

Semoga Program Pendaftar UMT Prihatin ini dapat dimanfaatkan sebaiknya oleh komuniti sekitar Kuala Nerus khususnya dan juga warga UMT dan UA amnya.



Kuala Terengganu, Terengganu

MAJLIS IKRAR PELAJAR BAHARU (SARJANA MUDA) SESI 2021/2022 KELOLAAN PEJABAT PENDAFTAR

Oleh: Shahrul Jama bin Othman



Majlis Ikrar Pelajar Baharu bersama Naib Canselor UMT

PROF. DR. MAZLAN BIN ABD GHAFFAR, FASc
Naib Canselor UMT

7 Oktober 2021 (Khamis)
2.15 ptg - 3.15 ptg
secara dalam talian ▶▶

Minggu Jalinan Mesra Pelajar Baharu Secara Dalam Talian | Program Sarjana Muda Sesi 2021/2022

Status negeri Terengganu yang masih berada dalam Fasa 3 Pelan Pemulihan Negara (PPN) bagi mengekang penularan pandemik COVID-19 tidak menghalang Universiti Malaysia Terengganu (UMT) meraikan kehadiran para pelajar baharu program sarjana muda bagi sesi 2021/2022.

Seramai 2,134 orang pelajar baharu telah mendaftar dan mengikuti sesi suai kenal melalui Minggu Jalinan Mesra bermula 5-7 Oktober 2021 secara dalam talian sepenuhnya. Kemuncak kepada sesi suai kenal ini, Majlis Ikrar Pelajar telah diadakan pada 7 Oktober 2021 yang mana Pejabat Pendaftar telah diberi tanggungjawab untuk menguruskannya. Majlis ini melibatkan semua pelajar baharu dengan kehadiran Naib Canselor UMT, Pegawai-pegawai Utama UMT, Dekan-dekan, Pensyarah dan pegawai-pegawai lain.

Pada majlis ini, YBrs. Prof. Ts. Dr. Mohd Zamri bin Ibrahim, Timbalan Naib Canselor, Akademik dan Antarabangsa mewakili Naib Canselor UMT telah menyampaikan ucapan dan amanat kepada semua pelajar. Intipati ucapan beliau antara lain menyentuh berkaitan kelebihan dan keunikan UMT, kemudahan dan fasiliti untuk pelajar, cabaran dan penyesuaian diri dalam menghadapi kehidupan norma baharu di kampus serta persekitaran pengajaran dan pembelajaran era digitalisasi.

Seterusnya, upacara lafaz ikrar pelajar telah diadakan sebagai simbolik kepada kehadiran pelajar-pelajar baharu yang bakal sama-sama mendukung visi dan misi UMT. Lafaz ikrar ini diketuai oleh wakil pelajar baharu, saudara Wan Muhammad Zakwan Al-Hakim bin Wan Mohd Azman dari Fakulti Teknologi Kejuruteraan Kelautan dan Informatik (FTKKI) dan diikuti oleh para pelajar lain secara dalam talian.

UMT berbangga dengan semangat dan kesungguhan yang ditunjukkan oleh para pelajar ini dalam menempuh kehidupan alam menara gading pada era digitalisasi dan gaya hidup norma baharu ini.



JERAYAWARA KENAIKAN PANGKAT AHLI AKADEMIK UMT 2021

Oleh: Intan Farina Ijok binti Idris



13 JULAI 2021

UNIVERSITI MALAYSIA TERENGGANU

Seksyen Pelantikan dan Kenaikan Pangkat Akademik, Jabatan Sumber Manusia telah menganjurkan Jerayawara Glosari Kriteria Kenaikan Pangkat Ahli Akademik Berasaskan Laluan Kerjaya (DCP) Ke Gred Khas C (VK7) Dan Penambahbaikan Kriteria Kenaikan Pangkat Ke Gred DS52 dan DS54 melalui platform secara dalam talian menggunakan aplikasi WEBEX. Jerayawara ini telah disampaikan oleh YBhg. Prof. Ts Dr. Mohd Zamri Ibrahim, Timbalan Naib Canselor (Akademik dan Antarabangsa), UMT dan dihadiri seramai 290 ahli akademik UMT.

Program ini dilaksanakan bertujuan untuk membuat hebahan berkenaan glosari kriteria kenaikan pangkat ke Gred Khas C (VK7) (Profesor) berasaskan empat (4) laluan. kerjaya yang telah di laksanakan di UMT bermula 1 September 2021 dan cadangan penambahbaikan kriteria kenaikan pangkat ke Gred DS52 dan DS54. Program ini diharapkan dapat membantu ahli akademik UMT untuk melakar kerjaya dengan lebih strategik demi kegemilangan bersama dan seterusnya dapat membantu untuk meningkatkan kecemerlangan ahli akademik dan juga universiti.



MELANCARKAN URUSAN KERJA DI ERA NORMA BAHARU MELALUI LATIHAN KEMAHIRAN TEKNOLOGI KOMUNIKASI DAN MAKLUMAT (ICT)

Oleh: Suhaiti binti Mohd

Memasuki tempoh dua tahun dunia berdepan dengan krisis pandemik COVID-19 telah mengubah corak kerja dan penyampaian perkhidmatan. Hal ini turut memberi perubahan kepada penyedia latihan (training provider) untuk menawarkan latihan yang bersesuaian supaya proses adaptasi berlaku seiring dengan pantasnya perubahan landskap budaya kerja dalam era norma baharu.

ICT (Information and Communication Technology) atau Teknologi Maklumat dan Komunikasi merupakan istilah umum untuk pelbagai set teknologi yang membolehkan pengguna untuk membuat, mengakses, menyebarkan, menyimpan, mengurus dan menyampaikan maklumat dalam format digital. ICT juga merangkumi perkakasan komputer dan aplikasi perisian, merangkumi telefon bimbit, komputer, perkakasan rangkaian, internet, sistem telekomunikasi dan sebagainya serta pelbagai perkhidmatan yang berkaitan dengan aplikasi.

Penyediaan latihan kemahiran ICT bukanlah sesuatu yang baharu di universiti, namun pelbagai aplikasi terkini dan kaedah-kaedah tertentu yang relevan perlu diberi pendedahan untuk menyokong kelestarian universiti sepanjang tempoh Pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) dilaksanakan.

UMT

E-LEARNING TRAINING CONTENT CREATION: padlet

DR. AZZA JAUHAR AHMAD TAJUDDIN PRESENTER

01 APRIL 2020 WEDNESDAY 10:00 am - 11:00 am

ONLINE VIA

Access through e-Learning oasis -> remote training series
<https://bit.ly/3dA7wg6>

Organized by:
 e-Learning Unit, Ecosystem Digital &
 Centre of Talent Development and Innovation
 Universiti Malaysia Terengganu

UMT

E-LEARNING TRAINING CONTENT CREATION: SCREENCAST

31 MARCH 2020 TUESDAY 10:00 am - 11:00 am

ONLINE VIA: Oasis

PRESENTER DR. HAZLINA AHMAD ZAKERI

Access through e-Learning oasis -> remote training series
<https://bit.ly/3dA7wg6>

Organized by:
 e-Learning Unit, Ecosystem Digital &
 Centre of Talent Development and Innovation
 Universiti Malaysia Terengganu

Pelaksanaan Perintah Kawalan Pergerakan (PKP) oleh Kerajaan Malaysia bermula 18 Mac 2020 telah meningkatkan penggunaan ICT dalam melancarkan urusan kerja seharian lebih-lebih lagi arahan bekerja dari rumah dalam tempoh PKP tersebut.

Menyedari kepentingan pendedahan kemahiran ICT yang bersesuaian dalam era norma baharu ini, Pusat Pembangunan Bakat dan Inovasi (PPBI) telah menyediakan 59 latihan berkaitan dengan ICT pada tahun 2020 dan 2021 kepada staf akademik dan bukan akademik sebagai salah satu usaha menyokong produktiviti dan keupayaan penyampaian perkhidmatan selari dengan situasi kerja hari ini.

Antara latihan ICT yang disediakan ialah latihan mengurus dokumen secara dalam talian menggunakan Cloud Storage, aplikasi Google Keep dan Google Drive. Manakala latihan ICT untuk mereka dan mencipta konten dan penilaian iaitu aplikasi Screen Cast- O Matic, Kahoot, Mentimeter, Quizziz dan Socrative. Beberapa siri latihan mendedahkan dan membiasakan staf untuk menggunakan aplikasi sebaran media seperti aplikasi Zoom, Webex dan saluran Youtube/Facebook turut disediakan.

Latihan ICT berkaitan dengan alternatif untuk pembentangan, persembahan data dan maklumat turut disediakan melalui latihan aplikasi Canva, Powtoon, PowerPoint, Excel, Prezi dan Padlet.

Perubahan dalam penggunaan ICT diusahakan supaya ianya bersesuaian mengikut jenis pekerjaan dan berdasarkan matlamat organisasi itu sendiri. Pihak PPBI akan terus berusaha menyajikan latihan kemahiran ICT secara berkala supaya tahap kesedaran dan kemahiran dapat ditingkatkan.



ONLINE LECTURE

Zoom

PRESENTER
Mr. Mohd Hafiz Nural Azhan
Mr. Muhammad Ismail Afandi Muda

SUNDAY | 29 MARCH 2020
10:00 am - 11:00 am

ONLINE VIA : Cisco Webex
please download this app

Access through e-Learning oasis -> remote training series
<https://bit.ly/3dA7wg6>
or through
<https://bit.ly/2UG8e20>

Organized by :
e-Learning Unit, Ecosystem Digital &
Centre of Talent Development and Innovation
Universiti Malaysia Terengganu

If you face any technical difficulty, please contact e-Learning Unit via online chat (Live helpdesk), el@umt.edu.my or directly call 09-668 3674 / 4434 / 3624 / 4433, <https://apps-el.umt.edu.my/support>



E-LEARNING TRAINING

ENGAGING STUDENT THROUGH ONLINE LEARNING USING Google Slides

03 APRIL 2020 FRIDAY
09:00 am - 10:00 am

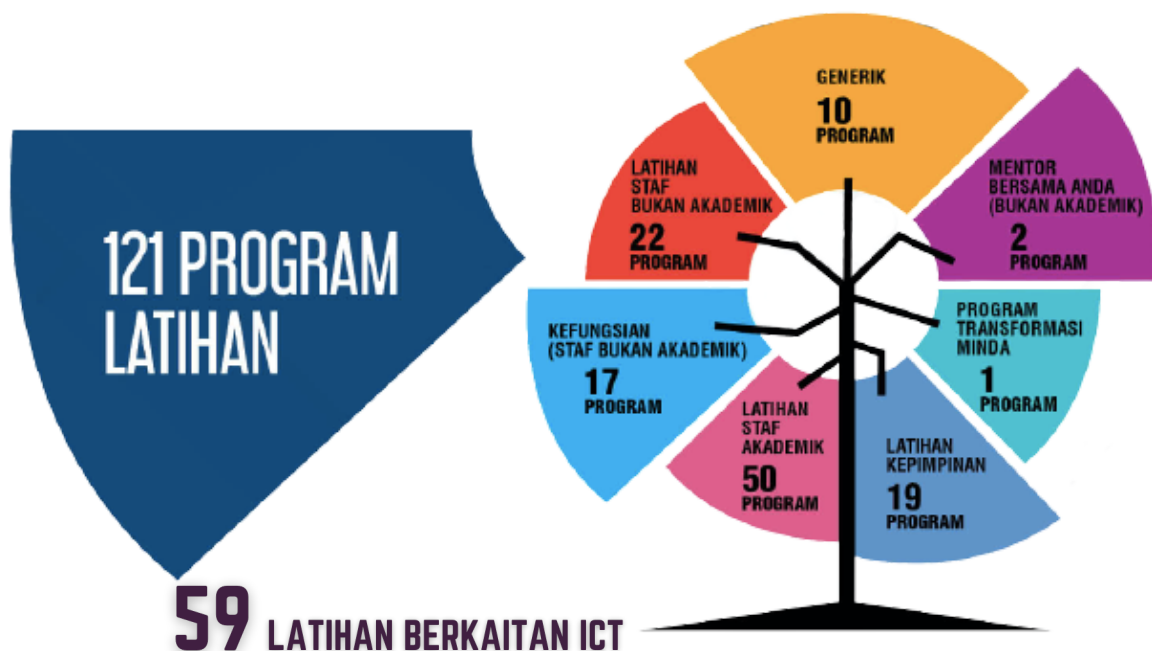
ONLINE VIA : Cisco Webex
please download this app

PRESENTER :
DR. SHAHREZA MD. SHERIFF

Access through e-Learning oasis -> remote training series
<http://bit.ly/UMTRemoteLearning>

Organized by :
e-Learning Unit, Ecosystem Digital &
Centre of Talent Development and Innovation,
Universiti Malaysia Terengganu

If you face any technical difficulty, please contact e-Learning Unit via online chat (Live helpdesk), el@umt.edu.my or directly call 09-668 3674 / 4434 / 3624 / 4433, <https://apps-el.umt.edu.my/support>



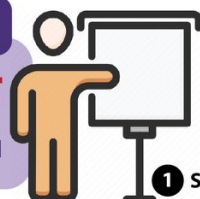
Engaging student through ONLINE LEARNING USING Google DOCUMENT SHEET & SLIDE



SPEAKER

DR. SHAHREZA MD SHERIFF

Universiti Malaysia Terengganu



27 MARCH 2020

SESSION 1

10:00AM - 11:00AM

**Google
DOCUMENT**

SESSION 2

2:30PM - 3:30PM

**Google
SHEET**

28 MARCH 2020

SESSION 3

10:00AM - 11:00AM

**Google
SLIDE**

Online via

zoom

Video Conferencing

please download this app

Prepared by :



1 SIGN IN 2 JOIN MEETING 3 INSERT ID



KURSUS e-SIJIL MENGGUNAKAN AUTOCRAT **Gred 19 - 38**

 **4 MEI 2021 (SELASA)**
 **10.00 AM - 12.00 PM**
 **WEBEX Online** 

OBJEKTIF

- Melatih kakitangan sokongan dalam menghasilkan reka bentuk grafik sijil.
- Membantu kakitangan dalam menghasilkan e-sijil menggunakan beberapa aplikasi Google.

PENCERAMAH

Dr. Noor Azliza Che Mat PENSARAH Fakulti Teknologi Kejuruteraan Kelautan dan Informatik	Ts. Dr. Wan Nural Jawahir Hj Wan Yusof PENSARAH Fakulti Teknologi Kejuruteraan Kelautan dan Informatik
---	--

Anjuran :
 Pusat Pembangunan Bakat dan Inovasi
 Emel: unit.latihan@umt.edu.my / no.tel. 09-668 4479



E-LEARNING TRAINING CONTENT CREATION : POWTOON

PRESENTER
DR. MOHAMED SHAHRIR MOHAMED ZAHARI

ONLINE VIA 

 
 Access through e-Learning oasis
 -> remote training series
<http://bit.ly/UMTRemoteLearning>

 **05 APRIL 2020 SUNDAY**
10:00 am - 11:00 am

If you face any technical difficulty,
 please contact **e-Learning Unit** via
 online chat (Live helpdesk), el@umt.edu.my
 or directly call 09-668 3674 / 4434 / 3624 / 4433,
<https://apps-el.umt.edu.my/support>

Organized by :
 e-Learning Unit, Ecosystem Digital & Centre of Talent Development and Innovation
 Universiti Malaysia Terengganu



E-LEARNING TRAINING ONLINE @ ASSESSMENT THE WAY FORWARD

21 APRIL 2020 TUESDAY
10:00 am - 12:00 pm

PRESENTER
Mr. Luk Wai To **Mr. Chan Chun Sang**
 THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY

ONLINE VIA 

 
 Access through e-Learning Oasis
 >> Remote Training Series
<http://bit.ly/UMTRemoteLearning>

If you face any technical difficulty,
 please contact **e-Learning Unit** via
 online chat (Live helpdesk), el@umt.edu.my
 or directly call 09-668 3674 / 4434 / 3624 / 4433,
<https://apps-el.umt.edu.my/support>

Organized by :
 e-Learning Unit, Ecosystem Digital & Centre of Talent Development and Innovation
 Universiti Malaysia Terengganu



E-LEARNING TRAINING Assessment edpuzzle

Presenter
Dr. Nor Omaira Harun

12 APRIL 2020 SUNDAY
10:00 am - 11:00 am

ONLINE VIA 

 
 Access through e-Learning oasis
 -> remote training series
<http://bit.ly/UMTRemoteLearning>

Organized by :
 e-Learning Unit, Ecosystem Digital & Centre of Talent Development and Innovation, Universiti Malaysia Terengganu
 If you face any technical difficulty, please contact **e-Learning Unit** via online chat (Live helpdesk),
el@umt.edu.my or directly call 09-668 3674 / 4434 / 3624 / 4433, <https://apps-el.umt.edu.my/support>

PATAH TUMBUH, HILANG BERGANTI

Oleh: Shahrul Jama bin Othman

Berkuat kuasa 1 Oktober 2021 yang lalu, UMT telah melaksanakan penambahbaikan struktur organisasi dan tadbir urus melibatkan beberapa perubahan pusat tanggungjawab dan penempatan semula staf.

Salah seorang pegawai di Pejabat Pendaftar yang terlibat dalam penempatan semula ini ialah En. Abdullah Syukri bin M. Saleh yang menyandang jawatan Timbalan Pendaftar dan mengetuai Jabatan Sumber Manusia (JSM).

Beliau yang lebih mesra disapa sebagai En. Lah atau Pak Lah telah berkhidmat di Pejabat Pendaftar selama tiga tahun sebelum meneruskan khidmat sebagai Timbalan Pendaftar Jabatan Hal-Ehwal Pelajar (HEPA) bermula 1 Oktober 2021. Sepanjang bertugas di Pejabat Pendaftar, En. Abdullah diberi kepercayaan untuk membantu Pendaftar UMT khususnya dari aspek perancangan sumber manusia merangkumi perjawatan dan perkhidmatan staf.

Sebagai tanda ingatan dan penghargaan, Pejabat Pendaftar telah mengadakan Program Lestari Khas pada 30 September 2021 yang juga merupakan hari terakhir beliau bersama Pejabat Pendaftar.



Patah tumbuh hilang berganti. Pada 1 Oktober 2021, Pejabat Pendaftar telah menerima seorang ahli keluarga baharu, Cik Norlaile binti Hamid yang menggantikan En. Abdullah Syukri sebagai Timbalan Pendaftar di Jabatan Sumber Manusia.

Cik Norlaile yang lebih mesra disapa sebagai Cik Laile sebelum ini berkhidmat sebagai Ketua Penolong Pendaftar di Pusat Pengurusan Akademik dan Kualiti (PPAK) sejak Ogos 2019, sebelum menerima kenaikan pangkat dan bertukar ke Pejabat Pendaftar. Mula berkhidmat di UMT pada 1 Ogos 2002, Cik Laile juga berpengalaman luas dalam tadbir urus universiti dan pernah ditempatkan di pelbagai PTj seperti Pusat Komunikasi Korporat, Fakulti Pengajian Maritim dan Sains Marin, Pejabat Pembangunan dan Harta serta Pusat Pengurusan Siswazah.

Pengalaman dan kepakaran beliau akan membantu Pendaftar dan Pejabat Pendaftar dalam perancangan sumber manusia dan penyampaian perkhidmatan yang lebih berkesan.

Selamat maju jaya Pak Lah dan Cik Laile! Selamat bertugas di tempat baharu dan semoga terus komited menyumbang kepada kecemerlangan UMT.

UJI CERGAS BAHAGIAN KESELAMATAN

Oleh : Aisamuddin bin A. Jalil

Uji Cergas (UC) merupakan aktiviti yang dijalankan secara berkala dalam menentukan tahap kecergasan individu. Sudah menjadi kelaziman staf Keselamatan dinilai sebahagiannya dari segi kecergasan fizikal.

UC Keselamatan merangkumi lima (5) disiplin ujian seperti lari 2.4KM, lari 4 X 10m, lompat jauh dari kedudukan statik, bangkit tubi dan mendagu (lelaki) atau holdpress (wanita). Setiap disiplin ujian ini akan dinilai berdasarkan jantina dan peringkat umur dan proses terakhir akan dijumlahkan markah mengikut disiplin ujian sebelum ditentukan gred LULUS (A, B, C atau D) atau GAGAL.

Pada 12 dan 13 Okt 21 yang lepas, Bahagian Keselamatan telah menjalankan UC siri 1 dan kesemua anggota yang hadir buat UC telah mencapai gred LULUS. Semoga UC ini menjadi perkara motivasi setiap dalam kalangan anggota untuk sentiasa memastikan tahap kecergasan dan kesihatan yang baik.



Seperti Angkatan Tentera Malaysia (ATM), UC ini juga merupakan aktiviti yang dibuat secara berkala dalam menentukan tahap kecergasan anggota. Jadi sudah menjadi lumrah dalam kalangan petugas Keselamatan untuk sentiasa memastikan tahap kecergasan masing-masing berada dalam tahap sewajarnya.



Taraf Pencapaian Uji Cergas Lelaki

TARAF PENCAPAIAN UJI CERGAS LELAKI

UMUR	MARKAH	BANGKIT TUBI (SIT UP) DALAM MASA 60 SAAT	LOMPAT JUAH DARI KEDUDUKAN BERDIRI (STANDING BOARD JUMP) CM	4 X 10 M LARI ULANG ALIK (SHUTTEL RUN)SAAT	MENDAGU (CHIN UP) DALAM MASA 30 SAAT	LARI 2.4 KM MIN:SAAT
18-24 KUMP 1	5	>>39	>>242	<<10.4	>>10	<<10.21
	4	37-39	234-242	10.4-10.5	9-10	10.21-11.0
	3	34-36	225-233	10.6-10.7	7-8	11.01-11.4
	2	31-33	216-224	10.8-10.9	5-6	11.41-12.2
	1	28-30	207-215	11.0-11.4	3-4	12.21-13.0
25-34 KUMP 2	5	>>36	>>233	<<10.6	>>8	<<11.01
	4	34-36	225-233	10.6-10.7	7-8	11.01-11.4
	3	31-33	216-224	10.8-10.9	5-6	11.41-12.2
	2	28-30	207-215	11.0-11.4	3-4	12.21-13.0
	1	25-27	198-197	11.2-11.3	1-2	13.01-13.4
35-44 KUMP 3	5	>>33	>>224	<<10.8	>>6	<<11.41
	4	31-33	216-224	10.8-10.9	5-6	11.41-12.2
	3	28-30	207-215	11.0-11.4	3-4	12.21-13.0
	2	25-27	198-206	11.2-11.3	2	13.01-13.4
	1	22-24	189-197	11.4-11.5	1	13.41-14.4
45-54 KUMP 4	5	>>30	>>206	<<11.2	>>4	<<12.21
	4	28-30	198-206	11.2-11.3	4	12.21-13.0
	3	25-27	189-197	11.4-11.5	3	13.01-13.4
	2	22-24	180-188	11.6-11.7	2	13.41-14.2
	1	19-21	171-179	11.8-11.9	1	14.21-15.0

PENGELASAN GRED

SIRI	GRED	JUMLAH
1.	A	25 KEATAS
2.	B	20 HINGGA 24
3.	C	15 HINGGA 19
4.	D	10 HINGGA 14
5.	-	9 KE BAWAH GAGAL

Taraf Pencapaian Uji Cergas Wanita

TARAF PENCAPAIAN UJI CERGA WANITA

UMUR	MARKAH	BANGKIT TUBI (SIT UP) DALAM MASA 60 SAAT	LOMPAT JUAH DARI KEDUDUKAN BERDIRI (STANDING BOARD JUMP) CM	4 X 10 M LARI ULANG ALIK (SHUTTEL RUN)SAAT	BERGANTUNG DENGAN TANGAN SAAT	LARI 2.4 KM MIN:SAAT
18-24 KUMP 1	5	>>28	>>197	<<11.6	>>42	<<15.01
	4	27-28	186-197	11.6-11.8	38-42	15.01-15.30
	3	25-26	174-185	11.9-12.1	34-37	15.31-16.00
	2	23-24	162-173	12.2-12.4	30-33	16.01-16.30
	1	21-22	150-161	12.5-12.7	26-29	16.31-17.00
25-34 KUMP 2	5	>>26	>>185	<<11.9	>>37	<<15.31
	4	25-26	174-185	11.9-12.1	34-37	15.31-16.00
	3	23-24	162-173	12.2-12.4	30-33	16.01-16.30
	2	21-22	150-161	12.5-12.7	26-29	16.31-17.00
	1	19-20	138-149	12.8-13.0	22-25	17.01-17.30
35-44 KUMP 3	5	>>24	>>173	<<12.2	>>33	<<16.01
	4	23-24	162-173	12.2-12.4	30-33	16.01-16.30
	3	21-22	150-161	12.5-12.7	26-29	16.31-17.00
	2	19-20	138-149	12.9-13.0	22-25	17.01-17.30
	1	17-18	126-137	13.1-13.3	18-21	17.31-18.00
45-54 KUMP 4	5	>>22	>>149	<<12.8	>>25	<<16.31
	4	21-22	138-149	12.8-13.0	22-25	16.31-17.00
	3	19-20	126-137	13.1-13.3	18-21	17.01-17.30
	2	17-18	114-125	13.4-13.6	14-17	17.31-18.00
	1	15-16	102-113	13.7-13.9	10-13	18.01-18.30

PENGELASAN GRED

SIRI	GRED	JUMLAH
1.	A	25 KEATAS
2.	B	20 HINGGA 24
3.	C	15 HINGGA 19
4.	D	10 HINGGA 14
5.	-	9 KE BAWAH GAGAL

KAUNSELING: SELAYANG PANDANG

Oleh: Wan Nor Ahmad Syaifuddin bin Wan Norazmi

Apa Itu Kaunseling

Kaunseling dalam konteks pemikiran masyarakat ialah nasihat. Kaunseling bukan bererti nasihat, walaupun terdapat nasihat yang diberikan. Malah, kaunselor tidak memberi jawapan secara langsung kepada semua klien, kerana apa yang baik untuk kaunselor tidak semestinya baik juga untuk klien.

Kaunseling mempunyai pelbagai definisi daripada pengamal-pengamal kaunseling. Hassan Langgulong (1990) telah mendefinisikan kaunseling sebagai satu proses pembelajaran psiko sosial pengajaran dan pembelajaran yang berlaku dalam bentuk bersemuka antara seorang yang pakar dalam psikologi kaunseling (kaunselor) dan dengan seorang yang lain (klien).

Menurut Blocher (Shertzer & Stone, 1974), kaunseling adalah proses interaksi yang menggerakkan pemahaman yang bermakna, terhadap diri dan persekitaran, menghasilkan pembentukan dan/atau penjelasan matlamat dan nilai untuk tingkah laku masa depan. Hansen, Ressler dan Cramer (1994) memberikan definisi kaunseling sebagai "counseling is a process that helps people learn about themselves, their environment, and ways to handle their roles and relationship".

Menurut American Counseling Association, "counseling is a collaborative effort between the counselor and client. Professional counselors help clients identify goals and potential solutions to problems which cause emotional turmoil; seek to improve communication and coping skills; strengthen self-esteem; and promote behavior change and optimal mental health".



Di Malaysia, berdasarkan Akta Kaunselor 1998 (Akta 580), kaunseling ertinya suatu proses sistematik untuk membantu perhubungan berdasarkan prinsip-prinsip psikologi yang dilaksanakan oleh kaunselor berdaftar mengikut kod etika kaunseling untuk mencapai suatu perubahan, kemajuan dan penyesuaian yang holistik, baik dan sukarela pada diri klien supaya perubahan, kemajuan dan penyesuaian itu akan berterusan sepanjang hayat klien;

Peranan Kaunselor

"Kaunselor" ertinya seseorang yang mengadakan perkhidmatan kaunseling bagi suatu fi yang ditetapkan atau apa-apa balasan lain (Akta Kaunselor 1998). Tugas sebagai seorang kaunselor memerlukan komitmen yang tinggi terhadap isu yang dibawa oleh klien. Dalam Terapi Gestalt (Sapora Sipon & Ruhaya Hussin, 2011), tugas kaunselor adalah menolong klien dalam memudahkan proses-proses menerima tanggungjawab dan mengintegrasikan dengan meningkatkan kesedaran sendiri. Kaunselor juga perlu membantu klien melihat dirinya secara keseluruhan.

Corey (1996) dalam Sapora Sipon & Ruhaya Hussin (2011) menjelaskan bahawa tugas kaunselor adalah sebagai fasilitator ataupun pemudah cara kepada klien. Kaunselor tidak bertindak sebagai seorang yang menyelesaikan permasalahan klien, akan tetapi kaunselor merupakan seorang yang membantu klien dalam memantau dan mengenal pasti perkara sebenar yang menjadi isu terhadap diri klien. Selain itu, tugas lain seorang kaunselor ialah membantu klien mengenali diri dan masalahnya dengan jelas.

Perkhidmatan Kaunseling di UMT

Di Universiti Malaysia Terengganu, warga staf yang memerlukan perkhidmatan kaunseling, boleh menghubungi kaunselor Wan Nor Ahmad Syaifuddin di Jabatan Sumber Manusia, Pejabat Pendaftaran di talian 09-6684183 ataupun melalui e-mel di syaifuddin@umt.edu.my. Isu-isu yang boleh dibincangkan dalam sesi kaunseling ialah isu-isu yang dihadapi oleh kebanyakan orang seperti stres harian, motivasi bekerja, peningkatan kerjaya, mengenal personaliti dan seumpamanya. Bagi staf UMT, tiada fi yang dikenakan kepada staf yang ingin mendapatkan perkhidmatan kaunseling bersama kaunselor UMT.

Rujukan

- Akta Kaunselor 1998 (Akta 580).
- Sapora Sipon & Ruhaya Hussin, (2011), *Teori Kaunseling dan Psikoterapi Edisi Ketiga*, Bandar Baru Nilai, Negeri Sembilan: Penerbit Universiti Sains Islam Malaysia.
- What Is Professional Counseling? American Counseling Association, <https://www.counseling.org/aca-community/learn-about-counseling/what-is-counseling>.

Perkhidmatan

KAUNSELING

Bantuan sokongan psikologi kepada staf Universiti Malaysia Terengganu

"Kaunseling ialah satu proses perhubungan menolong yang sistematik berasaskan prinsip-prinsip psikologi yang dilakukan oleh kaunselor profesional mengikut kod etika kaunseling bagi menghasilkan satu perubahan, kemajuan dan penyesuaian yang holistik, baik dan sukarela pada diri klien supaya perubahan, perkembangan dan penyesuaian akan berterusan sepanjang hayat klien."

(Akta Kaunselor, 1998)

Motivasi | Stres | Emosi | Putus Harapan | Fikiran Berclaru | Resah | Peribadi | Kerjaya | Personaliti | Keluarga | Perhubungan | Ujian Psikologi | Kesihatan mental | dan seumpamanya

Temui saya di:

Seksyen Perhubungan Staf,
Jabatan Sumber Manusia,
Pejabat Pendaftaran, UMT

Wan Nor Ahmad Syaifuddin K.B.P.A

Pegawai Psikologi
09-6684183 | +6017-9778647
syaifuddin@umt.edu.my

Kaunseling Individu

Kaunseling Kelompok

Kaunseling Kerjaya

Bimbingan & Konsultasi



GIGI SENSITIF

Oleh: Dr. Aina Mardhiah binti Md Khairi

Gigi sensitif ialah rasa ketidakselesaan atau sakit pada gigi. Gigi sensitif berlaku apabila lapisan luar yang melindungi gigi, iaitu enamel atau cementum terhakis hingga menyebabkan pendedahan lapisan dentin. Dentin terdiri daripada lubang-lubang kecil yang dipanggil tubul. Di hujung tubul-tubul ini terkandung cabang saraf yang berasal dari pulpa gigi (pusat saraf gigi). Apabila lapisan dentin yang terdedah ini bersentuh dengan sesuatu yang sejuk contohnya, cabang saraf di dalam gigi akan distimulasikan dan ini menyebabkan kesakitan gigi sensitif.

Rasa ngilu atau sakit dirasakan apabila lapisan dalam gigi iaitu lapisan dentin disebabkan gusi yang menyusut terdedah kepada:

- Pengambilan makanan atau minuman panas, sejuk, manis atau masam.
- Memberus gigi.
- Bernafas melalui mulut.

Kesakitan yang dirasai adalah bersifat tajam dan seketika.

Gigi sensitif juga boleh disebabkan oleh perkara-perkara berikut:

- Memberus gigi terlalu kuat dengan teknik yang salah sehingga mencederakan gusi dan mendedahkan akar gigi.
- Penyakit gusi, iaitu penyakit yang menyerang gusi dan tulang yang menyokong gigi juga boleh menyebabkan gigi sensitif.
- Pendedahan lapisan dentin yang disebabkan oleh kehausan permukaan gigi yang berlaku secara aktif.
- Mengetap dan mengasah gigi boleh menghakis lapisan enamel dan mendedahkan lapisan dentin
- Memakan makanan dan minuman yang berasid dengan kerap, seperti buah-buahan dan jus yang masam, serta minuman bergas yang boleh menyebabkan hakisan lapisan permukaan gigi.
- Gigi berlubang yang tidak dirawat
- Tampilan lama pada gigi yang telah retak atau renggang.
- Proses pemutihan gigi juga boleh menyebabkan gigi sensitif.

Akar Gigi Terdedah



Rawatan untuk gigi sensitif

- Gunakan ubat gigi khusus untuk gigi sensitif.
- Berjumpa doktor gigi anda. Rawatan yang diberikan bergantung kepada punca gigi sensitif seperti gel florida, varnish, tampalan, pelindung gigi, rawatan akar, korona dan sebagainya.

Bagaimana mengelakkan gigi sensitif

- Kekalkan amalan kebersihan mulut dan gigi yang baik.
- Elakkan cara memberus secara mendatar .
- Gunakan berus gigi berbulu lembut
- Gunakan ubat gigi berfluorida, dapat melindungi gigi kerana fluorida menolong menguatkan lapisan enamel.
- Elakkan makanan dan minuman yang berasid seperti limau dan minuman bergas yang boleh melarutkan lapisan enamel gigi.
- Rawat tabiat mengasah gigi.
- Berjumpa doktor gigi pada kala yang tetap.

Sumber: www.myhealth.gov.my



Gambar 2: Contoh ubat gigi khusus untuk gigi sensitif yang berada di pasaran

PENDARAHAN BERLANJUTAN SELEPAS CABUTAN GIGI

Oleh: Dr. Wan Norisah binti Wan Yaakob

Kejadian pendarahan berlanjutan selepas cabutan gigi adalah peristiwa yang jarang berlaku, tetapi kerap dilaporkan sebagai salah satu komplikasi cabutan gigi. Ianya boleh disebabkan oleh pelbagai faktor yang boleh dibahagikan kepada faktor setempat dan sistemik.

1. Faktor setempat:

- Gangguan kepada darah beku
- Tisu hiperimik
- Mengambil makanan atau minuman panas
- Kes cabutan yang sukar atau lama

2. Faktor sistemik:

- Tekanan darah tinggi
- Pengambilan ubat-ubatan yang mengganggu pembekuan darah
- Penyakit pembekuan darah

Cara Pengendalian Pendarahan Selepas Cabutan

- Selepas prosedur cabutan, pesakit dinasihatkan untuk menggigit (bukan kunyah) pada gauze selama 30 minit.
- Pesakit juga dinasihatkan mengurangkan percakapan untuk 2-3 jam selepas cabutan.
- Selepas cabutan surgikal gigi bongsu, pendarahan sedikit mungkin berlanjutan sehingga 2-3 hari.

Ada apa yang boleh dielakkan supaya pendarahan tidak berlaku?

- Pesakit disarankan supaya tidak merokok untuk sekurang-kurangnya 48 jam selepas cabutan kerana akan mengganggu proses penyembuhan. Merokok boleh mewujudkan tekanan negatif yang boleh menyebabkan darah beku terganggu.
- Pesakit juga perlu mengelakkan daripada menghisap atau meludah terlalu kerap kerana ini akan mewujudkan tekanan negatif dan mengganggu darah beku. Penggunaan penyedut (Straw) selepas cabutan juga tidak digalakkan.
- Pesakit dinasihatkan untuk berehat dan tidak melakukan apa-apa aktiviti lasak selama 24 jam selepas cabutan. Ini kerana tekanan darah mungkin naik dan seterusnya menyebabkan pendarahan.

Langkah-langkah yang boleh diambil jika pendarahan masih tidak berhenti

- Elakkan daripada berkumur keterlaluan kerana ini akan mengeluarkan darah beku dari soket.
- Sekeping gauze perlu digigit di kawasan cabutan selama lebih kurang 30 minit. Gauze perlu digigit dengan tekanan yang setara.
- Sekiranya pendarahan berterusan selepas tekanan dikenakan selama 30 minit, hubungilah klinik pergigian untuk arahan dan nasihat selanjutnya.

Apa akan berlaku bila berjumpa pengamal pergigian?

- Pengamal Pergigian akan mencuci dan membersihkan soket gigi serta membuang apa-apa bendasing yang mungkin terperangkap di dalam soket, yang seterusnya akan mengganggu pembentukan darah beku.
- Penyimpanan dressing hemostatic ke dalam soket dan mengarahkan pesakit menggigit pada sekeping gauze pada soket.
- Beberapa jahitan juga mungkin ditambah sekiranya perlu
- Pengamal pergigian mungkin memberikan transnexamik asid yang bertujuan menstabilkan darah beku.

Pendarahan yang berlanjutan beberapa hari selepas cabutan

Pendarahan yang berlaku beberapa hari selepas cabutan gigi dikenali sebagai pendarahan sekunder. Ianya disebabkan oleh jangkitan soket yang menyebabkan kehilangan darah beku dan gangguan salur darah dalam tisu granulasi. Sebelum menjahit atau meletak agen hemostatic dalam soket dalam kes pendarahan sekunder, soket perlu diperiksa dengan cermat untuk sebarang bendasing. Antibiotik juga mungkin diberikan kepada pesakit.

Sumber Rujukan : Portal MyHealth, KKM



PESARA

(BULAN JULAI SEHINGGA OKTOBER 2021)

oleh: Siti Mariam binti Awang Hamat

"TERIMA KASIH ATAS SEGALA JASA, KHIDMAT BAKTI DAN SUMBANGAN KEPADA
UNIVERSITI DAN NEGARA"



Prof. Madya Dr. Mohd Azmuddin bin Abdullah
Pensyarah Universiti
Institut Bioteknologi Marin

Bersara pada 1 Julai 2021



Muhamad Razali bin Salam
Pembantu Makmal
Fakulti Sains dan Sekitaran Marin

Bersara pada 9 Ogos 2021



Awang Koding bin Che Tom
Pensyarah Universiti
Fakulti Perniagaan, Ekonomi
dan Pembangunan Sosial

Bersara pada 13 Ogos 2021



Yaakub bin Rasip
Penolong Pegawai Perikanan
Fakulti Perikanan dan Sains Makanan

Bersara pada 23 Ogos 2021



Prof. Madya Dr. Mohd Zulkifli bin Mokhtar
Pensyarah Universiti
Fakulti Perniagaan, Ekonomi
dan Pembangunan Sosial

Bersara pada 24 September 2021



Yusoff bin Salleh
Pembantu Laut
Pusat Perkhidmatan Penyelidikan
dan Lapangan

Bersara pada 8 Oktober 2021

BELASUNGKAWA

(JULAI SEHINGGA OKTOBER 2021)

oleh: Siti Mariam binti Awang Hamat

Semoga roh mereka dicucuri rahmat Illahi dan ditempatkan dalam kalangan hamba-hamba-Nya yang beriman.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ ۝ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ۝
مَلِكُ يَوْمِ الدِّينِ ۝ إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ۝
إِهْدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ۝ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ
عَلَيْهِمْ ۝ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ۝



Gemulah Mohd Asri bin Ngah
Pembantu Operasi
Pejabat Komunikasi Korporat
28 Julai 2021



Gemulah Fauzi bin Daud
Pemandu Kenderaan
Pejabat Pembangunan dan Harta
26 Oktober 2021

إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ



**PEJABAT PENDAFTAR
UNIVERSITI MALAYSIA TERENGGANU**